



UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO
LINHA DE PESQUISA: EDUCAÇÃO, COMUNICAÇÃO, LINGUAGENS E MOVIMENTO

**AIKIDO COMO EDUCAÇÃO DO CORPO EM ESPAÇOS
EDUCACIONAIS**

Por Moaldecir Freire Domingos Junior
Sob a orientação do Prof^o Dr. José Pereira de Melo

NATAL/RN
2023

Moaldecir Freire Domingos Junior

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
Sistema de Bibliotecas - SISBI
Catalogação de Publicação na Fonte. UFRN - Biblioteca Setorial Moacyr de Góes - CE

Júnior, Moaldecir Freire Domingos.

Aikido como educação do corpo em espaços educacionais /
Moaldecir Freire Domingos Júnior. - 2023.
150 f. : il. color.

Tese (doutorado) - Universidade Federal do Rio Grande do
Norte, Centro de Educação, Programa de Pós-graduação em
Educação. Natal, RN, 2023.

Orientação: Prof. Dr. José Pereira de Melo.

1. Educação do corpo - Tese. 2. Aikido - Tese. 3. Educação
sensível - Tese. I. Melo, José Pereira de. II. Título.

RN/UF/Biblioteca Setorial Moacyr de Góes - CE CDU 37:796.853.24

AIKIDO COMO EDUCAÇÃO DO CORPO EM ESPAÇOS EDUCACIONAIS

Tese de Doutorado apresentada ao Programa de Pós- Graduação em Educação (PPGE), como requisito parcial para obtenção de título de Doutor em Educação, pela linha de pesquisa Educação, Comunicação, Linguagens e Movimento da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Natal/RN
2023

AIKIDO COMO EDUCAÇÃO DO CORPO EM ESPAÇOS EDUCACIONAIS

Tese de Doutorado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGE), como requisito parcial para obtenção de título de Doutor em Educação, pela linha de pesquisa Educação, Comunicação, Linguagens e Movimento da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Aprovada em: 28/02/2023.

BANCA AVALIADORA

Profº Dr José Pereira de Melo (Presidente da Banca)
Universidade Federal do Rio Grande do Norte

Profª Drª Marta Genu Soares
Universidade do Estado do Pará – UEPA (Examinadora externa)

Profª Drª Maria Eleni Henrique da Silva
Universidade Federal do Ceará - UFC (Examinadora externa)

Profº Dr Antônio Pádua dos Santos
Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN (Examinador interno)

Profº Dr. Alysson Carvalho de Oliveira
Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN (Examinador interno)

Natal/RN
2023

À minha Esposa Claudinale, às minhas filhas
Milena e Melissa, e ao meu filho Noah!

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, creio que a gratidão é um estilo de ver o mundo e a gratidão primordial é estar vivo no mundo tendo a condição de poder ler, estudar, trabalhar e estar próximos dos familiares em um momento tão difícil como a pandemia que. Gratidão por essa oportunidade ímpar!

Agradeço aos meus familiares pelo afeto e pelas trocas sensíveis de compartilhar o cotidiano de maneira leve, descontraída e engajada em manter os laços firmes. Sou eternamente grato à Claudinale, minha belíssima esposa e mãe das minhas filhas Milena e Melissa e do pequeno navegante do planeta Terra, Noah! Claudinale foi quem esteve ao meu lado em todos os momentos, celebrando as pequenas vitórias, escutando meus lamentos, proferindo os melhores conselhos para seguir em frente. Suas palavras são doces e emanam uma energia tão radiante que soa como uma canção formada pela progressão dos acordes C7+, Bm7 e Am7... uma das progressões mais belas da música para a pessoa mais linda que conheço! Estar com você e nossos filhos é um bálsamo e um acalento agradável!! Amo vocês!

Agradeço aos meus pais pelo cuidado, carinho, proteção e por sempre acreditarem em mim, possibilitando as condições necessárias para seguir com tranquilidade nos estudos e na vida profissional e por ensinarem-me a beleza ontológica da música, da natureza, do passeio de buggy das dunas, do banho de mar, de lagoa, de rio... meus primeiros mestres ensinaram-me o amor à vida. Muito obrigado Moaldecir e Tereza!! Amo vocês!

Agradeço enormemente ao Professor Pereira, como orientador e grande incentivador para que este trabalho de pesquisa visulmbra-se um término. Seu acolhimento e palavras de incentivo foram cruciais para encorajar esse momento! Muito obrigado!

Agradeço à Banca Examinadora por ter a honra de aprender com vocês através de vossas críticas, sugestões, comentários e correções!!

Agradeço também aos amigos do Estesia pelo incentivo, apoio e parceria nas viagens acadêmicas. Muito obrigado Luiz Arthur, Raphael, Raianne, Christian, Ingrid, Jullya e Paulinha. Agradeço especialmente à Professora Petrucia por todos os seus ensinamentos.

Agradeço à Camila por topar participar dos projetos sobre educação, educação física, jogos indígenas, formação de professores... creio que nossa parceria está apenas começando, apesar de já estarmos realizando diálogos desde 2016. Muito obrigado também pelas participações em eventos locais e internacionais. É uma irmã que a educação física e o professor Cazuzza presentearam-me. Que nossa parceria dure por longas datas na educação física e na vida!

Aproveito para agradecer ao professor e grande amigo Cazuzza. Os anos que passei ao seu lado no Centro Universitário Facex/UNIFACEX foram formativos e marcaram-me profundamente! Você é um homem trabalhador, guerreiro, inovador, motivado e criativo... faltam adjetivos para poder caracterizar o potencial de vê-lo em ação! Muito obrigado pelo seu acolhimento, conselhos e pela amizade!

Agradeço aos amigos do Grupo do Pedal (Joaquim, Anderson, Aluizio e Heldder) que nesse momento pandêmico, pude ter a oportunidade de desfrutar das belas paisagens

potiguares, assim como, de momentos de contemplação da natureza e da amizade, valorizando momentos de sorrir e de estar juntos com pessoas que são gratas pelo simples respirar e por estarem em movimento na bicicleta.

Agradeço aos amigos da Igreja Batista da Esperança pela partilha da fé e do amor à vida, em especial aos casais Richelly e Nara, Rebeca e Helvécio, Celso e Luana, Dani e Augusto, Marcílio e Dani, Manu e William!

Agradeço à Professora Olívia e à Milton, como representantes do Programa de Pós-Graduação em Educação/UFRN, por todo apoio administrativo prestado, sempre com zelo e atenção! Muito obrigado!

Agradeço aos colegas professores da Escola Agrícola de Jundiaí/UFRN pelas parcerias, em especial ao Professor Severino por ter aberto as portas para inserção do Aikido como componente curricular eletiva para o Curso de Ensino Médio Técnico e Integrado em informática. Muito obrigado!

Agradeço aos estudantes do curso técnico em informática e os demais ouvintes que participaram da disciplina de Aikido. Sem vocês, parte dessa pesquisa não seria possível! Muito obrigado!

Agradeço aos estudantes que foram meus alunos entre 2014 e 2015 do Núcleo de Educação de Infância e participaram das aulas sobre artes marciais, assim como, sou grato pelo apoio que recebi das Professoras envolvidas nessa aventura pedagógica, em especial, a Professora Danielle!

Agradeço pela amizade aos vizinhos do bloco 23 do Flamboyant's que iniciou nesse momento de caos sanitário, mas que nos cafés da tarde pudemos aliviar as dores e sentir um pouco as brisas advindas de Ponta Negra e do crepúsculo.

Agradeço ao parceiro de treino e colega de partilhas sobre a cultura japonesa Felipe-San. É um grande apreciador dessa cultura com um olhar requintado da história, dado seu ofício de ser professor dessa bela componente curricular. Muito obrigado por todas as referências apresentadas!

Agradeço aos parceiros de treino que tornaram-se meus irmãos: Ramon, Fred (Kid) e Fred (Old). Vocês ensinam-me o poder da disciplina, da constância, da superação e, principalmente, assim como, mostraram-me a força e o potencial do treino coletivo. É formidável estar com vocês no tatame, no pedal, e nos treinamentos de musculação... além de estarmos juntos nos seminários de Aikido! DOMO ARIGATO GOZAI MASHITA!

Agradeço ao Sensei James por ser uma pessoa incrível, um grande exemplo de dedicação ao treinamento do Aikido, um exemplo vivo do *shugyo*. Sou muito grato pelo seu acolhimento, pelas viagens que já fizemos para São Paulo/SP, João Pessoa/PB e Santa Cruz/RN, pelos momentos regados à etanol, pelos momentos de diálogo sobre Aikido, ciência, filosofia, educação, existência. Nossa convivência começou marcada pela relação mestre-discípulo, transformou-se em uma bela amizade, sem perder de vista a hierarquia da relação mestre-discípulo construída no tatame e projetada na vida. Muito obrigado por todas as partilhas que já vivemos! DOMO ARIGATO GOZAI MASHITA!

*Não te esqueças
de aprender com a
pura voz do contínuo fluir de um
regato na montanha
chocando-se de encontro às rochas
(UESHIBA, 2002, p.28)*

*No fundo imemorial do visível algo se mexeu,
se acendeu, algo que invade seu corpo, e tudo
o que ele pinta é uma resposta a essa
suscitação, sua mão não é senão o instrumento
de uma longínqua vontade. A visão é o
encontro, como numa encruzilhada, de todos
os aspectos do Ser. [...] Nesse circuito não há
nenhum ruptura, impossível dizer que aqui
termina a natureza e começa o homem ou a
expressão. É portanto o Ser mudo que vem ele
próprio manifestar seu sentido (MERLEAU-
PONTY, 1961/2004, p.44).*

RESUMO

Na tese é defendido o argumento do Aikido como educação do corpo. Essa tese é inspirada na filosofia de Merleau-Ponty, que emerge da percepção do corpo em movimento no mundo, consigo mesmo e com os outros. Esse argumento parte de uma leitura compreensiva sobre a história e a filosofia do Aikido, as experiências-vividas com essa arte marcial em suas virtudes, e na tensão entre a disciplina e a liberdade de aprender seu repertório marcial. Em continuidade, tem-se nas práticas pedagógicas como professor de Educação Física e instrutor iniciante de Aikido um caminho de experiência educativa, apontando veredas e horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos em uma educação sensível. As experiências vividas com a consciência corporal durante a formação inicial e posteriormente como o Aikido impactou-me profundamente, por isso assumimos a experiência do corpo em movimento expressando os aspectos subjetivos do ser corpo. Nesse movimento, indaga-se: Qual a compreensão de educação, de corpo e de movimento na filosofia do Aikido? Assim, traçamos como objetivos de pesquisa: a) contextualizar os aspectos filosóficos e históricos sobre o Aikido e a relação com a educação como compreensão; b) descrever uma percepção do corpo em movimento no Aikido como processo de incorporação de virtudes; c) narrar experiências-vividas advindas do corpo em movimento no Aikido na tensão sobre disciplina e liberdade; d) relatar experiências educativas com o Aikido e o conteúdo lutas na escola, apontando horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos de uma educação sensível inspirada no Aikido e em Merleau-Ponty. Para tanto, a fenomenologia é nosso fundamento epistêmico, ontológico e metodológico, onde a descrição do mundo-vivido, a redução fenomenológica e a intencionalidade são momentos de um mesmo movimento, em outras palavras, a medida que realizo cada descrição, é porque efetuo a redução fenomenológica, e a cada decisão estou no âmbito da intencionalidade, projetando-me em um caminho, um polo significativo onde está imerso os polos noéticos e noemáticos, ocupando espaços vazios, isto é, o método fenomenológico é o fluxo do pensamento percebendo a si mesmo nesse movimento, sabendo que é um movimento incompleto, pois a cada vazio ocupado, outros vazios se abrem. Vale destacar que essas noções não são momentos fragmentados, mas são variações de um único instante, de uma experiência. A tese está estruturada em quatro seções, onde a primeira seção situa e contextualiza os aspectos filosóficos e históricos do Aikido e a relação com a educação como compreensão; em seguida, debato sobre o processo de incorporação das virtudes, destacando experiências como estudante dessa arte marcial; posteriormente, reflito sobre a tensão entre disciplina e liberdade no Aikido e apresento a perspectiva de Merleau-Ponty do corpo como obra de arte e no último momento apresento os relatos de duas experiências educativas com o Aikido e o conteúdo lutas na escola, apontando horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos de uma educação sensível inspirada no Aikido e em Merleau-Ponty.

Palavras-chave: Aikido. Corpo. Educação sensível.

ABSTRACT

The thesis defends the argument of Aikido as body education, inspired by the philosophy of Merleau-Ponty, which emerges from the perception of the body in movement in the world, with itself and with others, having a comprehensive reading of the history and philosophy of Aikido, the lived experiences with this martial art in its virtues, in the tension between discipline and the freedom to learn its martial repertoire, and in the pedagogical practices as a Physical Education teacher and beginner Aikido instructor as a way of educational experience, pointing paths and ontological, epistemological and pedagogical horizons in a sensitive education. The experiences lived with body awareness during initial training and later with Aikido impacted me profoundly, that's why we assume the experience of the body in movement expressing the subjective aspects of being a body. In this movement, we ask: What is the understanding of education, body and movement in the philosophy of Aikido? Thus, we outline the following research objectives: a) contextualize the philosophical and historical aspects of Aikido and its relationship with education as understanding; b) describe a perception of the body in movement in Aikido as a process of incorporating virtues; c) narrate lived-experiences arising from the body in movement in Aikido in the tension about discipline and freedom; d) report on educational experiences with Aikido and the content of struggles at school, pointing out ontological, epistemological and pedagogical horizons of a sensitive education inspired by Aikido and Merleau-Ponty. Therefore, the phenomenology is our epistemic, ontological and methodological's approach, where the description of the lived-world, the phenomenological reduction and intentionality are moments of the same movement, in other words, as I carry out each description, it is because I carry out the phenomenological reduction, and at each decision I am within the scope of intentionality, projecting myself along a path, a significant pole where the noetic and noematic poles are immersed, occupying empty spaces, that is, the phenomenological method is the flow of thought perceiving itself even in this movement, knowing that it is an incomplete movement, because with each empty space occupied, other spaces open up. It is worth highlighting that these notions are not fragmented moments, but are variations of a single instant, of an experience. The thesis is structured in four sections, where the first section situates and contextualizes the philosophical and historical aspects of Aikido and the relationship with education as understanding; then, I discuss the process of incorporating the virtues, highlighting experiences as a student of this martial art; later, I reflect on the tension between discipline and freedom in Aikido and present Merleau-Ponty's perspective of the body as a work of art and, at the last moment, I present the reports of three educational experiences with Aikido and the content struggles in school, pointing out ontological, epistemological and pedagogical horizons of a sensitive education inspired by Aikido and Merleau-Ponty

Key-words: Aikido. Body. Sensitive education.

RÉSUMÉ

La thèse défend l'argument de l'aïkido comme éducation corporelle. Cette thèse inspiré de la philosophie de Merleau-Ponty, qui émerge de la perception du corps en mouvement dans le monde, avec lui-même et avec les autres, ayant une lecture compréhensive de l'histoire et de la philosophie de Aïkido, les expériences vécues avec cet art martial dans ses vertus, dans la tension entre la discipline et la liberté d'apprendre son répertoire martial, et dans les pratiques pédagogiques en tant que professeur d'éducation physique et instructeur d'Aïkido débutant comme moyen d'expérience pédagogique, pointant des chemins et horizons ontologiques, épistémologiques et pédagogiques dans une éducation sensible. Les expériences vécues avec la conscience corporelle lors de la formation initiale et plus tard avec l'Aïkido m'ont profondément marqué, c'est parce que nous assumons l'expérience du corps en mouvement comme exprimant les aspects subjectifs d'être un corps. Dans ce mouvement, on se demande: Quelle est la compréhension de l'éducation, du corps et du mouvement dans la philosophie de l'Aïkido? Ainsi, nous décrivons les objectifs de recherche suivants: a) contextualiser les aspects philosophiques et historiques de l'aïkido et sa relation avec l'éducation comme compréhension; b) décrire une perception du corps en mouvement en Aïkido comme un processus d'incorporation de vertus; c) raconter des expériences vécues issues du corps en mouvement en Aïkido dans la tension autour de la discipline et de la liberté ; d) rendre compte des expériences éducatives avec l'Aïkido et le contenu des luttes à l'école, pointant les horizons ontologiques, épistémologiques et pédagogiques d'une éducation sensible inspirée de l'Aïkido et de Merleau-Ponty. A cette fin, la phénoménologie est notre fondement épistémique, ontologique et méthodologique, où la description du monde-vécu, la réduction phénoménologique et l'intentionnalité sont des moments d'un même mouvement, c'est-à-dire que si j'accomplis chaque description, c'est parce que je faire la réduction phénoménologique, et à chaque décision je suis dans le champ de l'intentionnalité, me projetant le long d'un chemin, d'un pôle signifiant où les pôles noétique et noématique sont immergés, occupant des espaces vides, c'est-à-dire que la méthode phénoménologique est le flux de la pensée s'apercevant même dans ce mouvement, sachant qu'il s'agit d'un mouvement incomplet, car à chaque espace vide occupé, d'autres espaces s'ouvrent. Il convient de souligner que ces notions ne sont pas des moments fragmentés, mais des variations d'un seul instant, d'une expérience. La thèse est structurée en quatre sections, où la première section situe et contextualise les aspects philosophiques et historiques de l'Aïkido et la relation avec l'éducation comme compréhension; puis, je discute du processus d'incorporation des vertus, mettant en évidence les expériences en tant qu'étudiant de cet art martial; plus tard, je réfléchis à la tension entre discipline et liberté dans l'Aïkido et présente la perspective de Merleau-Ponty sur le corps comme œuvre d'art et, au dernier moment, je présente les récits de trois expériences pédagogiques avec l'Aïkido et les luttes de contenu à l'école, pointant les horizons ontologiques, épistémologiques et pédagogiques d'une éducation sensible inspirée de l'aïkido et de Merleau-Ponty.

Mots-clés: Aikido. Corps. Éducation sensible.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	13
<i>Satori</i> : Do êxtase da experiência ao problema de pesquisa.....	14
Nas veredas fenomenológicas.....	19
SEÇÃO 1 – Contextualização sobre o Aikido e a educação como compreensão	28
Abertura.....	29
O Aikido e a cultura japonesa.....	32
Morihei Ueshiba.....	43
O Aikido no Brasil.....	48
SEÇÃO 2 – Aikido e a educação como incorporação das virtudes	58
Abertura.....	59
Uma experiência com as virtudes no tatame.....	61
<i>Nen, kokyū e shūgyō</i> : da relação entre corpo e alma no Aikido.....	74
SEÇÃO 3 – Corpo como obra de arte e a disciplina da liberdade no Aikido	82
Abertura.....	83
Corpo como obra de arte e a disciplina da liberdade no Aikido.....	87
SEÇÃO 4 – Experiências pedagógicas com o Aikido e as artes marciais em espaços educacionais	102
Lembranças do Mestrado em Educação (2011-2013) e uma experiência pedagógica com o Aikido em Santa Cruz/RN.....	103
Experiências com as artes marciais e os jogos de luta na escola.....	110
Aikido na Escola Agrícola de Jundiá/UFRN.....	117
CONSIDERAÇÕES FINAIS	132
REFERÊNCIAS	138
APÊNDICES	145
APÊNDICE A – Estado da arte sobre Aikido no Brasil	127
APÊNDICE B – Plano de ensino da componente curricular Aikido	129

LISTA DE IMAGENS

- Imagem 1 – (p.13) Entrar na ACAN. Fonte: O autor.
- Imagem 2 – (p.28) Canto direito do tatame. Fonte: O autor.
- Imagem 3 – (p.33) *Black Kamen Rider, Jaspion e Jiraya* no Bunkyo. Fonte: O autor.
- Imagem 4 – (p.58) Posicionamento quase central frente ao *Kamiza*. Fonte: O autor.
- Imagem 5 – (p.63) Em seiza. Foto por Jonathan Martins Pinto e editada pelo autor.
- Imagem 6 – (p.64) Sensei e pupilos em *zarei*, reverência ao *Kamiza*. Foto por Jonathan Martins Pinto e editada pelo autor.
- Imagem 7 – (p.65) Sensei e pupilos em *zarei*, reverência entre professor e estudantes. Foto por Jonathan Martins Pinto e editada pelo autor.
- Imagem 8 – (p.71) Partilha da técnica em exame de *Shodan*. Foto por Jonathan Martins Pinto.
- Imagem 9 – (p.82) Posicionamento quase central frente ao *Kamiza*. Fonte: O autor.
- Imagem 10 – (p.86) Sombras de bambu no tatame da Academia Central de Aikido de Natal, à tarde. Fonte: O autor.
- Imagem 11 – (p.94) *Shomen Uchi Gokyu* no exame de *Shodan*. Foto por Jonathan Martins Pinto.
- Imagem 12 – (p.95) *Shomen Uchi Gokyu* no exame de *Shodan*, parte 2. Foto por Jonathan Martins Pinto.
- Imagem 13 – (p.102) Jogos de lutas com espadas. Fonte: O autor.
- Imagem 14 – (p.109) James Sensei conduzindo o ritual xintoísta de abertura do Seminário anual de Aikido na Academia Central de São Paulo, 24 setembro de 2022. Fonte: Louise Leiros Araújo.
- Imagem 15 – (p.112) Jogo de oposição briga de galo. Fonte: O autor.
- Imagem 16 – (p.113) Apresentação de *Iaido* com o Sensei J. Fonte: O autor.
- Imagem 17 – (p.114) Realizando movimentos básicos com a espada de papel. Fonte: O autor.
- Imagem 18 – (p.115) Evento Samurais Kids. Fonte: O autor.
- Imagem 19 – (p.116) Encerramento do Evento Samurais Kids. Fonte: O autor.
- Imagem 20 – (p.119) Reverência inicial da aula inaugural de Aikido na EAJ/UFRN. Fonte: O autor.
- Imagem 21 – (121) Leitura corporal e exercícios respiratórios na aula de Aikido na EAJ/UFRN. Fonte: O autor.
- Imagem 22 – (p.132) Um café alinhado ao *kamiza*. Fonte: O autor.
- Imagem 23 – (p.138) Estante com livros. Fonte: O autor.
- Imagem 24 – (p.145) Banco por trás da ACAN. Fonte: O autor.



Imagem 1 – Entrar na ACAN. Fonte: O autor.

INTRODUÇÃO

Satori: do êxtase da experiência ao problema de pesquisa

É este êxtase da experiência que faz com que toda percepção seja percepção de algo (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p. 108).

A iluminação (satori) não caracteriza nenhum “arrebatamento”, nenhum estado incomumente extático, no qual, poré, se sentiria a si mesmo. Antes, ela é o despertar para o comum. Não se desperta em um Lá extraordinário, mas sim em um aqui ancestral, em uma profunda imanência (HAN, 2019, p.43).

Respirar. Esse verbo arrebatava-me para memórias da percepção do corpo em movimento vividas no tatame da Academia Central de Aikido de Natal (ACAN), localizada em um galpão cercados por bambu, na zona sul da nossa cidade potiguar. As primeiras experiências com o Aikido ocorreram quando ainda estava na graduação do curso de Licenciatura em Educação Física, acompanhando as aulas no componente curricular Metodologia das Lutas e um Sensei de Aikido foi convidado para ministrar uma aula de sua arte marcial. Nesse dia, fui chamado para ser o *uke*¹ – aquele que recebe as técnicas e foi incrível sentir a leveza da movimentação desse professor e, ao mesmo tempo, perceber a eficácia técnica ao sentir pressão nas articulações.

Depois dessa experiência marcante, busquei conhecer a ACAN para iniciar os treinos de Aikido e ao chegar nesse espaço amplo e arejado, encontrei o Sensei James tomando um café, de modo tranquilo e lento, ele acolheu-me nos treinos e suas aulas foram para mim como um curso de consciência corporal, dado a ênfase na respiração, sensação, rolamentos, postura, sentir o tocar do outro e o próprio toque no outro. Assim, o *tatame*² torna-se *dojo*³, um espaço significativo repleto de bambus, que compõem uma constelação de sensações, seja pelo frescor das brumas que atravessam o tatame, do equilíbrio entre as sombras criadas pelos longos galhos dos bambus e de suas brechas perpassadas pelas zebruras solares, e do seu terreno plano e suave propício para aprender o Aikido. Era (e ainda é) uma aventura sentir o

¹ Termo japonês para referir-se àquele que recebe a técnica.

² Área física e acochoada para o treino de quedas e rolamentos. Antigamente o tatame era composto por pó de arroz, atualmente o tatame é uma peça emborrachada com o objetivo de suavizar o corpo no impacto da queda.

³ É o local do treinamento, mas compreendido em uma perspectiva onde não há separação entre crescimento técnico, físico e espiritual. Assim, pode ser traduzido como local de iluminação através da arte marcial.

corpo em oscilação, ao passar pelas diferentes técnicas com diversas pessoas, e o ato de aprender os movimentos do Aikido ocorre em momentos raros e por um mistério da razão ou um milagre da percepção, o corpo se reorganiza em seu saber sensório-motor propiciando uma conexão profunda com a técnica, consigo mesmo e com o outro, sentindo uma leveza, ao mesmo tempo em que uma felicidade irradia pelos seus caminhos neurais ao sentir o giro do centro de gravidade conduzir as pernas e os braços desequilibrando o parceiro de treino pelos horizontes do *tatame*.

Essa experiência do ato de praticar Aikido embala-me para perceber o percebido, conhecer o conhecimento, movimentar-se no movimento humano, pensar o pensamento, ouvir o dito, silenciar, perceber a fala enquanto fala, retomar essas experiências para pesquisar sobre o fenômeno do Aikido como educação do corpo.

A educação é um encontro transformador consigo mesmo e/ou com o outro, um encontro marcado pelo êxtase de existir o qual transforma nossa forma de ver o mundo e que pode ocorrer em diferentes momentos da nossa vida. Nessa pesquisa, considera-se a educação física como uma educação sensível e a fala do professor rompe o silêncio da sala de aula, dos alunos, para encaminhá-los não apenas ao conhecimento produzido e sistematizado sobre o movimento humano ao longo da nossa história como humanos, mas como um convite para perceber o êxtase do ato de sentir o corpo em movimento, isto é, conhecer também a si mesmo, ao outro e ao mundo.

Assim, retomo outra experiência marcante durante o início do percurso da formação em Licenciatura em Educação Física. No primeiro semestre dessa graduação, nas primeiras aulas da componente curricular Filosofia da Educação Física, ministrada pela Professora Petrucia da Nóbrega, fomos instigados a pensar sobre “o que é o corpo?”. Na semana inaugural das aulas como estudante no Ensino Superior e vejo-me diante de uma questão profunda como essa. Sentado ao fundo da sala de aula, local que sempre tive prazer em ocupar para ter uma visão ampla da sala, percebo-me em frente ao papel em branco do caderno, procurando palavras para responder a essa questão filosófica. Um esforço enorme para sair poucas palavras em uma explicação biologicista: o corpo é uma matéria e composto por diferentes sistemas. Uma mera reprodução do que fora visto nas aulas de Biologia do Ensino Médio e talvez pela ausência de uma educação física sensível nesse nível da educação básica. Diferente da maioria que buscava o curso de Educação Física por ter sido atleta durante a vida escolar, encontrava-me na universidade em busca do conhecimento científico para compreender o corpo na perspectiva biológica e buscar vivê-lo em sua plenitude funcional.

Concomitante as aulas de Filosofia da Educação Física, tínhamos também as aulas de

Anatomia, ambas componentes curriculares do primeiro semestre. As aulas da disciplina do corpo morto não despertavam nosso interesse, talvez porque era logo após o almoço e sentia certa sonolência. Ir do Restaurante Universitário ao Centro de Biocências, das 12h40 às 13h, era uma caminhada fatigante e ao entrar na sala com ar-condicionado do setor anatômico, dormia profundamente ou ficava oscilando entre o sono e a vigília.

Por outro lado, as aulas de Filosofia da Educação Física eram fascinantes por mostrarem um caminho extremamente instigante e fértil para justamente apresentar, demonstrar e elaborar, sempre em movimento, uma outra concepção de corpo para além dos aspectos biológicos e contribuindo significativamente para uma formação docente em educação física que incentiva um olhar do e sobre o corpo em uma perspectiva sensível, partilhando significados, sentimentos e sensações do corpo no mundo e com os outros, reconhecendo em nossa condição existencial os momentos de prazer e de angústia, de saber e da ignorância.

Ao abordar essa experiência com a Filosofia da Educação Física invoco a memória do primeiro livro adquirido no curso de Licenciatura em Educação Física, a saber: *Corporeidade e Educação Física: do corpo-objeto ao corpo-sujeito*, escrito pela nossa Professora Orientadora Petrucia da Nóbrega. A leitura desse livro foi um pontapé inicial e extremamente importante para todo o caminho que seguimos na Educação Física e na Educação, como vemos a seguir.

Em 2006, ao adentrar na Universidade, experimentei a oportunidade de discutir sobre os aspectos filosóficos do corpo na disciplina Filosofia da Educação Física, no primeiro semestre do curso. As discussões realizadas nessa componente curricular nortearam minha trajetória acadêmico-profissional, uma vez que aprendi naquele momento que a Educação Física pode ser compreendida não apenas como uma componente curricular ou área acadêmica, mas como uma possibilidade de fazer a sociedade reaprender a ver o corpo e suas possibilidades de sensação, comunicação, e interação em situações competitivas, cooperativas, meditativas, lúdicas, entre outras, com base na fenomenologia de Merleau-Ponty (NÓBREGA, 2005).

Essa busca por uma experiência profunda e sensível do corpo, levou-me a praticar Capoeira, Yoga, Tai Chi Chuan e meditação, ainda durante a época da graduação. No entanto, foi na experimentação do Aikido que encontrei uma possibilidade de perceber mais a si mesmo, isto é, perceber mais o corpo em suas relações cotidianas. Essa aproximação com o Aikido, resultou na produção do trabalho de conclusão de curso intitulado Uma compreensão de corpo na filosofia do Aikido, apresentada em julho de 2010, sob a orientação da Professora Terezinha Petrucia da Nóbrega.

Com esse estudo, pude perceber que a filosofia é uma perspectiva de contemplação

que une a experiência, o conhecimento em sua meditação sobre o Ser, sobre o conhecimento e sobre a existência. A atitude fenomenológica investe na solidariedade dos saberes e culturas, logo, a experiência do Aikido, a Filosofia Oriental e a Fenomenologia podem dialogar (DOMINGOS JUNIOR, 2010).

Essa primeira pesquisa entre a compreensão de corpo em Merleau-Ponty e no Aikido foi ampliada na dissertação de mestrado *Por uma educação dos sentidos: um diálogo entre Merleau-Ponty e Ueshiba*, pelo Programa de Pós-Graduação em Educação, ao estabelecermos um diálogo sobre o corpo e a natureza em Merleau-Ponty e Ueshiba, possibilitando uma a educação dos sentidos que inspirou-se na atitude onde educar não é adestrar, não é vigiar e punir, mas oferecer possibilidades de diálogo, de construção e de envolvimento com o conhecimento sensível, histórico, cultural. Desse modo, Ueshiba e Merleau-Ponty configuram-se como pensadores fundamentais para ampliarmos nossa forma de ver a relação entre o corpo e a natureza, construindo conceitos importantes para ampliar a reflexão na educação sobre corpo, natureza, motricidade, expressão, técnica, contribuindo para fortalecer uma educação dos sentidos e uma perspectiva fenomenológica da educação brasileira que vem ocorrendo há pelo menos 30 anos no Brasil. Uma compreensão de corpo como obra de arte (Merleau-Ponty) ou como espada (Ueshiba) apresenta-se como um horizonte para pensar a educação como formação do ser humano e das técnicas corporais como possibilidades de aprendizagem significativa de compreensão do mundo, do outro e da existência. Dessa forma, pensamos que o Aikido de Ueshiba e a filosofia de Merleau-Ponty são teses vivas que nos transformam, abrem nosso olhar, refinam nossos sentidos, e inspiram a convivência, ao crescimento individual e coletivo, ao ato de compartilhar a vida, contemplar a natureza, sentir a pulsação do corpo, a vibração do outro e a percepção do mundo (DOMINGOS JUNIOR, 2013).

Esses estudos foram primordiais para nosso envolvimento com formação de professores de Educação Física – onde tive a oportunidade de atuar como tutor e professor do curso de Educação Física, modalidade de Educação a Distância, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) e como coordenador e professor do curso de Educação Física do Centro Universitário Facex/UNIFACEX; na Educação Física escolar – ministrei aulas de Educação Física na Educação Infantil e Ensino Fundamental no Núcleo de Educação Infantil, o Colégio de aplicação da UFRN, no Ensino Fundamental, como professor efetivo da Prefeitura Municipal de Parnamirim e no Ensino Médio do Centro de Educação Integrada (CEI Mirassol); assim como, atuei na educação não-formal na Academia Central de Aikido de Natal, onde pude conduzir aulas de consciência corporal a partir dos movimentos do Aikido, uso de bola suíça e meditação. Atualmente, sigo como

professor efetivo do Ensino Médio Técnico e Integrado da Escola Agrícola de Jundiá/UFRN.

Essa breve caminhada profissional e as atitudes perceptivas diante do livro⁴, do treinamento no Aikido e dos momentos como docente, são experiências formativas em nossa curta jornada existencial e de vida professoral. Não são atos separados do mundo, antes disso, é um aprofundamento da nossa condição corpórea, isto é, compreender-se enquanto um ser de relações, um caminho de refinar a atuação docente como um encontro entre corpos que buscam o saber do corpo, do movimento e da percepção.

Nossa perspectiva é vislumbrar a educação a partir das experiências vividas do corpo em movimento no Aikido (como praticante e instrutor iniciante) e da relação com a nossa atuação como professor de educação física, tendo como aporte ontológico e epistemológico as noções de Merleau-Ponty sobre a percepção do corpo em movimento.

Nesse movimento, indaga-se: Qual a compreensão de educação, de corpo e de movimento na filosofia do Aikido?

Assim, traçamos como objetivos de pesquisa: a) contextualizar os aspectos filosóficos e históricos sobre o Aikido e a relação com a educação como compreensão; b) descrever uma percepção do corpo em movimento no Aikido como processo de incorporação de virtudes; c) narrar experiências-vividas advindas do corpo em movimento no Aikido na tensão sobre disciplina e liberdade; d) relatar experiências educativas com o Aikido e as artes marciais em espaços educacionais, apontando horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos de uma educação sensível inspirada no Aikido e em Merleau-Ponty.

Nesse caminho, defende-se a seguinte tese: Aikido como educação do corpo. Essa tese é inspirada na filosofia de Merleau-Ponty, que emerge da percepção do corpo em movimento no mundo, consigo mesmo e com os outros. Esse argumento parte de uma leitura compreensiva sobre a história e a filosofia do Aikido, as experiências-vividas com essa arte marcial em suas virtudes, e na tensão entre a disciplina e a liberdade de aprender seu repertório marcial. Em continuidade, tem-se nas práticas pedagógicas como professor de Educação Física e instrutor iniciante de Aikido um caminho de experiência educativa, apontando veredas e horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos em uma educação sensível.

A tese apresenta-se em um cenário de produção de conhecimento no Brasil

⁴ Aqui o “livro” é um objeto cultural simbolizando tanto à obra escrita do Merleau-Ponty quanto às referências bibliográficas que fundamentam essa pesquisa. Como diz Merleau-Ponty (2012), inspirado em Sartre: “o livro é uma máquina infernal, um aparelho de criar significações em nós”.

extremamente pequeno sobre o Aikido em periódicos nacionais da Educação Física (conforme o quadro 1 do apêndice A). Dessas investigações prevalecem aqueles ligados aos aspectos biodinâmicos e do comportamento motor, sendo relevante ampliar os investimentos tanto nesses aspectos já destacados quanto em estudos filosóficos, sócio-culturais e pedagógicos (DOMINGOS JUNIOR; GOUVEIA & ARAÚJO, 2021). Essa revisão de literatura (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012) foi apresentada durante o XXII Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte, realizado em um formato virtual, em razão da pandemia do coronavírus.

Além desse quadro 1 do apêndice A, elaborei também um outro mapa da produção de conhecimento sobre Aikido em teses, dissertações e trabalhos de conclusões de curso (conforme o quadro 2 do apêndice A). Tal quadro demonstra que o Aikido é um tema de pesquisa abordado, ainda de modo tímido, em diferentes áreas do conhecimento como arte, saúde, educação, educação física, filosofia, psicologia e tem sido estudado por várias instituições de diversas regiões pelo Brasil.

Nas veredas fenomenológicas

Não podemos permanecer nesta alternativa entre não compreender nada do sujeito ou não compreender nada do objeto. É preciso que reencontremos a origem do objeto no próprio coração de nossa experiência, que descrevamos a aparição do ser e compreendamos como paradoxalmente há, para nós, o em si (MERLEAU-PONTY, p.109/110, 1945/2006).

Ao apresentar esse espanto sensível da formulação da tese e do problema de pesquisa, adentro nas veredas fenomenológicas como método de pesquisa, pois

A fenomenologia é laboriosa como a obra de Balzac, de Proust, de Valéry ou de Cézanne – pelo mesmo gênero de atenção e de admiração, pela mesma exigência de consciência, pela mesma vontade de apreender o sentido do mundo ou da história em estado nascente (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.20).

Com a perplexidade diante do êxtase apresentada na primeira parte da introdução, adentro a um aspecto da atitude fenomenológica de Merleau-Ponty que é apresentar o mundo-vivido, apresentar como o tema de pesquisa aparece no fluxo da nossa percepção do mundo, assim como, o mundo nos modifica e nos transforma. Nesse segundo momento, apresento os

temas do método fenomenológico tais como o mundo-vivido, a redução fenomenológica e a intencionalidade.

Vale destacar que essas noções não são momentos fragmentados, mas são variações de um único instante, de uma experiência. A descrição do mundo-vivido, a redução fenomenológica e a intencionalidade são momentos de um mesmo movimento, em outras palavras, a medida que realizamos cada descrição, é porque realizamos a redução fenomenológica, e como tomamos essa decisão estamos no âmbito da intencionalidade, nos projetando em um caminho, um polo significativo onde está imerso os polos noéticos e noemáticos, ocupando espaços vazios, isto é, o método fenomenológico é o fluxo do pensamento percebendo a si mesmo nesse movimento, sabendo que é um movimento incompleto, pois a cada vazio ocupado, outros vazios se abrem. A fenomenologia é uma outra possibilidade de compreensão da teoria do conhecimento rompendo tanto com o racionalismo quanto com o empirismo⁴, assim como o criticismo kantiano. Com isso, a fenomenologia é o estudo dos fenômenos que aparecem diante do fluxo da consciência.

É com o olhar de Pierre Hadot que vemos a filosofia de Merleau-Ponty como uma maneira de viver. Hadot (2014) ao refletir sobre a filosofia como maneira de viver nos mostra suas influências mais marcantes e ele destaca os filósofos antigos como Marco Aurélio, Epicuro, Plotino; filósofos modernos como Montaigne, Descartes, Kant, Schopenhauer, Marx e dos contemporâneos foi influenciado por Wittgenstein, Bergson, Merleau-Ponty que, de uma maneira ou de outra, influenciados pelo modelo da filosofia antiga, conceberam a filosofia como uma atividade concreta e prática e como uma transformação da maneira de viver ou de perceber o mundo (HADOT, 2014).

A fenomenologia de Merleau-Ponty é um envolvimento profundo com o mundo para pensar e compreender o fenômeno humano, ou melhor, compreender o fenômeno humano é investigar nossa condição existencial corpórea.

Em seu segundo livro, *Fenomenologia da Percepção*, de 1945, Merleau-Ponty elabora um aprofundamento radical das noções apresentadas ao final de seu primeiro livro *A estrutura do comportamento*. Ele inicia a obra de 1945 com o seguinte questionamento: “O que é a fenomenologia?” Ao responder essa pergunta no prefácio de seu livro, Merleau-Ponty, ao mesmo tempo em que descreve a concepção fenomenológica do último Husserl, imprime seu estilo nesse movimento filosófico, sempre com grande respeito ao considerado pai da fenomenologia, como ele demonstra no texto *O filósofo e sua sombra* e em outras passagens. Sobre essa relação entre Merleau-Ponty e Husserl, Imbert (2016) relembra que em dezembro de 1960, Merleau-Ponty foi entrevistado sobre seu último livro, *Signos*. Na ocasião,

perguntaram de quando data seu divórcio com Husserl? Merleau-Ponty responde sem hesitação que esse divórcio começou desde o início.

A primeira resposta direcionada a pergunta “o que é fenomenologia?”, que não é definitiva, mas abre campo de reflexões, como afirma Merleau-Ponty, é que a fenomenologia:

[...] é o estudo das essências, e todos os problemas, segundo ela, resumem-se em definir essências: a essência da percepção, a essência da consciência, por exemplo. Mas a fenomenologia é também uma filosofia que repõe as essências na existência, e não pensa que se possa compreender o homem e o mundo de outra maneira senão a partir de sua “facticidade”. É uma filosofia transcendental que coloca em suspenso, para compreendê-las, as afirmações da atitude natural, mas é também uma filosofia para o mundo já está sempre “ali”, antes da reflexão, como uma presença inalienável, e cujo esforço todo consiste em reencontrar este contato ingênuo com o mundo, para dar-lhe enfim um estatuto filosófico. É ambição de uma filosofia que seja uma “ciência exata”, mas é também um relato do espaço, do tempo, do mundo “vividos”. É a tentativa de uma descrição direta de nossa experiência tal como ela é, e sem nenhuma deferência à sua gênese psicológica ou às explicações causais que o cientista, o historiador ou o sociólogo dela possam fornecer, e todavia Husserl, em seus últimos trabalhos, menciona uma “fenomenologia genética” e mesmo uma “fenomenologia construtiva” (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.1-2).

Ainda sobre os últimos textos de Husserl, Merleau-Ponty (1945/2006) nos mostra que o *Lebenswelt* foi apresentado como o tema primeiro da fenomenologia ao final de sua vida. Nessa obra, o *Lebenswelt* é traduzido pelo mundo-vivido, mas não é somente o mundo que está em nosso passado, mas é ao mesmo tempo um mundo atual e vivo que permite a nossa própria existência, assim como, ele é quem permite ao pesquisador ver horizontes, paisagens, veredas, encontrar outras pessoas, objetos culturais, ou seja, partilhar uma cultura, partilhar o sensível.

Dando continuidade à leitura do prefácio para compreender a fenomenologia de Merleau-Ponty, leio que:

[...] a fenomenologia se deixa praticar e reconhecer como maneira ou como estilo; ela existe como movimento antes de ter chegado a uma inteira consciência filosófica. Ela estava presente em Hegel, Kierkegaard, Marx, Nietzsche e Freud. Só encontramos nos textos aquilo que nós colocamos ali, e, se alguma vez a história exigiu nossa interpretação, é exatamente a história da filosofia. É em nós mesmos que encontramos a unidade da fenomenologia e seu verdadeiro sentido (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.2).

Vejo que Merleau-Ponty reconhece as aquisições filosóficas de Hegel, Kierkegaard, as

reflexões sobre ideologia em Marx, da consciência orgânica de Nietzsche e do inconsciente freudiano. Assim, compreendo que a tarefa da fenomenologia é de perceber o mundo ao mesmo tempo que percebe-se a si mesmo, uma vez que é em nós mesmos que encontramos a unidade da fenomenologia e, conseqüentemente, será em nós mesmos que encontraremos as essências do Aikido. É compreender-se diante dos movimentos e experiências-vividas em conjunto com a leitura dos textos sobre o Aikido e Merleau-Ponty.

Para Merleau-Ponty (1945/2006), a fenomenologia só é acessível a um método fenomenológico que envolve um bloco inseparável, o mundo-vivido, a descrição, a redução fenomenológica, a intencionalidade e a intersubjetividade. A inseparabilidade implica que temos que nos movimentar inspirados nesses conceitos, pois à medida que já estamos descrevendo o mundo-vivido, já estamos também selecionando aquilo que colocamos entre parênteses no fluxo da consciência (redução), atribuindo significado para projetar mundos (intencionalidade) e partilhando e recebendo influências na relação com o outro (intersubjetividade).

Sobre a descrição e o mundo-vivido:

Trata-se de descrever, não de explicar nem de analisar. Essa primeira ordem que Husserl dava à fenomenologia iniciante de ser uma “psicologia descritiva” ou de retornar “às coisas mesmas” é antes de tudo a desaprovação da ciência. [...] Tudo aquilo que sei do mundo, mesmo por ciência, eu o sei a partir de uma visão minha ou de uma experiência do mundo sem a qual os símbolos da ciência não poderiam dizer nada. Todo o universo da ciência é construído sobre o mundo vivido, e se queremos pensar a própria ciência com rigor, apreciar exatamente seu sentido e seu alcance, precisamos primeiramente despertar essa experiência do mundo da qual ela é expressão segunda (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p. 03).

Assim, para defender a tese do Aikido como educação do corpo narro experiências como estudante de Aikido, como auxiliar do meu professor de Aikido em uma experiência vivenciada em uma escola estadual da cidade de Santa Cruz/RN que ocorreu entre 2012 e 2013, uma experiência pedagógica com as artes marciais e jogos de luta na escola em 2014 como professor de Educação Física da educação básica e sobre a implantação do Aikido como componente curricular eletiva na Escola Agrícola de Jundiá em 2022.

Nessa trajetória metodológica, viver o ato de descrever é absolutamente distinto do retorno idealista à consciência, e a exigência de uma descrição pura exclui tanto o procedimento da análise reflexiva quanto o da explicação científica (MERLEAU-PONTY, 1945/2006). Com essa indicação de Merleau-Ponty descrevi relações sensíveis com o corpo

em movimento no Aikido, trazendo as experiências do mundo-vivido e despertando para essa experiência do mundo ao qual a ciência é expressão segunda.

A busca por esse contato primordial ocorre pela redução (*epoché*) fenomenológica, compreendida não como um retorno a uma consciência transcendental diante da qual o mundo se desdobra em uma transparência absoluta, animado do começo ao fim por uma série de apercepções que caberia ao filósofo reconstituir a partir de seu resultado. Ela não é uma substituição da significação do mundo pelo próprio mundo, pois, assim, a redução fenomenológica seria idealista, no sentido de um idealismo transcendental que trata o mundo como uma unidade de valor indiviso entre Paulo e Pedro. O verdadeiro *Cogito* não define a existência do sujeito pelo pensamento – como o fez Descartes – de existir que ele tem, não converte a certeza do mundo em certeza do pensamento do mundo e, enfim, não substitui o próprio mundo pela significação do mundo. Ele reconhece, ao contrário, meu próprio pensamento como um fato inalienável, e elimina qualquer espécie de idealismo revelando-me como “ser no mundo”, como corpo na relação com o outro, que também é corpo. É porque somos do começo ao fim relação ao mundo que a única maneira, para nós, de apercebermos-nos disse é suspender este movimento, recusar-lhe nossa cumplicidade, ou ainda colocá-lo fora de jogo. É realizar um distanciamento, sabendo que não é possível um distanciamento completo e neutro. Não porque se renuncie às certezas do senso comum e da atitude natural – elas são, ao contrário, o tema constante da filosofia, mas porque justamente enquanto pressupostos de todo pensamento, elas são “evidentes”, passam despercebidas e porque, para despertá-las e fazê-las aparecer, precisamos abster-nos delas por um instante, dar um passo para trás ou para frente para ver a riqueza do visível. A melhor fórmula da redução fenomenológica é sem dúvida aquela que lhe dava Eugen Fink, o assistente de Husserl, quando falava de uma “admiração” diante do mundo. A reflexão não se retira do mundo em direção à unidade da consciência enquanto fundamento do mundo; ela toma distância para ver brotar as transcendências, ela distende os fios intencionais que nos ligam ao mundo para fazê-los aparecer, ela só é consciência do mundo porque o revela como estranho e paradoxal. Além disso, a ruptura com o mundo só pode ensinar-nos o brotamento imotivado do mundo. O maior ensinamento da redução é a impossibilidade de uma redução completa (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Outro ponto fundamental da redução fenomenológica e sua característica eidética é nos unir a tese do mundo, a esse interesse pelo mundo que nos define, sem recuarmos para aquém de nosso engajamento para fazer com que ele apareça como espetáculo, sem passarmos de fato de nossa existência à *natureza* de nossa existência, do *Dasein* ao *Wesein*, do ser-aí ao essencial. Mas é claro que aqui a essência não é a meta, que ela é um meio, que

nosso engajamento efetivo do mundo é justamente aquilo que é preciso compreender e conduzir o conceito e que polariza todas as nossas fixações conceituais. Merleau-Ponty, aqui, faz a crítica a Escola de Viena e ao seu positivismo lógico, para cravar que sua fenomenologia não trata-se de um discurso afastado do mundo ou sem experiência, ao contrário, é a partir da experiência que se medem todas as significações da linguagem. As essências de Husserl devem trazer consigo todas as relações vivas da experiência, assim como a rede traz do fundo do mar os peixes e as algas palpitantes. Merleau-Ponty (1945/2006) apresenta uma crítica à Jean Wahl ao dizer que as essências separadas são as da linguagem. É função da linguagem fazer as essências existirem em uma separação que, na verdade, é apenas aparente, já que através da linguagem as essências ainda repousam na vida antepredicativa da consciência. No silêncio da consciência originária, vemos aparecer não apenas aquilo que as palavras querem dizer, mas ainda aquilo que as coisas querem dizer, o núcleo de significação primário em torno do qual se organizam os atos de denominação e de expressão (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Assim, ao apresentar a redução fenomenológica, adentro na intencionalidade fenomenológica. Para Merleau-Ponty (1945/2006), essa intencionalidade só é compreensível pela redução fenomenológica e é citada como a descoberta principal da fenomenologia. A intencionalidade significa dizer que todo corpo, ao estar sempre em relação ao campo fenomenal, é sempre dirigido ao mundo. Para Merleau-Ponty (1945/2206), trata-se de reconhecer a própria consciência como projeto do mundo, destinada a um mundo que ela não abarca nem possui, mas em direção ao qual ela não cessa de se dirigir – e o mundo como este indivíduo pré-objetivo cuja unidade imperiosa prescreve à consciência a sua meta. Ele diferencia a intencionalidade de ato – nossos juízos e nossas tomadas de posição voluntárias – da intencionalidade operante – aquela que forma a unidade natural e antepredicativa do mundo e da nossa vida, que aparece em nossos desejos, nossas avaliações, nossa paisagem, mais claramente do que no conhecimento objetivo, e fornece o texto do qual nossos conhecimentos procuram ser a tradução em linguagem exata.

A intencionalidade é também um modo de pensar, de tentar não explicar o fenômeno, mas vê-lo por diferentes perspectivas e, descrever e sentir, todas essas experiências da relação com o fenômeno. Com isso, a compreensão fenomenológica é diferente de “intelecção clássica” - essa limita-se às naturezas verdadeiras e imutáveis. Quer se trate de uma coisa percebida, de um acontecimento histórico ou doutrina, compreender é reapoderar-se da intenção total – não apenas aquilo que são para a representação as “propriedades” da coisa percebida, a poeira dos “fatos históricos”, as “idéias” introduzidas pela doutrina. Em cada civilização, trata-se de

reencontrar a Idéia no sentido hegeliano, quer dizer, não uma lei do tipo físico-matemático, acessível ao pensamento objetivo, mas a fórmula de um comportamento único em relação ao outro, à Natureza, ao tempo e à morte, uma certa maneira de pôr forma no mundo que o historiador deve ser capaz de retomar e assumir. Essas são as *dimensões* da história (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Com essa indicação metodológica sobre compreensão fenomenológica que efetuo uma incursão pelos aspectos históricos e filosóficos sobre Aikido, buscando ver o fenômeno do Aikido em diferentes perspectivas.

Deve-se compreender de todas as maneiras ao mesmo tempo, tudo tem um sentido, nós reencontramos sob todos os aspectos a mesma estrutura de ser. Todas essas visões são verdadeiras, sob a condição de que não as isolemos, de que caminhemos até o fundo da história e encontremos o núcleo de significação existencial que se explicita em cada perspectiva. A própria reflexão sobre uma doutrina só será total se ela conseguir fazer sua junção com a história da doutrina e com as explicações externas, e se conseguir recolocar as causas e o sentido da doutrina em uma estrutura de existência (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Na esteira de Silva (2003), vejo que o próprio método fenomenológico é educativo, dado que a intencionalidade fenomenológica está presente no educador e no aluno, porque ambos a utilizam como elemento significativo para a apreensão do fenômeno, que é o aprendizado ou a experiência da relação com o conhecimento e que se dá nas relações estabelecidas pelos humanos com o mundo. A redução fenomenológica é fundamental na educação para manter um distanciamento provisório, para olhar a realidade humana como ela é, um retorno as coisas mesmas. É um processo de apreensão da experiência como ela aparece, uma espécie de abandono provisório do mundo, em que se recolhe para dentro de si mesmo como forma de entender e compreender o mundo para se posicionar (refletir, analisar, compreender e interpretar a realidade). Nessa perspectiva, destaca-se a importância de ressaltar que essa suspensão, a redução fenomenológica, no seu estado primitivo é apenas uma “parada” para a compreensão do fenômeno, sendo um ato que tem significado, porque estando no mundo, estamos fadados ao sentido (SILVA, 2003).

A redução fenomenológica envolve a suspensão das crenças e a elaboração das variações imaginativas para expormos os resultados do processo interpretativo. Para compreender a *variação imaginária* citamos a seguinte passagem:

O objetivismo esquece outra evidência, que consiste em não podermos

dilatar a nossa experiência das relações sociais e formar a ideia das relações sociais verdadeiras senão por analogia ou por contraste com aquelas que vivemos, emsuma, por uma *variação imaginária* destas, com relação à qual, por certo, receberão uma nova significação (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p.107).

Nesse caminho, prossigo em movimento no processo de compreensão da fenomenologia de Merleau-Ponty. Dessa forma, deixando-se levar pela fenomenologia tanto como fundamentação epistemológica quanto teórico-metodológica, porque compreendo que a produção de conhecimento (variações imaginativas) ocorre pela relação corpórea que somos e o caminho para atingir o objetivo da pesquisa ocorreu pelo viés da leitura/interpretação, descrição e produção textual sobre o Aikido.

Nesse trilhar fenomenológico de um processo autobiográfico, narrou-se também as experiências-vividas com o Aikido no intuito de compreender seu fenômeno educativo em nossa formação existencial e professoral, assim como, realizou-se uma interpretação de livros sobre Aikido tais como *Budo: ensinamentos do fundador do Aikido*, escrito pelo próprio Morihei Ueshiba e *O espírito do Aikido* de Kishomaru Ueshiba, filho do criador dessa arte marcial. A escolha desses livros deve-se ao fato de lermos diretamente os escritos do próprio Mestre Ueshiba e de seu filho, sem buscar a interpretação de outros pesquisadores, mas os comentadores participam do nosso diálogo para enriquecer sobre a vida e as ideias do Mestre Ueshiba, assim como, sobre questões da história e cultura japonesa.

Para demonstrar essa proposição de tese do Aikido como educação do corpo, organizamos uma estrutura em quatro seções, a saber:

- a primeira seção tem como título *Contextualização sobre o Aikido e a educação como compreensão*, com objetivo de situar e contextualizar os aspectos filosóficos e históricos do Aikido e a relação com a educação como compreensão;
- intitulo a seção seguinte *Aikido e a educação como incorporação das virtudes*, destacando experiências como estudante dessa arte marcial e, concomitantemente, pensando as virtudes que perpassam a filosofia do Aikido e o seu processo educativo;
- a penúltima seção é nomeada de *Corpo como obra de arte e a disciplina da liberdade no Aikido*, onde continuo com os relatos narrando experiências-vividas advindas do corpo em movimento no Aikido, destacando os processos educativos presentes na tensão entre disciplina e liberdade, estabelecendo relações mais próximas com a filosofia de Merleau-Ponty;
- no quarto momento apresento experiências educativas com o Aikido e o conteúdo lutas na

escola, apontando horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos de uma educação sensível inspirada no Aikido e em Merleau-Ponty, tal seção está denominada de *Experiências pedagógicas com o Aikido e as artes marciais em espaços educacionais*.



Imagem 2 – Canto direito do tatame. Fonte: O autor.

SEÇÃO 1 –
*CONTEXTUALIZAÇÃO SOBRE O
AIKIDO E A EDUCAÇÃO COMO
COMPREENSÃO*

Abertura

Se oriente, rapaz
 Pela constelação do Cruzeiro do Sul
 Se oriente, rapaz
 Pela constatação de que a aranha
 Vive do que tece
 Vê se não se esquece
 Pela simples razão de que tudo merece
 Consideração

Considere, rapaz
 A possibilidade de ir pro Japão
 Num cargueiro do Lloyd lavando o porão
 Pela curiosidade de ver
 Onde o sol se esconde
 Vê se compreende
 Pela simples razão de que tudo depende
 De determinação

Determine, rapaz
 Onde vai ser seu curso de pós-graduação
 Se oriente, rapaz
 Pela rotação da Terra em torno do Sol
 Sorridente, rapaz
 Pela continuidade do sonho de Adão
 (Oriente – Gilberto Gil, 1971)

A música de Gil diz muito mais do que consigo escrever sobre as intenções existenciais e de pesquisa, porque ao falar de si, já refaço e modifico a mim mesmo. Nesse embalo, a música, e sua letra poética, bem ritmada, com seus acordes dissonantes, solicita orientação, uma reorganização não somente do corpo no espaço, mas de identificar no horizonte os projetos existências, assim como, embala as cordas do violão ao dizer “determinação”.

Em sua canção, Gil expõe vigor e sensibilidade, e a tensão entre ocidente e oriente, ao trazer imagens do Japão, do Cruzeiro do Sul e o sonho de Adão. Essa música toca-me, literalmente, por remexer as entranhas de lançar-nos no mundo para conhecer um pouco sobre o Japão. Além disso, a música ainda toca no assunto pós-graduação e a imagem da aranha ensina-me a perceber a teia e as relações entre os fenômenos, como na atitude fenomenológica de buscar compreender o fenômeno. Nessa pesquisa o fenômeno é o Aikido como educação do corpo. Por fim, é de um ponto de partida, como brasileiro, que direciono o olhar ao Aikido e à cultura japonesa, não buscando uma essência pronta e acabada, antes disso, agindo e

interpretando os movimentos abertos pelas leituras e as experiências-vividas com o Aikido e a cultura japonesa.

Ao passar pelo portão principal quando estive pela primeira vez na ACAN em meados de janeiro de 2010, deparei-me com um espaço amplo, arejado. Era tarde, por volta das 16h. Entrei lentamente na ACAN e dirigi-me à duas pessoas que estavam tomando café. Percorrendo esse pequeno trajeto, à minha esquerda, havia uma sala com estantes de livros sobre Aikido, cultura japonesa, livros de história, acunputura, entre outros. Essa sala era o escritório. Continuei caminhando em direção aos dois, um era o Sensei responsável pela academia, James Sensei e o outro era um praticante antigo, um faixa-preta.

Educadamente e com uma tranquilidade de um mestre de arte marcial, o James Sensei deu-me uma breve explanação sobre os horários e solicitou que antes de fazer a matrícula, eu experimentasse algumas aulas para poder sentir o que é um treino de Aikido. Eu já vinha decidido a treinar, mas essa atitude do convite para experimentar algumas aulas foi impressionante, captou-me de tal forma que, passados 13 anos, estou novamente investigando a relações entre Aikido e a educação.

Assim, essa primeira seção tem como objetivo apresentar os aspectos históricos do Aikido estabelecendo que faz parte do próprio projeto educativo do Aikido conhecer sua origem e transformações ao longo do tempo, demonstrando uma atitude compreensiva da educação, ou seja, a educação como compreensão humana. Conforme Morin (2000), educar para compreender a matemática ou uma disciplina determinada é uma coisa; educar para a compreensão humana é outra. Nela encontra-se a missão propriamente espiritual da educação: ensinar a compreensão entre as pessoas como condição e garantia da solidariedade intelectual e moral da humanidade.

Nesse caminho do Aikido, como educação compreensiva, essa seção apresenta uma breve narrativa dos aspectos históricos dessa arte marcial dialogando com a filosofia, antropologia e história buscando não cair nos romantismos dos livros que tratam sobre o Aikido, mas compreender que a educação é a revelação dos outros, da condição humana como um concerto de cumplicidades inevitáveis (SAVATER, 2012).

Essa primeira seção destaca que a educação como compreensão valoriza o processo da leitura e escrita de estudos das humanidades e vale ainda destacar o incentivo que James Sensei sempre forneceu não apenas nas aulas de Aikido dentro do tatame, mas nos diálogos fora dele ao enfatizar que a educação é abrir o apetite de conhecimento do aluno, e não oprimir ou pressionar, mas atrair o estudante para o caminho da descoberta, seja nas técnicas marciais, seja nas diferentes formas de investigar o Aikido em seus aspectos filosóficos,

históricos, entre outros.

Com isso, tive a honra de poder pegar emprestados diversos livros sobre a história e filosofia do Aikido da sala supracitada. Atualmente, esses livros não ficam mais dentro da sala, mas de frente para o tatame, facilitando que os estudantes e visitantes tenham acesso ao conhecimento, isto é, uma maneira de organizar o design interior do *Dojo* que propicia o equilíbrio entre o estudos dos livros e o estudos das técnicas, dado que no Aikido um não está separado do outro, a técnica marcial deve refletir a filosofia do Aikido.

Nesse caminho do diálogo e da educação como compreensão é importante frisar que na década de 1950, Merleau-Ponty organizou um grande empreendimento filosófico: reunir, em um único livro, fotografias e histórias dos grandes filósofos, incluindo também filósofos orientais. Esse foi o propósito do livro *Les philosophes célèbres* que foi reeditado e ampliando em 2006 por Jean-François Balaudé. Na referida obra, Merleau-Ponty escreveu textos que abriam as partes do livro e nesse movimento das ideias ele produziu um texto intitulado *A filosofia e o Oriente*. Nesse profundo escrito, ele pensou sobre a filosofia oriental como outra possibilidade de pensar o ser, por isso, faz a crítica a visão de Hegel sobre o Oriente ser apenas um lugar de misticismo. Para Merleau-Ponty (1991):

Não se trata de ir buscar a verdade ou a salvação naquilo que está aquém da ciência ou da consciência filosófica, nem de transportar inalterados para a nossa filosofia fragmentos de mitologia; porém, diante dessas variantes de humanidade que estamos tão longe, de adquirir o sentido dos problemas teóricos e práticos com que se confrontam as nossas instituições, de redescobrir o campo de existência onde nasceram e que seu longo sucesso nos faz esquecer. A “puerilidade” do Oriente tem algo para nos ensinar, ainda que fosse a estreiteza de nossas ideias adultas. Entre o Oriente e o Ocidente, como entre a criança e o adulto, a relação não é a da ignorância com o saber, da não-filosofia com a filosofia; ela é muito mais sutil, admite, da parte do Oriente, todas as antecipações, todas as “prematurações”. A unidade do espírito humano não se realizará por adesão simples e subordinação da “não-filosofia” à filosofia verdadeira. Ela já existe nas relações de cada cultura com as outras, nos ecos que uma desperta na outra (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p. 152).

Essas filosofias da China e da Índia procuraram, mais do que dominar a existência, ser o eco ou o ressoador de nossa relação com o ser. Assim, Merleau-Ponty nos ensina que: “A filosofia ocidental pode aprender com elas a reencontrar a relação com o ser, a opção inicial de que nasceu, a medir as possibilidades para as quais nos fechamos tornando-nos ‘ocidentais’ e, talvez, reabri-las” (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p.153). Aqui, estendo essas considerações de Merleau-Ponty também para o Japão, que apesar de apresentar diferenças entre a China e a Índia, recebeu fortes influências dessas culturas, como veremos na trajetória

histórica do Aikido.

O próprio Merleau-Ponty forjou uma maneira filosófica que era aberta ao diálogo com outras regiões do saber e fundamento-me nessa atitude ao investigar o fenômeno do Aikido como educação do corpo, de uma educação como compreensão, isto é, compreender o Aikido na teia das relações da cultura japonesa.

O Aikido e a cultura japonesa

*Pode-se mesmo dizer
que o “Penso, logo existo” de Descartes
é rigorosamente intraduzível
para o japonês
(LÉVI-STRAUSS, 2012, .35).*

A cultura japonesa tem sido tema de discussões no Ocidente, sobretudo a partir da chamada Restauração Meiji (1868-1912), cujo objetivo principal foi a abertura do Japão para o mercado internacional. Desde então, é possível reconhecer fases distintas na recepção da cultura nipônica no Ocidente: a fascinação pelo exotismo, marcada pela imagem dos samurais, das gueixas e dos artistas clássicos; o fetiche pelo suplício oriental das gravuras eróticas e técnicas de amarração do corpo; a surpresa diante da versão nipônica das artes de vanguarda (dadá e surrealismo), a cumplicidade com os manifestos políticos e os filmes de autor, rodados principalmente entre 1950 e 1970, o encantamento com o aspecto minimalista da arquitetura; e finalmente, a reverência aos objetos de consumo (acessórios Hello Kitty), animês, games, filmes de luta e mangás (GREINER, 2011).

No entanto, a própria Greiner (2011) afirma que muitas destas representações estereotipadas que encantaram o imaginário ocidental, foram radicalmente desconstruídas, gerando uma desestabilização marcante entre os próprios japoneses e seus interlocutores no Ocidente.

O primeiro encantamento que tive com a cultura japonesa advém da experiência como telespectador do canal Manchete quando era transmitido as séries de luta Jiraya, Flashman, Changeman, Cybercorps e os animês Cavaleiros do Zodíaco e Dragon Ball. Os heróis dessas histórias despertavam-me um senso de justiça, honra, entre outros sentimentos que foram compondo uma imagem romântica sobre o guerreiro japonês.

Nesse processo de imersão na cultura japonesa, visitei o Museu Histórico da Imigração Japonesa – situado dentro do edifício da Sociedade Brasileira de Cultura Japonesa

e de Assistência Social⁵ – em São Paulo, no dia 23 de setembro de 2022.

De acordo com informações do próprio sítio eletrônico da referida associação, o museu possui um acervo de mais de 97.000 itens pertencentes aos imigrantes japoneses, tais como documentos diversos, fotos, jornais, microfilmes, livros, revistas, filmes, vídeos, discos LP, quadros de pinturas, utensílios domésticos e de trabalho, além dos *kimonos*, que registram a história desses imigrantes aqui no Brasil. O museu fica localizado nos andares 7, 8 e 9º do prédio do Bunkyo, e conta com uma exposição sobre a trajetória dos imigrantes, sendo elogiada por seu enfoque didático. Ao percorrer esse ambiente que permitiu-me uma viagem tanto ao Japão quanto ao próprio Brasil do início do século XX, percebo-me diante de três grandes heróis das séries de lutas que passavam no canal Manchete, como está na imagem a seguir.



Da esquerda para direita temos: *Black Kamen Rider*, *Jaspion* e *Jiraya*. Essas réplicas possuem aproximadamente 1,80m de altura e causam um impacto emocionante, principalmente por fazer-me lembrar da infância e como esse imaginário do herói samurai, ninja ou robô lutador estava imerso na cultura infantil, nas brincadeiras, na tentativa de reproduzir os movimentos de lutas que eles realizavam para vencer os inimigos. Nesse momento, vejo que despertei um interesse para o repertório de movimento marcial, uma gestualidade que possui uma história, repletas de significados, deixando marcas que perduram até hoje.

Imagem 3: *Black Kamen Rider*, *Jaspion* e *Jiraya*

⁵ A sociedade brasileira de cultura japonesa e de assistência social – *Bunkyo* foi fundada em 17 de dezembro de 1955, com uma missão de grande significado para a comunidade nipo-brasileira e ao relacionamento Brasil-Japão – organizar as comemorações do Cinquentenário da Imigração Japonesa no Brasil, em 1958.

no Bunkyo. Fonte: O autor.

É muito interessante o museu dedicar uma parte de seu acervo para o universo desses animês e séries de luta. Na década de 1990, no Brasil era comum (e ainda é) filmes e desenhos animados sobre artes marciais inspirados na figura do *samurai*. Nessa época, minha visão sobre *samurai* e artes marciais era uma percepção de um guerreiro imponente, cujo mestre é um monge dotado de uma sabedoria inalcançável, vestido com uma roupa longa e folgada, meditando sobre uma rocha, diante de um lago, contemplando o instante de forma tão profunda que se funde ao fluxo dos acontecimentos e que possui uma paciência inatingível. Essa imagem pode ser encontrada em filmes de Jean Claude-Vandamme, Jackie Chan, Steven Seagal, Bruce Lee, e nos desenhos animados e animês japoneses *Samurai Warriors*, entre outros.

No entanto, a cultura marcial não é a principal característica da cultura japonesa. Em uma passagem da obra *Discurso sobre a origem e os fundamentos da desigualdade entre os homens*, publicado em 1755, Jean-Jacques Rousseau enumera as culturas diferentes sobre as quais não se sabe nada ou muito pouco, e as quais seria urgente ir estudar localmente. Para o hemisfério norte ele cita umas quinze nações e termina sua revista com estas palavras: “[...] e sobretudo o Japão” (LÉVI-STRAUSS, 2012).

Da percepção de Rousseau sobre o mundo e de sua curiosidade em saber mais sobre o Japão, já se passaram aproximadamente 265 anos e ainda há um interesse ocidental de conhecer mais sobre esse país, assim como, eles também buscam saber mais sobre os ocidentais. Lévi-Strauss (2012), em seu livro *A outra face da lua: escritos sobre o Japão*, afirma que há no espírito japonês um cartesianismo sensível, em primeiro lugar porque há uma extrema aplicação em repertoriar e em distinguir todos os aspectos do real, sem faltar nenhum e conferindo a cada um importância igual, conforme se vê em seus objetos manufaturados tradicionais, em que o artesão trata com o mesmo cuidado do interior e do exterior, do avesso e do direito, das partes visíveis e das que não o são. Mais que um cartesianismo conceitual, o antropólogo atribui ao Japão um cartesianismo sensível, ou estético. Mesmo expressa dessa forma, a analogia pode parecer forçada, mas ajuda a compreender a sedução exercida, desde o século XVIII, pelo Japão sobre os espíritos ocidentais, como atesta o lugar preponderante que lhe reconheceu Rousseau entre as todas as culturas do hemisfério boreal (LÉVI-STRAUSS, 2012).

Tal obra de Lévi-Strauss não comenta sobre as artes marciais japonesas, mas enriquece-nos com textos sobre a relação entre o mito e a história, a poesia do haikai, a culinária, as roupas, peças e utensílios de porcelana e dos rituais do chá, modos de perceber os

sons, a relação com a natureza e algumas diferenças entre o Japão e o ocidente.

Conforme Greiner (2017), as primeiras descrições ocidentais dos japoneses foram documentadas por missionários e viajantes. Há detalhes curiosos sobre o comportamento dos “exóticos”, envolvendo trajes, penteados, hábitos de higiene e códigos de conduta. Com a chegada da fotografia no Japão e as adaptações para o cinema de Hollywood, as imagens de diários e romances ganham popularidade e estabelecem algumas referências visuais que perduram até hoje, alimentando estereótipos, fetiches e relações de poder. A autora também afirma que as narrativas do corpo oriental sempre divertiram o público, transitando entre o erótico e o exótico, o misterioso e o perigoso. Ela exemplifica essa impressão nos clichês que foram encenados por celebridades como Marlon Brando e Shirley MacLaine, comediantes como Lucille Ball, Mazaropi e toda uma geração de lutadores de artes marciais que migraram para Hollywood, seguindo os passos do pioneiro Bruce Lee. A lista de referências é longa e continuou crescendo com novas versões adaptadas para o cinema de ação, campanhas publicitárias, novelas e jogos virtuais, sem falar nas experiências fora das telas como desfiles, feiras, jogos, encontros de cosplay e tantos outros eventos (GREINER, 2017).

Dentre as relações entre a cultura japonesa e o ocidente, Lévi-Strauss (2012) destaca duas recusas como maiores diferenças perpassando essas duas visões de mundo, a saber: a recusa do sujeito e a recusa do discurso. Para Lévi-Strauss (2012), a recusa do sujeito é oriunda da influência recebida pela cultura japonesa advinda do hinduísmo, do taoísmo e o budismo que negam o eu como evidência primeira, antes disso, essas doutrinas tratam-o como um caráter ilusório, o eu não passa de um arranjo provisório de fenômenos biológicos e psíquicos sem elemento durável tal como um “si”, uma aparência vã, fadada a se dissolver. A outra recusa, Lévi-Strauss (2012) aponta que desde os gregos, o ocidente crê que o homem tem a faculdade de apreender o mundo utilizando a linguagem a serviço da razão: um discurso bem contruído coincide com o real, atinge e reflete a ordem das coisas. Para os orientais, ao contrário, todo discurso é inadequado ao real. A natureza última do mundo, a supor que essa noção tem algum sentido, nos escapa.

Nessa perspectiva Berque (1990) corrobora com essa recusa do sujeito e do discurso no pensamento nipônico. As distinções sujeito/objeto, sujeito/predicado, locutor/audiência, por exemplo, são fluidas na língua japonesa. Dito de outra forma, o sujeito é pouco importante na construção linguística. Por outro lado, o campo de ação do sujeito é bem definido. O sujeito não tem nem anterioridade nem é preeminente, ele aparece de maneira contingente, determinado pela situação que é mais antiga que ele. Para esse geógrafo e especialista em cultura japonesa, a língua dessa cultura não parte da pessoa tal qual ela é, mas

em função da situação na qual ela encontra-se. Quando um japonês fala, não é um *ego*, mas um certo papel social que muda de acordo com a exigência da situação (BERQUE, 1990).

Assim, é impossível traduzir para o japonês a máxima cartesiana: *cogito, ergo sum*. No entanto, isso não significa o aniquilamento do sujeito, ao invés de ser uma causa, ele é um resultado de uma situação:

Assim como a sintaxe japonesa constrói as frases por determinações sucessivas indo do geral ao especial, o pensamento japonês põe o sujeito no fim do caminho: ele resulta da maneira como os grupos sociais e profissionais cada vez mais restritos se encaixam uns nos outros. O sujeito encontra assim uma realidade, é como o lugar último em que se refletem seus pertencimentos (LÉVI-STRAUSS, 2012, p.35).

Quanto à recusa do discurso, Lévi-Strauss (2012) sublinha que os japoneses possuem aversão às fraseologias, sua desconfiança dos raciocínios a priori, por conta do seu apego à intuição, à experiência e à prática. Portanto, conclui Lévi-Strauss (2012), a cultura japonesa recebe diversas influências da ásia e num passado mais próximo, da europa. E, mais recentemente, tem dialogado bastante com os Estados Unidos da América. Com isso, mesmo com esses empréstimos, a cultura japonesa não perdeu sua especificidade, ainda assim, a ásia, a europa e a américa podem aí encontrar imagens de si mesmas, profundamente transformadas.

Tal característica de transformação e hibridismo podem ser vistas na maneira como os japoneses absorveram o zen-budismo e foram modificando o xintoísmo.

O Xintoísmo é considerado a primeira religião do Japão, séculos antes do contato com o povo chinês. O termo Xintô significa caminhos dos Deuses. Os praticantes acreditam que cada coisa no mundo possui um espírito, sendo manifestação do divino. A prática xintô envolve a lealdade ao Imperador, o patriotismo e a veneração aos ancestrais e a ideia de seguir as forças da Natureza. Esse sistema religioso preconiza o caráter firme, reto e a valorizar a simplicidade (SUGIMURA, NAGAI & DALISSIER, 2016).

Conforme Sugimura, Nagai e Dalissier (2016), o xintoísmo é uma “religião” agrária, animista e xamanica. Os espíritos divinos (*Kami*) constituem forças, frequentemente de natureza sem forma humana, que habitam as coisas, quer elas sejam naturais (árvores, rios, corpos celestes) ou de ordem do espírito (sentimentos, pensamentos, atos, destino, escolhas). Essa religião não é nem politeísta nem monoteísta, porque os oitocentos miríades de espíritos divinos são tanto expressões nominais de um kami que ele mesmo não é único, mas introduz em uma expressão um termo incompleto, por exemplo, *kami no mikoto* significa espírito

divino mestre do centro do céu.

Esses mesmos autores explicam que nessa religião os cultos aos *kamis* aparecem em sua origem sem ensinamento escrito, sem doutrina. Ela é caracterizada como um modo de vida ancestral, sobretudo agrícola: seus deuses são apresentados segundo um modelo reproduzido, como os portadores da energia vital e não como criadores *ex nihilo*. Os dois textos básicos dessa religião foram sistematizados em 712 (*Kojiki* – Crônicas das coisas antigas) e em 720 (*Nihon Shoki* – Crônicas história do Japão) sobre uma influência chinesa. Com isso, esses autores indicam que é importante evitar denominar o xintoísmo como unicamente japonês, isto é, como uma religião pura e originalmente do Japão. O próprio Xinto (*Shin - to*), caminho dos deuses, é uma oposição ao caminho de Buda, pregado pelo budismo (SUGIMURA, NAGAI e DALISSIER, 2016).

Lévi-Strauss (2012) ao refletir sobre o lugar da cultura japonesa no mundo, demonstra que os japoneses não separam sua história de seus mitos. Segundo o antropólogo, isso ocorre talvez porque a história escrita foi iniciada tardiamente, logo é comum enraizar as histórias nos mitos. Sem dúvida, o ocidente também tem seus mitos, mas há séculos se aplica em distinguir o que diz respeito aos mitos e ao que diz respeito à história: só são julgados dignos de consideração os acontecimentos confirmados.

O ano 538 de nossa Era é considerado o ano oficial de entrada do Budismo no Japão. Já o Zen-Budismo foi introduzido no país nipônico por Yôsai (1141-1215), chefe de uma seita chinesa, em 1191. Os artistas, poetas e pintores foram os responsáveis por difundirem o Zen ao povo japonês. Assim, o Zen penetrou na língua, nas artes, no arranjo de flores e paisagens, na cerimônia do chá, no tiro de arco e flecha, no *Ju-Jutsu* e nas técnicas respiratórias (HUARD & WONG, 1990). O Zen foi integrado às diferentes manifestações da cultura de movimento do Japão do século XII, isto é, por meio do Zen, os japoneses passaram a atribuir outros sentidos ao corpo, outras formas de se relacionar com o corpo.

Lévi-Strauss (2012) também comenta sobre o zen a partir de pintura de Sengai. Segundo o antropólogo francês, a pintura zen exprime a essência do pensamento búdico, que recusa toda realidade permanente aos seres e às coisas, e aspira pelo despertar de um estado em que são abolidas as distinções entre a existência e a não existência, a vida-e-morte, a vacuidade e a plenitude, o eu e o outro, o belo e o feio; estado também que, em virtude dos mesmos princípios, todos os meios são bons para atingir: o zen não estabelece nenhuma hierarquia de valores entre a meditação transcendental, o trocadilho ou a derrisão.

O Zen é um prolongamento do Budismo e do Taoísmo. É considerado como a arte de voltar à natureza, de deixar o espírito “em paz”, de modo a libertá-lo e a permitir que

“cavalgue o vento” e “caminhe no ar” (HUARD & WONG, 1990).

Nessa vereda de compreender o zen-budismo, Han (2019) nos afirma que nessa filosofia não há a pergunta “o que é”. Quem lança essa pergunta a um Mestre Zen, não raramente, recebe uma batida de bastão. Para esse filósofo coreano, não podemos cair no erro de Hegel em tentar utilizar conceitos onto-teo-lógicos como substância, essência, Deus, poder, soberania e criação, porque são todos inadequados para o Zen-Budismo. Han (2019) nos diz que o “nada” budista é tudo, menos uma substância. O “nada” budista não se deixa determinar como aquela força substancial que rege o mundo e permite que tudo se origine e venha a ser segundo uma ordenação. O “nada” significa, antes, que *nada domina*. Isso porque Buda não é *senhor*. Dele não parte nenhuma “soberania”, nenhum “poder”. Buda não *representa* nada. Ele não encarna a substância infinita em uma singularização individual (HAN, 2020, grifos do autor).

Hadot (2018), ao tratar a filosofia como maneira de viver, nos mostra que essa atitude contemplativa e silenciosa da atitude zen, também faz parte da nossa história ocidental, por mais que muitas vezes sejam esquecidas, são temas que permanecem pela sua força existencial por serem exercícios espirituais. Para Hadot (2018)⁶, essas atitudes espirituais fundamentais são temas de meditação que dominaram a história do pensamento ocidental. O tema do presente enquanto presença é um exemplo. Ele nos mostra que a felicidade está somente no momento presente, primeiramente, por uma simples razão de vivermos o presente, e porque o passado e o futuro são quase sempre fonte de sofrimento. O passado nos entristece, seja simplesmente porque ele passou e nos escapou, seja porque ele nos dá uma impressão de imperfeição; já o futuro nos inquieta porque ele é incerto e desconhecido. No entanto, cada momento presente nos oferece a possibilidade de felicidade.

A filosofia e a psicologia budistas se fundem sobre a relatividade lógica e experimental do duplo sujeito-objeto. Segundo Dogen: “Estudar o budismo, é estudar a si-mesmo. Estudar a si-mesmo, é esquecer de si-mesmo. Esquecer o eu, é ser iluminado por todas as coisas”. No contexto do Zen, o estudo de si reenvia não somente a investigação do si real, mas também para descobrir as inclinações subjetivas do falso eu. Esquecer o eu é cruzar o véu cegante tecido pelo falso eu (HAN, 2019).

⁶ Tradução livre: *Ces attitudes spirituelles fondamentales sont en fait des thèmes de méditations qui ont dominé l'histoire de la pensée occidentale, Le thème du présente est un exemple [...] Le bonheur est dans le moment ne vivons que le présent, tout d'abord pour la simple raison que nous ne vivons que le présent, ensuite parce que passé et avenir sont presque toujours source de souffrance: le passé nous chagrine, soit tout simplement parce qu'il est passé et nous échappe, soit parce qu'il nous donne l'impression d'une imperfection; le futur nous inquiète parce qu'il est incertain et inconnu. Mais chaque moment présent nous offre la possibilité du bonheur* (HADOT, 2018, p.256-257).

Dogen foi um grande mestre zen do século XIII, tendo desenvolvido sua concepção espiritualidade no autoconhecimento do silêncio, da meditação e contemplação. Essas características são notadas por Hadot também na filosofia ocidental da antiguidade (estoicos, Epicuro, Platão, Aristóteles, Plotino, Marco Aurélio, entre outros) e estabelece um paralelo com a filosofia de Dogen:

Tal atitude visa, como no budismo, alcançar a paz de espírito, rejeitando a distinção entre bom-para-mim e ruim-para-mim, renunciando a afirmar a individualidade de alguém contra o mundo e contra outras. Isso me leva a esclarecer o que me atraiu ao pensamento de Dôgen. De um modo geral, há uma tendência a ir além do ponto de vista do ego individual, egoísta, parcial e parcial, a substituir-se no Todo e, assim, elevar-se a uma perspectiva cósmica. É um passo quase constante em todas as filosofias da Antiguidade (HADOT, 2019, p.242).⁷

Depois, Hadot (2019) aborda a importância do leitor ocidental abrir-se para um universo de pensamento profundamente diferente do seu, mesmo se a própria experiência e sua própria tradução lhe permitem entrever que, finalmente, os mesmos problemas espirituais são apresentados e se colocam sempre para toda humanidade.

De acordo com Cleary (2016), ao longo da história do Japão, a política e a religião mantiveram uma relação estreita. Entre outras escolas do budismo japonês, o Zen se desenvolveu em conjunto com o declínio da aristocracia da corte e o estabelecimento de uma estrutura de poder centralizada pela elite militar. Aos olhos de seus discípulos Samurais, essa doutrina espiritual também tinha a vantagem distinta de ter sido importada diretamente da China. O zen não era, entretanto, a única seita capaz de atrair muitos seguidores entre os guerreiros - que, além disso, não eram mais capazes do que outros para dominar tal disciplina. No entanto, ainda permaneceram na forma japonesa de Zen alguns traços aparentemente indelévels de influência militarista - e, inversamente, a marca do Zen parece ter marcado profundamente o comportamento dos guerreiros.

Cleary (2016) nos mostra que um dos problemas que causa confusão na interpretação sobre zen foi o fato de Daistsu Teitaro Suzuki levado o Zen para o mundo como sendo simplesmente um quietismo ou algo submisso a forças irracionais. Apresentando outra perspectiva, Cleary afirma que longe de ser irracional, o ensinamento Zen leva nossa atenção

⁷ Tradução livre: *Une telle attitude est dessinée comme dans le bouddhisme à atteindre la paix de l'âme par le rejet de la distinction entre le bom-pour-moi et le mauvais-pour-moi, par le renoncement à affirmer son individualité contre le monde et contre les autres. Cela me conduit à préciser ce qui m'a séduit dans la pensée de Dôgen. D'une manière générale, on y décèle uma tendance à dépasser le point de vue du moi individuel, égoïste, partial et partiel, pour se replacer dans le Tout et se hausser ainsi à une perspective cosmique. C'est une démarche presque constante dans toutes les philosophies de l'Antiquité* (HADOT, 2019, p.242).

sobre a irracionalidade de uma vida dominada pelos instintos e emoções. Uma das primeiras etapas da prática budista consiste precisamente a levar em conta os efeitos de nossas pulsões – e perceber como eles nos deixam vulneráveis sobre todos os planos aos assaltos do mundo exterior.

Boa parte da compreensão de que o zen sempre é algo entre silêncios e mistérios deve-se ao D.T. Suzuki escolheu as histórias enigmáticas para difundir o Zen para os ocidentais. Contrariamente à isso que imaginam os praticantes zen irracionais, superficiais, por meio de suas versões comerciais ou prosélicas, Shôsan mostra claramente que o Caminho é baseado na razão, partindo do princípio que a regra budista e os princípios sociais não são nada de outra aplicação de uma honestidade autêntica, focada sobre a exatidão do pensamento e justa ação. É uma ética social (CLEARY, 2016).

Nessa reflexão entre o zen e o guerreiro japonês, Cleary (2016) demonstra que longe de ser irracional, o ensino do Zen atrai nossa atenção sobre a irracionalidade de uma vida dominada pelos instintos e emoções. Uma das primeiras etapas da prática zen é precisamente perceber os efeitos de nossas pulsões e conhecer como elas nos deixam vulneráveis para o mundo exterior.

Os processos de refinamento das técnicas de luta dos guerreiros japoneses estendem-se no período feudal de 1192 a 1868. Antes de 1192, os samurais eram agricultores que lutavam por seus senhores e suas terras; também eram chamados de *bushi*. Mas, sua ascensão social ocorreu no governo militar formado pela família Minamoto em de 1192. Esse Xogunato (governo militar) preconizava a austeridade e o aprimoramento das artes marciais e sua disciplina; esses estudos foram codificados e chamados de *Bushidô* – Caminho do samurai. Assim, o samurai, além de proteger seu *Daimyô* (Senhor feudal) e suas terras, deveria assegurar a coleta de impostos territoriais e defender-se das possíveis invasões de clãs vizinhos (BULL, 2004; 2007).

A meta da educação do *Bushidô* era formar um guerreiro de caráter forte, austero e essa formação está baseada em três princípios: *chi* (sabedoria), *jin* (benevolência) e *yu* (coragem). O currículo dava importância aos estudos dos clássicos chineses (principalmente Confúcio), a caligrafia, a história, ética, estratégias e táticas militares, *kenjutsu* (arte da espada), *bajutsu* (arte da cavalaria), *jujutsu* (arte suave) e arte de atirar com arco e flecha, em japonês, *kyujutsu* (BULL, 2007).

Além dos conhecimentos e do ritual citado nos parágrafos anteriores, o uso da espada também engloba uma série de significados e atitudes do guerreiro em relação a si mesmo e ao clã no qual ele está inserido. A *katana*, espada em japonês, quando feita por um Mestre

espadeiro é capaz de cortar canos de espingarda ou partes do corpo em apenas um ataque. O brilho, a forma elegante, o potencial letal e a beleza da espada eram tidos como modelo para a vida do samurai. O uso da espada envolve um sistema elaborado de etiqueta: a limpeza, a empunhadura e a transferência para outra pessoa. A espada é considerada uma obra de arte e símbolo de posição social no clã (BULL, 2007).

De acordo com Cleary (1992), a espada é um dos três símbolos fundamentais da antiga religião japonesa – o xintoísmo, e da dinastia imperial também, a qual viveu vários séculos de conflitos étnicos e das guerras tribais. Com isso, a espada encarnou no coração dos séculos o espírito mesmo dos samurais, que estenderam progressivamente seu controle sobre as províncias da ilha nipônica e tornaram-se a potência dominante durante oito séculos, do século XI ao século XIX. A espada torna-se também um grande símbolo para o *budo*.

A palavra *Budô* significa caminho ou via (*Dô*) marcial (*Bu*), e esse termo passou a ser o novo objetivo das artes marciais do Japão do século XIX. De acordo com Bull (2007), depois do declínio da classe samurai a partir da Era Meiji, as técnicas (*jutsu*) marciais transformaram-se em caminhos (*Dô*) marciais com o objetivo de formar uma força moral necessária a construção de uma sociedade forte e saudável. Por isso, o *Kenjutsu* se tornou *Kendô*, *Iaijutsu* passou a ser *Iaido*, *Jujutsu* o atual *Judô*, e assim com outras técnicas que também se tornaram caminhos.

Um contraponto com essa visão de Bull (2004;2007) é a pesquisa de Benesch (2014) que defende a tese segundo a qual *bushido* é um termo extremamente recente no Japão, sendo postulado entre por volta 1900, tendo uma influência europeia e cristã nessa formulação de caminho do guerreiro, contendo inspiração na imagem do nobre cavaleiro medieval inglês. Segundo esse historiador:

Da última década do século XIX em diante, as origens e o caráter do bushidô (o 'caminho do samurai') têm sido objeto de debate entre estudiosos, políticos, escritores e o público em geral no Japão e no exterior. O Bushidô tem sido postulado como a própria 'alma' do povo japonês, o 'espírito animador' e a 'força motora' do país muito depois que a classe samurai deixou de existir. Em sua interpretação popular, os princípios atribuídos ao bushidô incluem coragem, benevolência, polidez, altruísmo, sinceridade, honra, lealdade, autocontrole e um forte senso de justiça - virtudes também encontradas em textos que romantizam o ideal cavalheiresco europeu. Essa semelhança não é coincidência, já que as primeiras discussões significativas sobre o bushidô moderno foram diretamente inspiradas pelo discurso inglês sobre as raízes do cavaleiro na cavalaria medieval (BENESCH, 2014, p.1).

Esse historiador esclarece que esses processos de romantização do guerreiro samurai ocorreu por um processo de interpretação anacronista e realizado por pessoas que não tinham formação específica em antropologia, sociologia, história, assim como, não percebem as relações entre as ideias e atitudes dos samurais e sua relação com a política. No trecho a seguir vemos um comentário crítico de Benesch após analisar textos de samurai escritores com algumas situações de guerra do Japão:

Os militares japoneses usaram o bushidô para moldar atitudes em relação à morte desde a época da Guerra Russo-Japonesa, com mortes nobres ou corajosas vistas como manifestações do espírito guerreiro único do Japão. Essas narrativas enfatizavam a virtude do autossacrifício, como no suicídio dos oficiais do Hitachi Maru em 1904, na “bomba dos três heróis” e nos ataques de submarinos em miniatura a Pearl Harbor e Sydney Harbour. Em todos esses casos e em muitos outros, relatos sensacionalistas dos eventos que ocorreram encobriram erros táticos e falhas de equipamento para exaltar o espírito dos homens que morreram no cumprimento do dever (BENESCH, 2014, p.207).

Um pouco a frente, ver-se-á que tal romantização também ocorre com o Aikido ao abordar a vida do Mestre Ueshiba, o criador do Aikido. Voltando ao bushido que é visto como um dos fundamentos do Aikido, Benesch (2014) explana que tal conceito teve sua primeira grande difusão na era Meiji, entre 1895 e 1910, foi retomado no período da Segunda Grande Guerra e atualmente é utilizado por grandes corporações para motivar seus funcionários. Conforme Benesch (2014), o conceito de *bushidō* foi tipicamente retratado como a origem "do ethos corporativo atual de competitividade de grupo, auto-sacrifício individual e lealdade à empresa. Livro clássicos japoneses como o *Hagakure* e o Livro dos Cinco Anéis (*Gorin no sho*) de Miyamoto Musashi enchem as prateleiras das livrarias. Os CEOs descreviam seus pensamentos sobre o bushidô em boletins corporativos, com esses ensaios repletos de algumas citações atribuídas a samurais famosos.

Assim, o fato é que as artes marciais e o conceito de *bushido* fazem parte do imaginário social através dos animês, filmes, desenhos animados, mangas, vídeos games, compondo um tema relevante para cultura de movimento e para ser pensado, investigado e discutido no meio acadêmico.

Nesse caminho de compreender o Aikido em uma perspectiva das humanidades, uma visão de mundo compreensiva, tem-se que as artes marciais eram literalmente uma arte de matar, uma arte de vencer batalhas e algumas transformaram-se em uma arte da vida, como um caminho de paz, como é o caso do Aikido, na passagem da mudança de *bujutsu* para *budo*, de *Aikijutsu* para *Aikido*, como será apresentado ao comentar sobre a vida de Morihei Ueshiba.

Morihei Ueshiba

O Aikido foi divulgado na mídia televisiva nos filmes de pouco sucesso do ator Steven Seagal, tais como *Nico acima da lei* (1988), *Difícil de matar* (1990) e *Marcado para a morte* (1990). Em Prado (2014), ao estudar sobre a história do Aikido, nota-se que essa arte marcial adquiriu grande visibilidade internacional especialmente após a estreia do filme “Nico acima da lei” (*Above the Law*), protagonizado pelo astro hollywoodiano Steven Seagal em 1988. Nessa trama, Seagal interpreta um detetive da polícia (Nico Toscani) de Chicago, e veterano da Guerra do Vietnã, que ao final de sua adolescência se interessa por artes marciais, e resolve viajar ao Japão para estudar o Aikido. As cenas de lutas ganham destaque ao longo de toda a película, sobretudo, enfatizam por meio de diferentes sequências e planos de filmagem, a efetividade das técnicas marciais de Aikido empregadas pelo protagonista. Mesmo fazendo parte de um subgênero cinematográfico já bastante difundido à época – o dos filmes que mesclam artes marciais com ação policial – Seagal conseguiu se distinguir de outros astros e artistas marciais como Bruce Lee, Chuck Norris, e Jean-Claude Van Damme em função de um estilo marcial bastante eficiente, e sem o uso dos golpes de impacto, como socos e chutes, constantes nos filmes norte-americanos de artes marciais. Desde então, o Aikido passou a ser conhecido como a arte marcial que usa a força ou a energia do oponente contra ele mesmo, e que tem exclusivamente a finalidade de defesa pessoal.

Conforme Pranin (1995), apesar de o Aikido ter tornado-se mais conhecido através desses filmes, sua filosofia não bem demonstrada nessas películas que esbanjam violência e acentuam o ego do ator que é um artista marcial. Por outro lado, a ideia geral do Aikido é muito mais privilegiar interações harmoniosas entre seus praticante sem depositar confiança na força física.

O aspecto fundamental do Aikido é o pensamento de seu criador, Morihei Ueshiba, também chamado de *Ô Sensei*. Foi no contexto da Era Meiji que nasceu Morihei Ueshiba, o criador da arte marcial chamada de Aikido, que significa o caminho (DO) da harmonia (AI) com o *ki* (KI).

Filho de Yoroku e Yuki Ueshiba, Moritaka Ueshiba, nasceu em Tanabe, província de Kii (atualmente Prefeitura de Wakayama) em 14 de dezembro de 1883, 15 anos após o início da Era Meiji. Por volta de 1893 já tinha interesse pelo *Budô*, assim como por filosofia e religião. Conforme Pranin (1995), Yoroku Ueshiba (1843-1920) era um rico proprietário, membro influente do Conselho Municipal da vila de Tanabe e tinha participação nos negócios

de pesca e de madeira, assim como, era respeitado pelas pessoas da comunidade local (PRANIN 1995; UESHIBA, 2005)

Pranin (1995) narra que a frágil saúde de Morihei causou muita preocupação ao seu pai, e ele se esforçou ao máximo para proteger a constituição delicada de seu filho e herdeiro. Ele encorajou-o a fortalecer seu corpo gradualmente. Mais tarde, ele mostrou uma certa predisposição para a aritmética e cálculo, tendo recebido uma oportunidade de viajar para Tóquio, onde realizou um curto aprendizado no mundo dos negócios.

Conforme Kishomaru Ueshiba (2005), em 1902, com 18 anos, abriu a Loja Ueshiba que vendia artigos escolares e para escritórios, mas ele adoeceu e o pequeno negócio fracassou.

Essa mesma história é relatada por Pranin (1995), mas com alguns acréscimos. Pranin conta que Morihei foi enviado a Tóquio para trabalhar em uma empresa. Yoroku desejou que seu filho pudess adquirir a experiência necessária para ter sucesso no comércio. No entanto, Morihei mostrou mais entusiasmo para o estudo das artes marciais, durante a noite, do método Jujutsu Tenjin-ryu do que dos negócios da família. Pouco sabe-se sobre esse período inicial de estudo das artes marciais exceto que o professor do jovem Ueshiba se chamava Tokusaburo Tozawa (1848-1912), mas Morihei adoeceu de beribéri com menos de um ano em Tóquio e foi forçado a voltar para Tanabe.

Depois de se recuperar de sua doença, Morihei começou a transformar seu corpo em um físico poderoso graças a exercícios projetados para desenvolver simultaneamente força e resistência. Por volta de 1903, enquanto os eventos se desenrolavam que levaria à guerra russo-japonesa, Morihei, impulsionado pelo fervor patriótico predominante, alistou-se no 61º Regimento de Infantaria de Wakayama como um simples soldado de infantaria. Uma vez que ele foi convocado para o exército, sua habilidade para as artes marciais acabou aumentando, especialmente no manuseio de baioneta (PRANIN, 1995; UESHIBA, 2005).

Além disso, Ô Sensei praticou e dominou outras artes marciais, dentre as quais destacam-se o *Kenjutsu* da Escola Shinkage e o *Jujutsu* da Escola Daitō. Uma de suas realizações mais notáveis foi receber o mais alto certificado da escola Daitō das mãos do Mestre Sokaku Takeda. Sendo esse último estilo de *jujutsu* que despertou no Fundador o significado das artes marciais (UESHIBA, 2005).

Corroborando com o relato de Ueshiba (2005), Omiya (2007) também comenta que foi o *aiki jujutsu daito ryu* que exerceu grande influência na constituição filosófica e técnica do Aikido de Morihei Ueshiba. Ele aprendeu essa arte marcial ao ser estudante de Sokaku Takeda (1860-1943), considerado o 35º Grão-Mestre da tradição *Daitoryu*. Além desse

conhecimento de tradição familiar, Takeda participou de vários combates nas ruas de areia do Japão e criou seu próprio *Daitoryu*. No início de 1900, em Hokkaido (norte do Japão), Takeda começou a ensinar seu estilo *daito* para público tornando um conhecimento que era exclusivo de sua família para outras pessoas. Por volta de 1915, Morihei conheceu Takeda tornando-se seu estudante e recebendo a licença para ensinar o *Daitoryu* em 1922 (OMIYA, 2007).

O conceito de *aiki*, pivô central do Aikido quando do *Daitoryu*, é extremamente antigo. Referência clara às técnicas de *aiki* pode ser encontrada na narrativa do *Kojiki*, do século VIII. O conceito de *ki* é conhecido dos estudantes do *Chi Kung* chinês, que chama essa energia de *chi* ou *qi*. Em outras culturas há uma palavra semelhante para comentar sobre esse princípio harmônico da energia universal que anima toda a existência ou força vibrante que ativa a vida: na Roma antiga, era *aura*; na Índia, era o *prana*, no Japão, é o *ki* (OMIYA, 2007).

Em seguida, Morihei conhece Onisaburo Deguchi, líder espiritual de uma seita xintô chamada *Oomoto-kyu*, dedicando ao estudo da pureza espiritual e buscando criar um céu terra. Ao juntar os saberes do samurai, a ideia de *aiki* do *daitoryu* e as questões espirituais da *Oomoto-kyu*, Morihei começa a afirmar que o verdadeiro *budo* é o caminho da grande harmonia e do grande amor por todos os seres e que cada movimento consiste no funcionamento da unidade *ki-mente-corpo* (UESHIBA, 2005).

A natureza e a profundidade dos ensinamentos de Onisaburo transformou as concepções espirituais de Morihei e forneceu a base para uma visão ética, a mesma que permeia profundamente o Aikido. Aprendendo espiritualidade com Onisaburo Deguchi, o mestre Ueshiba transformou as técnicas de combate corpo a corpo do *Daito-ryu* em um caminho espiritual no Aikido moderno, transformando-o em um *budo*.

Com isso, o *Budô* passou a ser literalmente o estilo de vida de Morihei Ueshiba, treinando e estudando diariamente. Aproximadamente em 1922, ele estabeleceu sua própria forma independente de *Budô*, o *Aiki-bujutsu*. O termo *bujutsu* refere-se aos princípios e técnicas de artes marciais mais antigas; sua inovação aparece no uso do vocábulo *aiki* como uma palavra específica. Na tradição japonesa, existem poucas referências ao termo *aiki* e quando aparece tem sentido psicológico e não fazia parte de uma arte marcial. Assim, em uma arte marcial, foi a primeira vez que a ideia de união do *ki* de lutador com o *ki* do adversário foram utilizados. Essa ideia de *aiki* é uma influência das escolas *Kito* e *Daito* que se baseiam no princípio do *Yin* e do *Yang* e no uso do *ki*, mas seu sentido principal está no próprio treinamento do *Budô*, experiência de vida e compreensão de *ki* do mestre Morihei (UESHIBA, 2005).

Em 1942, o Mestre Morihei oficializa o termo Aikido para designar o seu Budô. Ele realiza essa mudança, pois não queria que sua arte fosse obrigada a fazer parte da Grande Associação citada anteriormente, embora fosse um patriota. Também alterou o nome, pois o nome Kobukan Aiki-Budô dava a ideia de um ramo ou estilo Kobukan de outra arte marcial. Assim, afirmou o novo nome Aikido para identificar sua arte como uma forma original e distinta de Budô, sendo reconhecida oficialmente (UESHIBA, 2005).

O Mestre Ueshiba passou seus trabalhos administrativos para seu filho Kisshomaru e dedicou seu tempo (pós-guerra até sua morte) de vida para elaborar a filosofia do Aikido. A partir dos estudos de Stevens (2004), apresentamos os princípios básicos do pensamento do Aikido.

Para finalizar a estrutura básica dos valores no Aikido, citamos agora os três princípios filosóficos da unidade propostos pelo *Ô Sensei*: 1) *a mente deve estar em harmonia com o funcionamento do Universo*; 2) *o corpo deve estar ajustado com o movimento do Universo*; e 3) *mente e corpo devem ser um só, unificados com a atividade do Universo* (UESHIBA, s/d *apud* UESHIBA, 2005, p.25).

Morihei Ueshiba criou esses princípios básicos pensando no difícil período pelo qual passava o Japão, dentre os quais podemos citar a rápida modernização e o envolvimento em grandes guerras. Assim Morihei desenvolveu o Aikido para que qualquer pessoa pudesse treinar e concluiu que o verdadeiro espírito do Budô não deve centrar-se em competições e combates, mas buscar a perfeição como ser humano através de treinamento cumulativo, unificando o *ki* individual com o *ki* universal (UESHIBA, 2005).

Nesse sentido, o Aikido de Morihei não é um esporte competitivo, não participando de eventos competitivos ou de confrontos que incluam divisões por pesos, classificações baseadas no número de vitórias e a premiação de campeões. Essas características dos esportes de luta são consideradas como alimento para o egoísmo, para a vaidade pessoal e o pelo desinteresse nos outros. Não é objetivo do Aikido criticar as outras artes marciais por tornarem-se esportes. Sobre isso, a transcrição a seguir é esclarecedora:

Não estamos criticando as demais artes marciais por se tornarem esportes modernos. Historicamente, essa direção era inevitável para a sua sobrevivência, especialmente no Japão pós-Segunda Guerra Mundial, quando todas as artes marciais foram proibidas pelas autoridades da Ocupação Aliada. Mesmo como esportes, atraíram o interesse de muitas pessoas, quer como participantes quer como espectadoras. Isso é positivo, pois não há como negar que os jovens, de modo especial, são atraídos às artes marciais devido às competições e torneios que decidem quem é o melhor no campo. A despeito dessa tendência, o Aikidô se recusa a entrar

nesse círculo e permanece fiel à intenção original do Budô: o treinamento e o cultivo do espírito (UESHIBA, 2005, p. 23).

Tem-se que o Aikido é um exercício de aperfeiçoar a nossa condição humana em seus princípios éticos relacionados ao aprendizado e à compreensão das dívidas, ao exercício das gratidões e das virtudes como enunciado nos princípios básicos dessa arte.

Por meio desse esboço sobre a experiência com as virtudes do bushido, o contexto filosófico e religioso do Japão, sobre a vida de Morihei, que se configuram como pontos importantes para afirmar que o Aikido como educação do corpo, como uma educação sensível. Segundo Merleau-Ponty (1945/2006), o sensível é aquilo que se apreende *com* os sentidos, mas nós sabemos agora que este “com” não é simplesmente instrumental, que o aparelho sensorial não é um condutor, mas o sensível é um embricamento entre sensações e significados advindos das nossas relações circulares com o mundo, com o outro e consigo mesmo.

Nessa perspectiva, compreendo o Aikido como uma técnica de sensibilização corporal a partir das técnicas de lutas de imobilização e projeção, além dos exercícios de respiração, automassagem e massagem, alongamentos, rolamentos e movimentos com espadas de madeira, bastões de madeira e faca de madeira.

É preciso reconhecer que há no Aikido aspectos históricos relacionados aos processos que o Japão vivenciou no início do século de uma visão militarista estabelecendo relações com o nazismo alemão, mas que houve uma percepção profunda do Ô Sensei em sair dos extremos políticos e religiosos, como vemos no relato de Gozo Shioda, que morou com Morihei:

Se permite dizer, eu sou um completo ateu. Tenho me dedicado ao Aikido há mais de cinquenta anos e passei um longo período servindo ao lado de Ueshiba Sensei; mesmo assim, continuo indiferente aos aspectos religiosos do Aikido.

Uma das maiores qualidades do Sensei é que ele jamais nos impôs suas crenças religiosas. Naturalmente havia muitas pessoas no *dojo* que eram adeptas da religião Omoto, e o próprio Sensei me levou várias vezes ao templo, mas ele nunca me dizia que eu tinha de ter fé nos deuses. Esse assunto ficava por conta de nossa escolha pessoal (SHIODA, 2010, p.175-176).

Essa atitude do Mestre Ueshiba e do discípulo, Gozo Shioda, que também tornou-se mestre, demonstram essa atitude do Aikido como uma educação compreensiva. Nas palavras

de Morin (2000), o processo de compreender inclui, necessariamente, um processo de empatia, de identificação e de projeção. Sempre subjetiva, a compreensão pede abertura, simpatia e generosidade.

Por isso, compreendendo e defendendo que o Aikido educa para sermos compreensivos, reconhecendo, respeitando e valorizando os aspectos xintoístas e budistas do Aikido, assim como, suas influências do budo e bushido, vejo o Aikido como uma arte marcial que propicia uma experiência da consciência corporal, permitindo um autoconhecimento do contato consigo mesmo, do contato com o outro, da própria respiração e do ritmo da respiração do outro, compondo uma como compreensão humana.

Aikido no Brasil

O Aikido chegou em terras brasileiras através de alguns mestres e os principais são os Senseis: Reishin Kawai, Teruo Nakatani e Ichitami Shikanai.

O Sensei Kawai nasceu na província de Shimane localizada no sudoeste do Japão, Munenori Toshio Kawai, ou simplesmente Reishin Kawai como ficou conhecido posteriormente, é tido como o primeiro a aportar em nossas terras. Nesse sentido, o título de Sensei é duplamente merecido, visto que essa expressão japonesa porta simultaneamente o significado de Mestre ou Professor e indica na sua forma literal “aquele que veio antes”, ou “aquele que chegou primeiro” (PRADO, 2014). Ele foi aluno direto de Aritoshi ou Aritomo Murashigue (1895–1984) como também era conhecido, foi aluno direto do fundador do Aikido e recebeu do próprio Morihei Ueshiba, a incumbência de divulgar o seu caminho marcial na Europa. Seu nível de graduação e a natureza de sua delegação, conferiam ao Mestre Murashigue a permissão para realizar exames de graduação e conceder outros títulos sem a prévia autorização do próprio fundador. Dessa forma, o senhor Reishin Kawai foi designado a iniciar e difundir o Aikido em terras brasileiras.

Após retornar ao Brasil, Kawai Sensei abriu sua primeira academia em 09 de janeiro de 1963 no centro de São Paulo. Em 1979 juntamente com outros alunos criou a FEPAI (Federação Paulista de Aikido) da qual se afastou em 1990 em virtude de divergências internas. Posteriormente criou a União Sul-americana de Aikido Kawai Shihan, instituição que dirigiu até o seu falecimento em 26 de janeiro de 2010.

Nessa sequência história, alguns estudantes do Kawai Sensei tiveram a missão de implantar o Aikido pelo nordeste e o Sensei Rodrigo Martins foi o enviado para o Rio Grande do Norte em 1999. Esse Sensei formou um grupo de faixas-preta entre 2003 e 2004, tornando

esse grupo a liderança do Aikido em nosso estado potiguar pelo razão de ter ido residir nos Estados Unidos da América entre 2004 e 2005. James Sensei foi aluno direto do Sensei Rodrigo, assim como, teve a honra de conhecer e treinar com Kawai Sensei. Atualmente, o responsável pelo Aikido em terras potiguares é o Sensei James, graduado 5º Dan pela Aikikai, sendo o principal Sensei da Acan por volta de 2012.

As aulas de Aikido na ACAN seguem uma sequência pedagógica praticada de maneira semelhante ao que ocorre no Hombu Dojo, sendo sempre iniciada com os processos de reverência, momento de exercícios respiratórios, aquecimento, alongamento, rolamentos e estudos das técnicas. Às vezes, ao final da aula, o Sensei faz uma reflexão sobre a filosofia do Aikido, relações com as situações políticas do país, do estado ou da cidade; demonstra uma percepção do clima (se irá chover, se fará calor, etc...), enfatiza a importância do treino ou convida todos para um *jyu-waza*, momento o Sensei aplica técnica em todos os praticantes presentes naquele treino e/ou ordena que os faixas-preta também apliquem técnicas nos estudantes menos graduados.

Prosseguindo na aula de Aikido, o momento após as reverências diz respeito às movimentações básicas, a saber: *ukemi* e *tai sabaki*. Num sentido restrito, *ukemi* são os rolamentos e quedas, no sentido amplo é a arte do *uke* receber uma técnica. *Tai* (corpo) *sabaki* (movimento) engloba as movimentações do corpo que podem ser realizadas no mesmo eixo ou em alguma direção.

O *ukemi* é uma forma de se defender de um ataque e seu princípio teórico para sua execução consiste em transformar o corpo em uma esfera, para girar ou usar o pêndulo, deixando a energia fluir naturalmente. Um praticante experiente deve cair macio e sem barulho.

Dessa maneira, *ukemi* também pode significar as quedas que a pessoa tem durante sua vida e um exercício de humildade, determinação e segurança que indica que o praticante não está orgulhoso de ter sido arremessado, mas que ele está determinado a se levantar novamente e continuar o treino e a vida (STEVENS, 2004).

A experiência do *ukemi* oferece ao corpo uma forma diferente de habitar o espaço, outra maneira de perceber o corpo: a partir do *contato* com o chão. Esse movimento é uma oportunidade para o praticante sentir seus músculos posteriores, massageá-los, escutá-los, respeitá-los; esses músculos grandes e fortes que são esquecidos e só são lembrados quando “gritam” de dor.

Por essas características e pela filosofia da sensibilidade oriunda do zen-budismo, o Aikido também pode se configurar como uma prática corporal alternativa, como uma técnica

de sensibilização, de consciência e conhecimento do corpo. Ao treinar repetidas vezes esses movimentos, o corpo aprende a repeti-los sem pensar por um processo racional, mas a ação brota com naturalidade, compondo uma educação do corpo.

O rolamento como essa ação de girar exige do praticante uma consciência do corpo em movimento, um desprendimento e um relaxamento de toda as extremidade e costas, contraindo o abdômen em consonância com a respiração. Esse giro não é somente se jogar e rodar, mas saber quais as partes do corpo que devem tocar o chão e as partes que não tocam, assim como, a importância da respiração. É o corpo que gira transformando-se numa esfera.

No *Tai sabaki*, o círculo também é importante, essa noção esférica no se-movimentar. Os movimentos do *tai sabaki* no Aikido advêm dos estudos de Morihei Ueshiba sobre *kenjutsu* (arte da espada) da escola Shinkage. O *kenjutsu* era praticado pelos samurais que dedicavam suas vidas ao aprendizado do uso da espada para defender seu clã, seus familiares e a si mesmo.

A rotação esférica tem grande importância para a Filosofia do Aikido, pois sua aplicação consiste em refinar e suavizar técnicas agressivas, objetivando não machucar o oponente num combate. Sobre esse assunto, Ueshiba (2005) nos diz que o princípio e aplicação da rotação esférica foram concebidos por Morihei em resposta a questões como: Sem recorrer a uma violência imprudente ou a uma trapaça psicológica, e ao mesmo tempo conservando a integridade do Budô, qual é a forma adequada de vencer o adversário? Como podemos projetar uma defesa contra alguém que seja superior em tamanho, força e aplicação?

Com essa leitura sobre o *ukemi* e o *tai sabaki*, a partir dos textos de Ueshiba (2005), estabeleço algumas relações sobre o corpo e o espaço. Os movimentos no Aikido são inspirados na dinâmica rotacional do Universo:

O *tai sabaki*, movimento adequado do corpo, simboliza os aspectos essenciais do Aikido expresso através dos movimentos que contribuem para a harmonização com a mudança dinâmica. Em última análise, as técnicas de movimento corporal baseiam-se na unidade espiritual com a ordem do cosmos e na unidade dinâmica com o Universo em constante mutação (UESHIBA, 2005, p. 56).

No Aikido há uma relação entre o corpo e o Universo tanto pela unidade ki-mente-corpo-universo quanto utilizar movimentos circulares inspirados no Cosmo. Percebemos aqui uma aproximação entre a noção de espaço nessa arte marcial e a noção fenomenológica de espaço.

Merleau-Ponty (2006) nos mostra que esse observador é o corpo, e o espaço é constituído por um ato global do sujeito perceptivo – o corpo. Esse filósofo reconhece que o espaço é anterior as nossas experiências: “o mundo já está sempre “ali”, antes da reflexão, como uma presença inalienável, e cujo esforço todo consiste em reencontrar este contato ingênuo com o mundo” (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.1)

Para Merleau-Ponty (1945/2006) não tem sentido falar do espaço sem que haja a experiência de um sujeito nesse espaço, ou melhor, a experiência de um sujeito que habita o espaço, esse conjunto aberto de coisas em direção às quais nós nos projetamos (p.518).

Assim, a relação corpo-espaço no Aikido apresenta um vasto campo de significados. Além dos movimentos circulares do *tai sabaki* e do *ukemi* baseados na dinâmica rotacional do Universo que se configuram como exemplos dessa relação entre o corpo e o espaço, o Dojô é um espaço repleto de símbolos que só existem na relação praticante (corpo) – dojô (espaço).

Após as movimentações básicas, agora é o momento que o *Sensei* apresenta, pelo exemplo, as técnicas de imobilização e/ou projeção. Na verdade, o exemplo da conduta e etiqueta do professor é a forma de ensinar a/na Filosofia do Aikido. Para demonstrar uma técnica, o *Sensei* convida um praticante mais experiente (*senpai*), para ser *uke* ou *nague*, no intuito de mostrarem a técnica aos praticantes mais novos (*kohai*) que estão sentados observando o movimento.

O *Sensei* e o *senpai* apresentam a técnica em diferentes perspectivas, mostram a aplicação da técnica de frente, dos dois lados e de costas para aqueles que observam. A cada mudança de posição, o *Sensei* vai descrevendo os aspectos filosóficos e cinesiológicos que compõem a técnica, realizando um estudo do movimento: a) para o *nague* é necessário saber entrar para aplicar a técnica, não perder o eixo, encontrar o ponto de desequilíbrio e realizar o *tai sabaki*; b) o *uke* deve saber ser conduzido, ser flexível e relaxado, manter o eixo e conhecer o momento de utilizar o *ukemi*.

O *Sensei*, pelo exemplo, ensina que no instante de realizar o *ukemi*, o *uke* deve estar relaxado e flexível, e o mais importante, entregar-se completamente ao *nague*, sem tensão, de forma atenta para qualquer eventual mudança no movimento e na força aplicada.

No momento da aula, o *Sensei* expressa o conhecimento, é ele quem tem mais experiência e conhece a arte marcial há mais tempo. Inclusive, *sensei* significa aquele que veio antes ou aquele que tem mais experiência. A observação de seus gestos pelo estudante de Aikido pode se configurar como aprendizagem. Podemos dizer que, nesse ato de observação, os movimentos do *Sensei* são movimentos concretos e os praticantes realizam os movimentos abstratos.

Ambos os conceitos foram elaborados por Merleau-Ponty (2006) e a principal diferença está no fundo do movimento: o fundo do movimento concreto é o mundo dado, enquanto que o fundo do movimento abstrato é construído. A passagem a seguir do livro *Fenomenologia da Percepção* é esclarecedora:

O movimento abstrato cava, no interior do mundo pleno no qual se desenrolava o movimento concreto, uma zona de reflexão e de subjetividade, ele sobrepõe ao espaço físico um espaço virtual ou humano. O movimento concreto é portanto centrípeto, enquanto o movimento abstrato é centrífugo; o primeiro ocorre no ser ou no atual, o segundo no possível ou no não-ser; o primeiro adere a um fundo dado, o segundo desdobra ele mesmo seu fundo. A função normal que torna possível o movimento abstrato é uma função de “projeção” pela qual o sujeito do movimento prepara diante de si um espaço livre onde aquilo que não existe naturalmente possa adquirir um semblante de existência (MERLEAU-PONTY, 2006, p. 160-161).

Nesse sentido, os movimentos vividos no mundo pleno pelo *Sensei* são projetados pelos aprendizes em suas observações e reflexões sobre esses mesmos movimentos. Os estudantes imaginam a si mesmos realizando aqueles movimentos. O *Sensei* torna-se o exemplo do movimento, o qual que deverá ser vivenciado e adaptado a realidade corporal dos praticantes.

Após apresentar a técnica juntamente com o *senpai*, o *Sensei* permite um tempo para que os praticantes vivenciem entre si essa mesma técnica. Nesse instante, os estudantes atuam tanto como *nague* quanto *uke*. Formam-se as duplas e cada um dessa dupla experimenta a técnica como *nague* duas vezes (uma pelo lado direito e outra pelo lado esquerdo). Conseqüentemente, o outro será o *uke* duas vezes, e vice-versa.

O Sensei Morihei Ueshiba compreende que o treinamento visa à harmonia, à união e as pessoas com quem treinamos não são vistas como agressores, mas como alguém que se treina para harmonizar, conviver e juntos acompanhar as leis do Universo. Para esse autor, o *nague* e o *uke* devem criar uma energia harmônica de amor e felicidade, pois o relacionamento é extremamente importante no Aikido.

Nessa relação ente *nague* e *uke* a técnica não deve ser praticada meramente como um movimento no espaço, mas ao aplicar uma técnica de projeção ou torção de articulações, o *nague* além de aprender a neutralizar o companheiro de treino, deve ter a intenção de alongar as articulações envolvidas no movimento, ensina Sensei James (ARAÚJO, 2009).

Para que isso ocorra, também é necessária a entrega do *uke*, tentar sentir a parte do corpo que está sendo alongada pela aplicação da técnica pelo *nague*, como também deixar ser

desequilibrado e saber utilizar o *ukemi* adequado para não se machucar e manter a estética da técnica.

O ato de ser *uke* também remete a sensação de estar num combate real e perceber o quanto a técnica que está sendo aplicada pelo *nague* pode ser fatal. Assim, ser o *uke* é se colocar no lugar do outro, que talvez um dia o praticante tenha a necessidade de usar a técnica contra alguém. Esse respeito ao outro é um ponto de grande relevância para a Filosofia do Aikido. Nas palavras de Stevens (2004), o propósito do Aikido é a unificação entre eu e os outros.

Nesse sentido, ao compartilhar uma técnica, o *nague* e o *uke* tornam-se a técnica, por meio da técnica eles coexistem. O compartilhar da técnica só é possível, pois, o *nague* e o *uke*, cada um dos dois é um corpo, logo o compartilhar da técnica é uma relação corporal momentânea.

Em Merleau-Ponty, a relação entre um corpo e outro corpo é comparada ao próprio corpo, assim ele diz:

[...] como as partes de meu corpo em conjunto formam um sistema, o corpo de outrem e o meu são um único todo, o verso e o reverso de um único fenômeno, e a existência anônima da qual meu corpo é a cada momento o rastro habita doravante estes dois corpos ao mesmo tempo (MERLAU-PONTY, 2006, p. 474).

Essa valorização do outro na Filosofia do Aikido é de grande importância e torna essa arte marcial relevante socialmente. Dessa forma, um Dojô de Aikido é um ambiente de inclusão social, um local de convivência e aprendizado.

Para Stevens (2004), um dos sentidos do Aikido é “acordo mútuo”, é uma atividade social. Nos treinamentos não deve existir segregação quanto ao gênero, cor, tamanho, idade, religião.

O propósito de Aikido é a unificação entre o corpo e o espírito, masculino e feminino, o eu e os outros, o homem e a natureza, o indivíduo e a sociedade. A obra do Aikido é nos conectar uns aos outros, para fazer as coisas vibrarem, para criar um céu na Terra (STEVENS, 2004, p. 99).

Nessa linha de pensamento social e inclusão, umas das características que vem ocorrendo no Aikido é o aumento na quantidade de mulheres que procuram o Aikido. No Japão, o número de mulheres praticantes de artes marciais, como Judô, Kendô, Karatê têm

aumentado, e no Aikido esse fenômeno tem ocorrido com uma maior intensidade. Esse fenômeno está acontecendo porque o Aikido é um *Budô* aberto a todas as pessoas que aspiram unificar o *ki* universal com o *ki* individual; também por ter a não-discriminação e não-exclusividade como características básicas na Filosofia do Aikido (UESHIBA, 2005).

Essas características do Aikido é algo interessante para pensarmos as artes marciais, uma vez que estas eram usadas para guerra e o Budô tradicional, desenvolvido no período de feudalismo (Era Tokugawa: 1602 - 1868), era direcionado exclusivamente para os homens (*Idem*).

Atualmente, as mulheres treinam e, conforme Ueshiba, elas devem saber que:

O Aikido para mulheres é claramente um Budô, e não existe diferença no treinamento de mulheres e de homens. As mulheres que realmente praticam Aikido sabem disso. Com isso não queremos negar o fato de que algumas mulheres começam a praticar o Aikido pensando que ele é útil para autodefesa, ou que é um exercício ideal para a saúde e a beleza. Elas foram enganadas por jornais e por artigos de revistas que descrevem a popularidade do Aikido entre as mulheres (UESHIBA, 2005, p. 73).

Com isso, entendemos que o praticante de Aikido deve estar focado no caminho (Dô), em desenvolver um estilo de vida coerente com os valores da Filosofia do Aikido, ou seja, respeita a si mesmo, o outro e a Natureza, não se limitando a questões como a saúde, a beleza e autodefesa. Sobre isso, Ueshiba diz:

Logo que começam a treinar, elas percebem que Aikido significa praticar repetidamente, o que exige unidade de mente e corpo e o cultivo do poder do ki. Os benefícios que essa prática possa trazer à saúde e à beleza ou à autodefesa são apenas subprodutos que não têm nenhuma relação com o espírito do Aikido. Buscar esses resultados afoitamente e como um fim em si mesmo fará com que se solape a verdadeira valorização do que o Aikido tem a oferecer (UESHIBA, 2005, p. 73).

Outro ponto que merece um lugar nesse estudo, em especial nesse subtópico, é o envolvimento da família nos treinamentos do Aikido, especificamente entre pai e filho. Geralmente os pais que treinam arte marcial tentam influenciar seus filhos a treinarem também ou pais que sofreram durante a infância não querem que o filho passe pela mesma situação. Sobre isso, Ueshiba adverte que:

Especialmente os pais que têm filhos que não são tão agressivos e fortes quanto outros têm a tendência de forçá-los à prática do Aikido como se ele fosse a solução de problemas. Pensar que o Aikido possa tornar seus filhos mais rijos e fortes é cometer uma injustiça contra os filhos e também contra o Aikido, uma vez que este rejeita todas as formas de violência, justificada ou injustificada. De outro modo, não seria diferente das outras formas de artes marciais em que lutar e vencer são simples mercadorias (UESHIBA, 2005, p. 73).

Frente a essa citação do Mestre Ueshiba, vejo uma aproximação com a filosofia de Merleau-Ponty, uma vez que para esse filósofo francês a relação com o outro é sempre complexa, e entre pai e filho não é diferente. Diversos atritos acontecem pelo fato de que os pais têm em vista o futuro, e os filhos, mesmo os adolescentes, apenas o presente. Merleau-Ponty nos mostra que:

Assim, mesmo sem querer, não se pode evitar invadir a liberdade delas (crianças). O dever do adulto é, porém, reduzir essa invasão ao que é estritamente necessário. Não respeitar todos os caprichos da criança, mas não considerar tudo como capricho. Precisamos examinar nossa própria atitude e ter o cuidado de evitar o que, em nossa conduta, não é ditado pela situação presente, mas provém de traumas antigos. Mas é preciso ir ainda mais longe e aceitar para a criança os riscos que aceitamos para nós. Aliás, ao evitarmos todos os riscos para a criança, com isso mesmo criamos outros. As relações com a criança nunca serão absolutamente objetivas, mas devemos agir de tal modo que o desequilíbrio não ocorra em detrimento da criança (MERLEAU-PONTY, 2006b, p.102).

Além dessas relações (estudante-professor; estudante-estudante; homem-mulher; pai-filho), a Filosofia do Aikido também envolve a consideração com os antigos, assim como com aqueles que ainda virão treinar para continuar a tradição.

Para os praticantes e mensageiros da arte que contribuíram para o crescimento e desenvolvimento do Aikido, o estudante atual deve ser grato pelas ações dos pioneiros. Ao mesmo tempo, é tarefa manter vivo o período da fundação, o desenvolvimento, o recolhimento e o novo começo (Segunda Guerra Mundial) para lembrar que o Aikido não surgiu repentinamente do nada, mas é fruto de uma cadeia de eventos, começando com o *Sensei* Morihei Ueshiba e seus discípulos (UESHIBA, 2005).

Essa atitude de solidariedade perpassa todas essas etapas (e de outras etapas que não foram trabalhadas) de uma aula de Aikido, começando consigo mesmo, ao buscar cuidar de si mesmo, estendendo essa intenção de equilíbrio ao outro e ao mundo.

Então, de modo suave o corpo habita o espaço, move-se experimentando diferentes técnicas que possuem significados históricos e culturais, cria relações com o outro ao aprender e partilhar as técnicas marciais, constituindo um espaço de convivência e de aprendizagem, do Aikido como educação do corpo.

Reforço que essa educação do corpo envolve uma atitude compreensiva, vista como um processo empático de percepção do outro como corpo. Para Merleau-Ponty (1948/2004), o outro nunca é um puro espírito, ao contrário, só o conheço através de seu olhar, de seu gesto, de suas palavras, em suma, através de seu corpo. É a partir da relação que experimentamos com o outro, no mundo, dentro do nosso campo de existência e de possibilidades de uso do corpo que o outro é um fenômeno. O filósofo continua expondo essa relação entre eu e o outro comentando que o outro é esse corpo animado de todos os tipos de intenções, sujeito de ações ou afirmações das quais ele lembra e que contribuem para o esboço de sua figura moral para ele. Por fim, não seria possível dissociar alguém de sua silhueta, de seu estilo, de seu jeito de falar, de movimentar-se (MERLEAU-PONTY, 1948/2004).

Uma educação como atitude compreensiva é adentrar nessa teia de relações dialéticas que ocorre entre o singular e o coletivo, a experiência individual e a noção de grupo, viver o próprio o corpo identificando-se e diferenciado-se dos outros corpos que nos cercam, porque:

Não há vida em grupo que nos livre do peso de nós mesmos, que nos dispense de ter uma opinião; e não existe vida "interior" que não seja como uma primeira experiência de nossas relações com o outro. Nesta situação ambígua na qual somos lançados porque temos um corpo e uma história pessoal e coletiva, não conseguimos encontrar repouso absoluto, precisamos lutar o tempo todo para reduzir nossas divergências, para explicar nossas palavras mal compreendidas, para manifestar nossos aspectos ocultos, para perceber o outro. A razão e o acordo dos espíritos não pertencem ao passado, estão, presumivelmente, diante de nós, e somos tão incapazes de atingí-los definitivamente quanto de renunciar a eles (MERLEAU-PONTY, 1948/2004, p.50).

Nessa imbricação entre historicidade individual e historicidade coletiva, o Aikido conduz-me nessa educação como atitude compreensiva de ver o outro e a filosofia de Merleau-Ponty direciona-me nessa reflexão de reconhecer a experiência da ambiguidade entre a percepção de si como corpo e a percepção do outro, também como corpo.

Essa atitude educativa, que diálogo empatia e compreensão, enfatiza a metamorfose do próprio pesquisador de reconhecer uma metamorfose ao conciliar sua brasilidade e o estudo

sobre o Aikido, assim como, ser praticante de Aikido em terras tupiniquins: um encontro. A filosofia de Merleau-Ponty e as técnicas do Aikido em sua sensibilidade exaltam o encontro:

Observar o homem de fora é a crítica e a saúde do espírito. Porém não para sugerir, como Voltaire, que tudo é absurdo. Mais para sugerir, como Kafka, que a vida humana está sempre ameaçada e para preparar, pelo humor, os momentos raros e preciosos em que acontece aos homens, se reconhecerem e se encontrarem (MERLEAU-PONTY, 1948/2004, p.53).

Por isso, defendendo que o Aikido educa para sermos empáticos com o outro, configurando uma arte marcial que propicia uma experiência do conhecimento de si, do contato com o outro, tendo os encontros entre corpos como diálogos raros e preciosos, compondo uma educação como compreensão, em um movimento compreender a si mesmo e ao outro, mesmo sabendo da infinitude dessa tarefa existencial.

Essa apresentação do Aikido em seus aspectos históricos e filosóficos, da história de vida do Mestre Morihei Ueshiba, da organização de uma aula de Aikido abrem espaço para adentrarmos mais uma vez no *tatame* e conhecer o Aikido e a educação como incorporação das virtudes.



Imagem 4 – Posicionamento quase central frente ao *Kamiza*. Fonte: O autor.

SEÇÃO 2 – O AIKIDO E A EDUCAÇÃO COMO INCORPORAÇÃO DAS VIRTUDES

Abertura

Após passarmos pela primeira seção onde teve uma introdução sobre os aspectos históricos e filosóficos do Aikido, tem-se nessa seção o objetivo de apresentar uma reflexão sobre as virtudes do *bushido*, reconhecendo que tais virtudes já são resultado de um processo híbrido das trocas culturais entre os pensadores japoneses que estudaram na Europa e buscaram sistematizar aspectos teóricos sobre o samurai (BENESCH, 2014).

Para tanto, nessa seção descrevo experiências-vividas no tatame interconectando com algumas reflexões sobre as virtudes no Aikido, um caminho para reforçar a tese do Aikido como educação do corpo e o processo de educação dar-se-a pela aprendizagem das virtudes, uma incorporação dos valores vividos no tatame.

No Aikido, as virtudes dessa arte marcial remete-se ao uso do *hakama*, uma vestimenta utilizada pelo *bushi*, o famoso guerreiro do Japão feudal cujo objetivo era defender seu clã e seu *Daimyo*, para tanto, seus saberes marciais não eram apenas as ferramentas para atingir tal meta, mas compunham uma missão de vida, uma tarefa divina, uma senda espiritual. As virtudes desse guerreiro estão marcadas nas sete pregas dessa calça alargada cuja função era esconder a movimentação dos pés e pernas, proteção contra animais e insetos e facilitava a cavalgada.

Conforme Lowry (2011), o *hakama* utilizado nos dojos é, tecnicamente, *joba-hakama*, uma versão com as pernas separadas (*joba* significa andar a cavalo). A separação das pernas tornava mais fácil o ato de montar. Um *hakama* típico possui quatro pregas na perna direita e três na esquerda. Há histórias que circulam pelos dojos que essas sete pregas representariam as virtudes do guerreiro nobre. Não há evidências que realmente essas pregas sejam para simbolizar as virtudes.

Ainda nas palavras de Lowry (2011), o Aikido parece ser o único budo moderno em que o uso do *hakama* é algum tipo de privilégio ou prova de graduação⁸. Por que isso evoluiu dessa maneira no Aikido é um mistério, mas não foi sempre assim. A maioria das fotos mais antigas de treinos de Aikido (por volta de 1930) mostra todos os praticantes usando o *hakama*. Só algum tempo depois da segunda guerra mundial que o *hakama* passou a ser ligado às graduações nos dojos de Aikido. Uma possível explicação para esse fato é que, com o rápido crescimento dessa arte marcial, os professores precisavam de uma forma rápida para identificar os principiantes, portanto o *hakama* era reservado aos que receberam a graduação

⁸ No Brasil e na ACAN, os homens só podem utilizar o *hakama* após aprovação para faixa-preta e as mulheres quando obtém aprovação para faixa-roxa.

de *dan*.

Outro fato interessante, de acordo com Greiner (2015) sobre as roupas japonesas é que os quimonos, conhecidos em sânscrito *kasaya* (na leitura japonesa, *kesa*), eram as vestimentas tradicionais dos monges. A sua importância não estava apenas no valor têxtil, mas no tipo de associação com a pessoa que o vestia. Havia uma conexão singular entre os quimonos e as histórias de vida de seus donos. Nesse contexto, os quimonos eram considerados verdadeiros tesouros. Greiner (2015) também destaca que *kasaya* nunca foi apenas um uniforme, mas que era uma espécie de certificação de transmissão zen e a prova oficial de transmissão do dharma seria a própria vestimenta. Para o discípulo Zen, a relação com o mestre se espelhava no ato de transmissão da veste. O *kasaya* que o mestre costurava, o seu retrato e a certificação por escrito eram as provas que asseguravam a passagem da sabedoria.

No Aikido, o ritual de passagem para o primeiro grau de faixa-preta, *shodan*, que significa o primeiro *yudansha* é fortemente marcado pelo uso do *hakama*. Isso ocorreu para mim em janeiro de 2022, após passar dois anos na faixa-marrom, James Sensei fez o convite e disse que precisaria treinar mais seis meses para poder obter a chance de ser avaliado no exame de faixa. Foi um momento muito importante no caminho do Aikido uma vez que passei a dedicar-me mais ainda tanto ao condicionamento físico quanto na realização das técnicas do Aikido.

Assim, vejo a relação entre as pregas do *hakama* e as virtudes do samurai como um campo fértil para refletir o Aikido como educação do corpo, principalmente pelo processo de incorporação das virtudes que ocorrem no treino ao aprender as técnicas, transformar o corpo em uma leveza de uma pluma, forte como uma montanha, dinâmico como água, ardente como o fogo, preparando para enfrentar diferentes situações, principalmente da própria existência.

Uma experiência com as virtudes no tatame

Nesse leve caminhar das ideias e de um certo regime de sensibilidade, o objetivo desse momento é apresentar e refletir sobre as sete virtudes destacadas no quadro abaixo dialogando com a experiência educativa e vivida no *tatame* da ACAN, nosso *Dojo*.



A seguir, narrarei experiências a partir do aprendizado do Aikido enquanto conceituo cada virtude, assim como, apresento uma noção geral de virtude.



No Aikido, aprender os movimentos técnicos não é somente selecionar formas de utilizar os músculos, antes disso, é aprender valores e princípios que educam e contribuem para uma formação sensível.

A primeira virtude escolhida é a reverência, porque ela guia nossa atitude para entrar no tatame. O Aikido carrega a tradição da etiqueta e cortesia japonesa, *Reigi Saho*. *Reigi* significa etiqueta e *Saho*, cortesia e essas atitudes têm influências do Xintoísmo, Bushidô e Budismo. Desde os tempos antigos do Japão, uma máxima do Budô é: começa com etiqueta e termina com etiqueta. No Aikido, a etiqueta não é ensinada por imposição ou ameaças, antes é a consequência natural de aprender observando os mais antigos (UESHIBA, 2005).

Cada praticante ao entrar no *Dojô* deve reverenciar o *Kamiza*, lado do tatame onde fica a imagem do fundador Ueshiba e/ou algum kanji⁹. Ao *Kamiza* deve ser direcionado respeito e gratidão. Após esse ato, o praticante deve sentar em *Seiza* e esperar a entrada do professor, do *Sensei*.

O professor de Aikido no início da aula reverencia o *Dojô* e entra nesse espaço posicionando-se em *Seiza* de frente ao *Kamiza* e de costas para os praticantes. Em seguida, o *Sensei* e os praticantes reverenciam juntos o *Kamiza* realizando duas vezes o *Zarei* (cumprimento sentado), batem duas palmas¹⁰, permanecem em *Seiza* até o *Sensei* convidá-los novamente a baterem duas palmas para, por último, realizarem um cumprimento entre professor e aprendizes. De acordo com Stevens (2004), essas reverenciais no início e fim de um treino refletem o respeito pelos Deuses Japoneses, pela tradição do Aikido, pelos outros praticantes e por si mesmo. Esse ritual das palmas e reverências acontecem no início e fim de uma aula de Aikido. Para tal estudo, foco agora na descrição e sentido da posição *seiza* e *zarei*, posturas importantes para o Aikido e em outras diferentes manifestações da cultura de movimento japonesa.

9 Kanji é um tipo de escrita ou alfabeto japonês.

10 As palmas é uma influência do Xintoísmo e simboliza, por meio da vibração, agitar as energias estagnadas que eventualmente estejam impregnando o ambiente. Outro significado, advindo também do Xintoísmo, refere-se à união espiritual entre os praticantes e os deuses, em japonês chamado de *musubi*.



Imagem 5 – Em seiza. Foto por Jonathan Martins Pinto e editada pelo autor.

Ao lado esquerdo, temos a posição *seiza*, termo japonês que significa não apenas sentar sobre joelhos, mas é, ao mesmo tempo, uma atitude de respeito, reverência, um gesto cortês frente ao Caminho. A proposição desse gesto é equilibrar a retidão da coluna com uma leve inclinação do pescoço. As mãos estão repousando sobre as pernas dando continuidade ao relaxamento dos ombros. Os tornozelos estão ausentes de tensão e as pernas em um formato triangular para formar uma forte e equilibrada base, em harmonia com o tatame.

Essa imagem é um texto que nos apresenta um ato de aproximar-se ao máximo do chão, mas sem demonstrar preguiça ou cansaço, em posição de *seiza*, olhar suavemente para o *kamiza*, recordar o caminho, lembrar dos primeiros Mestres: Ô Sensei, Kawai Sensei, Rodrigo Sensei e nosso atual mestre, James Sensei. Todo treino de Aikido inicia com um processo de reverência ao caminho.

Ao estar em *seiza* e realizar o *zarei*, tal gesto diminui o corpo diante da beleza da história do aikido, de seus grandes mestres e dos mestres que ensinam em Natal/RN. Assim, aproximar nossa região do peitoral, é juntar nosso coração ao chão, expor nossas costas e pescoço, encostar as mãos no chão e simultaneamente formando um triângulo com nossos polegares e indicadores, o símbolo do *kamae*, uma posição de base forte e tranquila.

A reverência é uma virtude também da troca, uma dádiva, uma vez que o Sensei, em

conjunto com os estudantes, após reverenciar o *kamiza*, gira 180° para estar de frente para aos pupilos e ambos, Sensei e praticantes, realizam esse gesto cortês do *zareai* ao falarem *Onegai Shimasu*, como vemos nas imagens a seguir.



Imagem 6 – Sensei e pupilos em *zareai*, reverência ao Kamiza. Foto por Jonathan Martins Pinto e editada pelo autor.



Imagem 7 – Sensei e púlpilos em *zarei*, reverência entre professor e estudantes. Foto por Jonathan Martins Pinto e editada pelo autor.

As imagens possuem textos advindos da composição do espaço e da gestualidade do corpo. Na parede esquerda situa-se o kamiza, com a fotografia do Morihei Ueshiba, do Kawai Sensei e o kanji do Aikido. Ao centro do kamiza, um suporte com um bastão (*jo*) e uma espada de madeira (*bokken*). Além disso, tem-se um suporte para o insenso e pequenos objetos que são trocados de acordo com os eventos e o período do ano.

REI é geralmente traduzido por reverência, cortesia e polidez. Comte-Sponville (2016) nos mostra que essa virtude é uma quase-virtude ou uma primeira atitude de um homem para outro homem, a polidez é anterior a moral. Não se poderia deduzir o que se deve fazer do que se faz. No entanto, é a isso que a criança é obrigada, durante seus primeiros anos, e é unicamente por isso que ela se torna humana. Comte-Sponville (2016) lembra Kant: “O homem só pode tornar-se homem pela educação, ele é apenas o que a educação faz dele, é a disciplina que primeiro transforma a animalidade em humanidade”. O filósofo francês continua a proposição kantiana ao afirmar que o uso é anterior ao valor, a obediência ao respeito, e a imitação ao dever. A polidez, por conseguinte (isso não se faz), é anterior à moral (isso não se deve fazer), a qual só se constituirá pouco a pouco, como uma polidez interiorizada, livre de aparências e de interesses, toda concentrada na intenção (com a qual a polidez nada tem a ver).

A educação no Aikido, isto é, os saberes marciais são ensinados nos toques, olhares e

gestos que estão carregados de virtudes e a reverência é a primeira marca a encavar no iniciante, dado que ele se espanta com o cuidado e com a quantidade de *onegai shimasu* e *domo arigato gozai mashita* que ele escutará durante o treino. Tais expressões de convite e agradecimento, respectivamente, demonstram a cortesia como uma característica fundamental na atmosfera sensível dentro do tatame. Se o homem torna-se homem pela educação, o Aikidoca torna-se Aikidoca pelo treino, pela repetição, pela disciplina, por um esforço colossal de filiar-se a uma tradição gestual e reverenciá-la.

Essa perspectiva possui afinidade com a concepção fenomenológica da educação, uma vez que a educação é um fenômeno e trata-se de uma experiência profundamente humana. Conforme Rezende (1990), é mesmo uma experiência universal e exclusivamente humana: todos os homens se educam, e só eles o fazem. Isto implica que a experiência da educação se torna uma das manifestações mais primitivas e típicas do fenômeno humano, em relação essencial com as outras características deste último. Tanto os indivíduos como os grupos, a família e a sociedade, a história e o mundo, estão implicados na estrutura do fenômeno educacional.

Ainda nas palavras de Rezende (1990), é importante situar a diferença entre o processo de hominização (fato biológico) e a humanização (fato cultural), a saber, é que esta começa quando a aprendizagem se torna historicamente possível. Neste sentido, há uma coincidência entre o início da humanização, da história, da cultura e da aprendizagem.

No Aikido, visualizo que ocorre uma educação como incorporação das virtudes e compreendo que a virtude acontece no cruzamento da hominização e da humanização: é nosso modo de ser e de agir humanamente, ou seja (já que a humanidade é um valor), nossa capacidade de agir bem (COMTE-SPONVILLE, 2016).

Aprender a agir bem e a relacionar-se com os outros é fundamental para a vida coletiva. Schopenhauer considera a cortesia como as moedas feitas de metal, porque é reconhecidamente uma moeda falsa. Ele faz o seguinte alerta: “Não se deve economizá-la...”. O filósofo alemão argumenta que quem, entretanto, pratica a cortesia em detrimento de interesses reais assemelha-se àquele que despende autênticas moedas de ouro em vez de moedas de metal. Assim como a cera, por natureza dura e seca, derrete-se com um pouco de calor, podendo adquirir qualquer forma, até mesmo pessoas duronas e hostis também podem, com um pouco de cortesia e amabilidade, tornar-se flexíveis e solícitas. Nesse sentido, conclui esse filósofo, a cortesia é para o ser humano o que o calor é para a cera (SCHOPENHAUER, 2009).

Montaigne dizia que “não há nada mais belo e mais legítimo do que o homem agir

bem e devidamente” e Comte-Sponville (2016) considera essa descrição a própria virtude. Nessa pesquisa, a virtude é compreendida não como um bem absoluto ou o bem em si que bastaria para conhecer ou aplicar, antes de disso, ela é para ser contemplada e praticada, pois ela é o esforço para se portar bem e há várias virtudes e aqui escolhi aquelas relacionadas ao *bushido* que compõem a filosofia do Aikido.



O *bushi* é aquele que serve com lealdade. *Bu* significa amor, um forte vínculo com aqueles que o cercam. Cumprir o dever diante da perenidade do mundo. Logo, o dever e a lealdade é um exercício da memória. Comte-Sponville (2016) comenta que a inconstância é a regra. O esquecimento é a regra. O real, de instante em instante, é sempre novo, e essa novidade cabal, essa novidade efêmera é o mundo. O corpo é o presente do presente, o espírito é o presente do passado, no duplo sentido da palavra presente: o que o passado nos lega e, em nós, o que permanece. A lealdade é uma maneira de ser fiel, por mais que possamos demonstrar nossa fidelidade em atos, ela é primeiramente uma dimensão invisível, por ser um exercício da memória. O espírito começa aí. O espírito preocupado, mas como ansiedade, mas como uma ocupação consciente de si e do caminho, um espírito fiel.

No tatame, essa virtude pode ser expressa naqueles que buscam acompanhar o *Sensei* em sua formação técnica, dado que ele também está respeitando e sendo fiel aos ensinamentos do seu mestre. No entanto, ele que foi aluno, agora é mestre, Ser Mestre é criar o próprio caminho, desenvolver uma leitura individual do Aikido a partir da percepção de si. Essa nova abertura dimensional do desenvolvimento de si do *Sensei*, também é ser fiel ao caminho do Aikido *Takemussu*, a partir da forma criar uma não-forma que se transformará em forma para... quem sabe... outro estudante ser fiel ao ponto de repetir bastante essa nova forma para... quem sabe... um dia chegar ao nível do *takemussu aiki* (UESHIBA, 2005)

É preciso exercitar a memória para manter-se fiel, leal e seguindo o dever de estudar Aikido. Não simplesmente estudar sobre o Aikido, é viver o Aikido. Imergir de tal forma sem

saber como emergirá. Confiar e manter-se no caminho. Ser fiel é ao caminho, deve harmonizar com ser a fiel si mesmo, e vice-versa. Lembrar quem sou é lembrar quem sou em qual caminho.

Reconhecer o Aikido como educação do corpo fundado em uma educação como aprendizagem das virtudes é lembrar das seguintes palavras de Nietzsche: “E virtude é uma palavra em que alunos e professores não podem mais pensar, uma palavra fora de moda, da qual se ri – e, pior ainda, quando não mais se ri, pois então se fingirá tê-la” (NIETZSCHE, 2020, p.13).



A coragem é uma virtude universal e admirada em diferentes culturas. Ela é a virtude Hércules, é a virtude dos heróis; e quem não admira os heróis? No entanto, essa universalidade não prova nada, seria até suspeita. A virtude não é um espetáculo e não lhe importam os aplausos, mas a primeira coragem é a coragem para perceber os próprios erros, em silêncio, e direcionar todas as forças individuais para modificar essas falhas, sem almejar louros advindos dos outros (COMTE-SPONVILLE, 2016).

É preciso coragem dentro do tatame para entrar aberto ao que irá acontecer, sem buscar prever ou planejar tudo que irá acontecer. Esse é um forte ensinamento do Aikido: preparar-se para as adversidades, por isso o treino do Aikido não envolve um planejamento rigoroso, mas o rigor está na aventura de perceber o que está ocorrendo e buscar acompanhar sem perder de vista a polidez e a fidelidade já discutidas anteriormente.

O Aikido nos ensina também não apenas evitar o medo da morte, mas ter coragem para viver, não apenas pelo princípio do prazer de satisfazer o ego e vangloriar-se de conquistas pessoais, mas encontrar prazer em servir ao outro, encontrar seu bem-estar na ação generosa, longe de contrariar o altruísmo, é a própria definição e o princípio da virtude. Comte-Sponville (2016) comenta que a coragem só se torna uma virtude quando a serviço de outrem ou de uma causa geral e generosa. Acredito que o Aikido é um caminho generoso de formação humana, sendo a coragem uma virtude visceral para aqueles que buscam trilhar essa vereda de harmonização consigo mesmo, com o outro e com o mundo que nos cerca.



A justiça só existe e só é um valor quando há justos para defendê-la. Essa virtude é para ser vivida dentro e fora do tatame, como todas as outras. Dentro do tatame, é preciso ser justo com a técnica, não fraquejar ou facilitar para o outro, mas buscar ofertar o que é justo para o parceiro de treino, porque justiça além de supor homens e mulheres justas, supõe também equidade, uma distribuição justa, para que ambos sejam proveitosos com o treino.

Ainda dentro de um tatame, não adianta um praticante experiente realizar um ataque com total força e gesto técnico diante de um principiante, porque essa situação exige do experiente sabedoria em dosar a intensidade do treino para provocar uma transformação no iniciante. Demonstrar sua supremacia técnica diante de um iniciante é a mesma coisa que aproveitar-se da ingenuidade de uma criança, da cegueira de um louco, do engano de um ignorante ou da aflição de um miserável para obter deles, sem que saibam ou por coerção, um ato contrário a seus interesses ou as suas intenções é ser injusto.

Fora do tatame, o Aikidoca deve ser um justo, isto é, alguém que põe sua força a serviço do direito e que, decretando nele a igualdade de todo homem com todo outro, apesar das desigualdades de fato ou de talentos, que são inúmeras, instaura uma ordem que não existe, mas sem a qual nenhuma ordem jamais poderia nos satisfazer. A justiça deve buscar também essa equidade, dado que a justiça é a virtude da ordem, mas equitativa, e da troca, mas honesta (COMTE-SPONVILLE, 2016).



Compreendo que essa virtude envolve ao mesmo tempo consciência de sua própria liberdade (ou de si mesmo como livre e responsável) e firme resolução de bem usá-la. Consciência e confiança, pois: consciência de ser livre, confiança no uso que se fará disso. É

por isso que a generosidade produz auto-estima. O homem generoso não é prisioneiro dos seus afetos, nem de si; ao contrário, é senhor de si e, por isso, não tem desculpas nem a procura (COMTE-SPONVILLE, 2016).

O filósofo continua e afirma ser generoso é ser livre de si, de suas pequenas covardias, de suas pequenas posses, de suas pequenas cóleras, de seus pequenos ciúmes... onde encontramos a grandeza da alma: ser generoso é ser livre, e é esta a única grandeza verdadeira.

Assim, a compaixão e a benevolência não significa ser o “bonzinho”, mas buscar entender as necessidades de si e do outro e buscar prover o necessário, incentivando-o a alcançar e suprir as necessidades por si mesmo. Cada qual assumir a responsabilidade de ser-no-mundo.

A generosidade nos eleva em direção aos outros, poderíamos dizer, e em direção a nós mesmos enquanto libertos de nosso pequeno eu. Aquele que não fosse nem um pouco generoso, a língua nos adverte que seria baixo, covarde. E todos nós o somos, no entanto nem sempre ou completamente: a generosidade é o que nos separa dessa baixeza ou, às vezes, nos liberta dela.

Notemos que a generosidade, como todas as virtudes, é plural, tanto em seu conteúdo como nos nomes que lhe presmos ou que servem para designá-la. Somada à coragem, pode ser heroísmo. Somada à justiça, faz-se equidade. Somada à compaixão, torna-se benevolência. Somada à misericórdia, vira indulgência. Mas seu mais belo nome é seu segredo, que todos conhecem: somada à doçura, ela se chama bondade.



De acordo com Comte-Sponville (2016), a gratidão é a mais agradável das virtudes; não é, no entanto a mais fácil. Por que seria? Há prazeres difíceis ou raros, que nem por isso são menos agradáveis. Ela é uma troca, mas sem perda e quase sem objeto. A gratidão nada tem a dar, além do prazer de ter recebido. Que virtude mais leve, mais luminosa, diríamos mozartiana, e não apenas porque Mozart nos inspira essa virtude, mas porque a canta, porque a encarna, porque há nele essa alegria, esse reconhecimento desvairado por sabe-se lá o que, por tudo, essa generosidade da gratidão, sim, que virtude mais feliz e mais humilde, que graça mais fácil e mais necessária do que ser grato.

Com isso, a virtude da gratidão é encontrada no cerno das ideias de Morihei Ueshiba. Nas palavras de Stevens (2004), os princípios básicos do Aikido são as “quatro gratidões”: a) *Gratidão para com o Universo* que significa agradecer pelo dom da vida; b) *Gratidão para com nossos ancestrais e predecessores* representando ser grato pelos pais, grandes líderes, professores, inovadores, artistas, entre outros; c) *Gratidão para com o próximo*, pois não se pode viver sem relacionamento; e d) *Gratidão para com as plantas e animais que sacrificam suas vidas por nós*, ou seja, nós existimos às custas de outros seres vivos.

Essas “quatro gratidões” estão diretamente relacionadas com quatro dívidas: a) estamos em débito com o Universo, pela dádiva de seu grande propósito; b) estamos em débito com nossos ancestrais pela dádiva de nossa existência; c) estamos em débito com os homens e mulheres sábios do passado, pela dádiva de toda cultura humana; e d) estamos em débito com os seres vivos pela dádiva de proporcionar o nosso alimento (STEVENS, 2004).

Segundo Comte-Sponville (2016), em suas reflexões sobre a virtude, tem-se que agradecer é dar; ser grato é dividir. Por isso, o egoísta é ingrato: não porque não goste de receber, mas porque não gosta de reconhecer o que deve a outrem, e a gratidão é esse reconhecimento, porque não gosta de retribuir, e a gratidão, de fato, retribui com agradecimento. Logo, a ingratidão não é incapacidade de receber, mas incapacidade de retribuir – sob a forma de alegria, sob a forma de amor – um pouco da alegria recebida ou sentida.



Imagem 8: Partilha da técnica em exame de Shodan. Foto por Jonathan Martins Pinto.

A imagem acima soma-se ao texto sobre gratidão, uma vez que demonstra leveza daquele que está sendo projetado em um rolamento chamado de *Yoko ukemi*, ou seja, rolar para o lado, mas o movimento é tão curto e rápido que a única saída é para o lado, mantendo o centro de gravidade como eixo do giro, em um gesto próximo a um “mortal” ou *sideflip*. Uma execução de alta qualidade desse movimento, apresentando circularidade e relaxamento só é atingida com vários anos de treino. Ao fundo da imagem está a banca examinadora e captar o “olhar da banca” significa que os movimentos estão equilibrando técnica e filosofia, tensão e relaxamento, leveza e força, conexão e fluidez.

A virtude da gratidão está tanto no processo de *uke* em doar-se integralmente para efetuar tal movimento quanto no nague em ter a honra de treinar com um praticante de alto nível de consciência corporal. No tatame, durante os treinos de Aikido, é ensinado o ato de doar-se integralmente desde os primeiros momentos de reverência, passando pelos alongamentos, exercícios de rolamentos até chegar nas técnicas marciais de imobilização e projeção, mantendo esse espírito de percepção viva perdurando todo o treino, sentindo a si mesmo em movimento, o ritmo da própria respiração, as tensões e relaxamentos somáticos, tocando e sendo tocado pelo outro, em clima ameno de gratidão.

A gratidão é dom, é partilha, é amor: é uma alegria que acompanha a ideia de sua causa; toda série de causas, e há uma infinidade delas, é infinita: tudo se amarra, e nos amarra, e nos atravessa. Essa virtude se regoziza com o que aconteceu, ou com o que é; ela é, portanto, o inverso do arrependimento ou da nostalgia. A gratidão é essa alegria da memória, esse amor do passado – não o sofrimento do que não é mais, nem o pesar pelo que não foi, mas a lembrança alegre do que foi. É o tempo reencontrado, se quisermos. A morte só nos privará do futuro, que não é. A gratidão liberta-nos dele, pelo saber alegre do que foi. O reconhecimento é um conhecimento (ao passo que a esperança nada mais é que uma imaginação); é por aí que ela alcança a verdade, que é eterna, e a habita. Gratidão: desfrutar a eternidade. Obrigado por existir, dizem um ao outro, e ao mundo, e ao universo. Essa gratidão é de fato uma virtude, pois é a felicidade de amar, e a única (COMTE-SPONVILLE, 2016).

Assim também é o clima de um treino de Aikido, viver o agora, o presente, sem apegar-se, mas notando os detalhes do fluxo da respiração, das técnicas, do próprio movimento, do movimento do outro, um desfrutar do instante, reconhecendo que esse

momento de treino só é possível graças a um processo histórico de transformações das culturas e dos movimentos da própria natureza.



Makoto significa sinceridade, boa-fé. Ela é um fato, que é psicológico, e uma virtude, que é moral. Como fato, é a conformidade dos atos e das palavras com a vida interior, ou desta consigo mesma. Como virtude, é o amor ou o respeito à verdade, e a única fé que vale. Virtude *aletheiagal*, porque tem a própria verdade como objeto. É por isso que a boa-fé é uma fé, no duplo sentido do termo, isto é, uma crença ao mesmo tempo que uma fidelidade. Ser sincero é não mentir a outrem; ser de boa-fé é não mentir ao outro nem a si. A boa-fé é uma sinceridade ao mesmo tempo transitiva e reflexiva. Ela rege, ou deveria reger, nossas relações tanto com outrem como conosco mesmos. Ela quer, entre os homens como dentro de cada um deles, o máximo de verdade possível, de autenticidade possível, e o mínimo, em consequência, de artifícios ou dissimulações (COMTE-SPONVILLE, 2016).

No tatame a boa-fé é vista desde a entrega da qualidade da aula do Sensei, nas suas exposições sobre a história do Aikido e fundamentos filosóficos, assim como, na apresentação do refinamento técnico. Cabe ao estudante dessa arte marcial engajar-se para assimilar esse saber que é ensinado na tradição oral e na observação, assim como é incentivado as leituras dos livros clássicos sobre Aikido e aspectos da cultura e história do Japão.

A boa-fé é esse esforço, e esse esforço já é uma virtude. Virtude intelectual, se quiser, pois refere-se a verdade, mas que põe em jogo a totalidade de um indivíduo, corpo e alma, sensatez e loucura. O pensamento não é apenas um ofício, nem uma diversão. É uma exigência: exigência humana, e talvez a primeira virtude da espécie. A boa-fé nada mais é que o amor a verdade. É por isso que ela é a virtude filosófica por excelência, não, claro, no sentido em que seria reservada a qualquer um, mas em que será filosófica, no sentido mais forte e mais comum do termo, quem colocar a verdade, pelo menos no que diz respeito, acima de tudo, honra ou poder, felicidade ou sistema, e até mesmo acima da virtude, até mesmo acima do amor (COMTE-SPONVILLE, 2016).

Diante da exposição dessas virtudes e do relato de alguns aspectos das experiências-

vividas com o Aikido, buscou-se apresentar essa arte marcial como educação do corpo, uma educação que ocorre no tatame a partir dos processos de incorporação das virtudes, conceitos que são sempre retomados nos treinos REI (fidelidade, reverência), GI (justiça e moralidade), YUU (coragem), JIN (compaixão e benevolência), CHUU (dever e lealdade), MEYIO (honra e glória), MAKOTO (boa-fé, sinceridade).

Nen, kokyu e shugyo: da relação entre corpo e alma no Aikido

A incorporação das virtudes como ato educativo no Aikido leva-me a refletir também sobre os problemas da relação entre o corpo e a alma no pensamento ocidental. Longe de resolver esse grande problema filosófico, as pontuações a seguir buscam trazer caminhos epistemológicos que valorizam a experiência do corpo em movimento, esboçando o Aikido como educação do corpo e como incorporação das virtudes. Assim, entendo que a virtude é uma imbricação do corpo, de sua gestualidade, dotado de significado frente ao mundo, ao outro e a si mesmo, sendo comunicativo e formativo.

As concepções de corpo no Japão foram importadas da Índia e China. A partir da chegada de estrangeiros (missionários e orientalistas), surgiram ainda novas possibilidades de leituras. Em todas as práticas e definições há referências a duas noções primordiais: a impermanência e a aliança entre natureza e cultura (GREINER, 2015).

Os dois sistemas que nortearam as primeiras concepções de corpo no Japão foram o budismo Mahayana e a medicina chinesa. O primeiro, em certo sentido, serviu como veículo de transmissão das ideias do segundo e fez do corpo um tópico muito complexo – e, desde o início, culturalmente híbrido. Há o budismo tradicional, ou *Hinayana*, conhecido como pequeno veículo, o praticante distancia-se das atividades mundanas e atinge a iluminação (nirvana) por si só. Já no budismo reformado, *Mahayana*, considerado o grande veículo, há uma abrangência maior que envolve a natureza, os seres animados e inanimados (GREINER, 2015).

O Budismo *Mahayana* que influenciou o Japão possui como senda torna-se um ser-para-o-despertar, precisando tomar ações e desenvolver uma conduta ética apropriada para alcançar tal objetivo, estas atividades são conhecidas as seis perfeições: a Generosidade, a Conduta Ética, a Paciência, o Esforço, a Meditação e a Sabedoria (FAURE, 1993). São condutas que reverberam a relação entre a percepção de si, do outro e do mundo.

De acordo com Greiner (2015), no Japão, a dinâmica das práticas medicinais seguiu os princípios de não-separação entre a materialidade das questões espirituais e sociais. Pode-se

dizer que os conceitos terapêuticos eram sempre sociais e que as mudanças nos conceitos dominantes para a causa das doenças costumava acontecer ao mesmo tempo que às mudanças socio-políticas. De certa forma, nesse contexto, a reorganização social sempre foi refletida no pensamento médico, alimentando um fluxo de informações entre esferas internas e externas. No que diz respeito ao corpo, isso significava um fluxo entre organismo e o exterior. A princípio, o exterior corresponderia sobretudo ao entorno; mas em certas situações, incluía também instâncias mais amplas, relativas, por exemplo, ao universo.

No Aikido, o mestre Ueshiba comentava sobre o *nen* como uma integração entre ki-mente-corpo, uma pedra angular do Aikido. O ensinamento e as técnicas singulares do Aikido devem estar sempre de acordo com essa perspectiva integrativa. O filho de Ueshiba falava que se aprendermos essa pedra angular (ki-mente-corpo) meramente como uma realidade espiritual, podemos nos tornar doutrinários e cair na abstração. Se a consideramos apenas como questão de técnica e habilidade física, podemos ficar satisfeitos com uma explicação simplista dos movimentos motores. Se pender para o lado apenas da espiritualidade ou apenas da técnica marcial, podemos cair em uma visão míope, do dogmatismo, da presunção (UESHIBA, 2005).

Nesse caminho, *nen* conota concentração, unidirecionalidade, pensamento-momento. No Aikido, o corpo é a unificação concreta do físico e do espiritual criados pelo universo. O *nen* está relacionado com uma concentração sincera, uma dedicação ao silêncio para sentir brotar as percepções profundas do corpo e do entorno. Segundo Ueshiba (2005), atingir o *nen* é equilibrar os aspectos afetivos, resultando em um movimento vivo e dinâmico numa rotação circular e esférica.

Para o mestre Ueshiba, todas as formas físicas da existência, quando animadas em mente e corpo, respiram em conjunção com o universo; essa respiração se expande em círculos cada vez mais amplos, ligando cada pessoa e todas elas à respiração cósmica da vida (UESHIBA, 2006).

Tal atitude virtuosa do mestra Ueshiba possui uma longa tradição, uma vez que a respiração individual também era inseparável da respiração cósmica na medicina chinesa e para o budismo indiano. Assim, a característica de todos os ventos (interiores e exteriores) seria tanto a de reter uma contingência caótica, quanto a de soprar em novas e inesperadas direções (GREINER, 2015).

Essa maneira de perceber a respiração difere da medicina ocidental, que habitualmente considera a respiração vinculada apenas ao pulmão, e não ao resto do corpo. Na Ásia, respirar nunca foi uma habilidade restrita a boca, ao nariz e aos pulmões. Especialmente na Índia, a

respiração sempre foi praticada pelo corpo todo, sobretudo nas partes baixas (GREINER, 2015). Quando estamos no hospital e vamos ter a nossa respiração aferida, geralmente é solicitado para erguer os ombros e inspirar profundamente. Tal pedido é uma ausência de percepção da conexão entre respiração e centro (abdômen), uma respiração profunda deve priorizar o relaxamento dos ombros e o ato de inflar a barriga, pois essa organização corporal favorece uma maior expansão dos pulmões e um relaxamento, uma sensação de bem-estar. Logo, respirar é uma ação mental ou cognitiva, também.

A respiração é um fundamento no Aikido chamado de *Kokyu* e antes da prática de qualquer técnica específica, treina-se *kokyu*. Tal exercício desenvolve o poder da pulsação da respiração, ao aprender o equilíbrio entre o ato de relaxar as extremidades ao mesmo tempo que contrai o abdomen para expelir o ar com força (UESHIBA, 2005). Esse ato de respirar compõe um dos pilares do Aikido como educação do corpo e incorporação das virtudes, dado que valoriza não apenas os órgãos internos, mas educa para a paciência, a serenidade, uma forma de sentir e estar no mundo, percebendo os sentimentos, as sensações, transformando o corpo rígido e descoordenado, em um corpo leve e conectado, integrado e pronto para o movimento de viver o mundo.

Lembro-me quando iniciei no Aikido, as primeiras aulas foram cativantes, mas repletas de diversas informações que apenas com o tempo de treino consegui juntá-las, desfrutando das técnicas com mais fluidez. As primeiras desorganizações dentro do tatame é saber onde posicionar-se nesse espaço quando inicia o treino, depois a dificuldade é acompanhar os exercícios iniciais, e a parte difícil é tentar realizar as técnicas marciais com pouco tempo de treino. No entanto, quando focava na respiração, buscando ficar mais leve e perceber apenas o que estava ocorrendo, as técnicas começavam a fluir, mas com alguns erros. Após a percepção ficar mais fluida, hoje é possível compreender rapidamente a técnica que está sendo apresentada pelo Sensei e caso esteja treinando um com um iniciante, posso auxiliá-lo, mas com pouquíssimas ou quase nenhuma palavra, mas repetindo o movimento com mais lentidão e demonstrando o tempo da respiração, buscando uma sincronia com o outro.

Assim, a respiração envolve o corpo como um todo. Certa vez, em um seminário de Aikido com um sensei italiano com mais de 40 anos de prática, ensinou que a respiração deve ser sentida e realizada não apenas no abdomen, mas com recrutando também os glúteos, percebendo a contração e relaxamento do anel muscular (esfíncter anal). Essa consciência de movimento torna a respiração ainda mais profundo, assim como, harmoniza glúteos e a parede do reto abdominal tornando o centro do corpo bem mais forte para realizar as técnicas do

Aikido. Tal atitude convida também os músculos das costas mais profundos como os eretores da espinha e os multífidos, conhecidos atualmente como alguns dos músculos do *core*. A diferença é que os orientais possuem uma percepção do centro do movimento (*core*) há pouco mais de tempo, por outro lado, os orientais não conheciam tão profundamente os músculos e seus equilíbrios e desequilíbrios como o avanço da fisioterapia.

Com isso, vejo que a relação entre corpo e alma ou entre aquilo que se move e aquilo que pensa não estão organizados em dois níveis distintos, porém, simplesmente, fluem. Cognição, afeto, movimento, sentimentos, ideias... estão imersos nas técnicas do Aikido e nas suas relações, e são esboçadas em todo o corpo, ou, antes disso, emergem do corpo em movimento.

Para Greiner (2015), no ocidente, há uma tendência para situar as ações cognitivas e afetivas nas partes mais altas do corpo – no cérebro e no coração –, mas na China há outros índices. É possível, por exemplo, encontrar ilustrações nas quais a parte de baixo do corpo de um homem é representada com nuvens, sinalizando a sintonia com o cosmos. Cognição, afetos e saúde estariam nesse mesmo fluxo e foi dessa forma (inseparável) que alguns entendimentos sobre o corpo, representados na forma de imagens e práticas, chegaram ao Japão. Greiner (2015, p.29) ainda explica que:

Essa visão mais ampla de corpo no Japão possui diferentes significados. Não se trata nem de relação causal entre estados corporais e fatores externos, nem da ideia de que exista um todo que seja mais amplo do que a soma das partes. O que ocorre é uma espécie de contextualização do corpo através de múltiplos estados simultâneos, os quais, por sua vez, operam representações distintas de corpo. Não são representações unívocas e não existem laços causas entre o dentro e o fora ou entre a parte e o todo. Admitir que os aspectos ou que suas partes são pensadas como interrelacionadas significa reconhecer que o corpo é apenas um dos elementos num universo de relações.

Enquanto no ocidente, por uma tradição judaico-cristã e greco-romana, guardamos a imagem de um corpo sendo controlado por um espírito. De outra forma, no Japão, a relação entre o corpo e a alma não se trata da metáfora cartesiana do fantasma da máquina, como formulou Gilbert Ryle a partir dos estudos de René Descartes. O problema da relação entre corpo e mente no Japão nunca foi reduzido à inserção de uma substância não extensa dentro de um corpo-máquina (GREINER, 2015).

As posturas corporais dizem muito sobre o estado de espírito de uma pessoa e isso é nítido no ato de demonstrar as técnicas do Aikido, porque o corpo é expressivo. Em Merleau-

Ponty (1945/2006), o corpo é eminentemente um espaço expressivo, ele é a origem de todos os outros, o próprio movimento de expressão, aquilo que projeta as significações no exterior dando-lhes um lugar, aquilo que faz com que elas comecem a existir como coisas, sob nossas mãos, sob nossos olhos. Pensar a expressão do corpo em Merleau-Ponty, não é trilhar pela representação das coisas, ou do mundo, mas é a expressão do corpo, é primeiramente contato com o mundo, por esse motivo o corpo também é expressão primordial. A fala, os pensamentos, os gestos são o excesso de nossa existência por sobre o ser natural (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Essa formulação filosófica de Merleau-Ponty acerca da expressão e o primordial não separa o mundo natural do mundo cultural, porque:

É impossível sobrepor no homem, uma primeira camada de comportamentos que chamaríamos “naturais” e um mundo cultural ou espiritual fabricado. No homem, tudo é natural e tudo é fabricado, como se quisesse, no sentido em que não há uma só palavra, uma só conduta que não deva algo ao ser simplesmente biológico – e que ao mesmo tempo não furte à simplicidade da vida animal, não desvie condutas vitais de sua direção, por uma espécie de *regulagem* e por um gênio do equívoco que poderiam servir para definir o homem (MERLEAU-PONTY, 1956/2006, p.257).

Sobre a expressão do corpo, ao mesmo tempo que Ueshiba e Merleau-Ponty aproximam-se ao afirmar que o corpo é expressão primordial, há afastamento quando Merleau-Ponty articula sobre esse tema estudos da linguística (Saussure) e do comportamento animal e humano. Ueshiba pensa sobre a expressão do corpo partindo de sua tradição xintoísta e budista e das relações com as técnicas corporais do Aikido. Em Ueshiba, o tema da expressão do corpo está diretamente envolvido com a questão da criação do universo. Para ele, as vibrações do corpo fazem eco às vibrações do universo.

Assim, o caminho do Aikido é reencontrar essa expressão primordial da existência, e, segundo Ueshiba (2010a), na cosmologia xintoísta, os deuses *Izanami* e *Izanagi* posicionaram-se na Ponte Flutuante do Céu e criaram o mundo e todos os sons *kototama* fluem dessa Ponte, reverberam através do Universo e fazem morada em cada corpo individual. Por meio das técnicas, sejam técnicas de defesa ou de meditação, o corpo no Aikido busca expressar a sutileza e as características do Universo, uma vez que o corpo e a natureza são da mesma matéria, são energias, envolvidas numa relação recíproca.

Ueshiba fundamenta-se nas crenças xintoístas para explorar esse tema da expressão que está imerso nos conceitos e princípios do Aikido. Já Merleau-Ponty constrói seus conceitos a partir do entrelaçamento entre ciência, filosofia e arte, tentando sair do teísmo,

naturalismo e humanismo. No entanto, vejo em ambos um retorno ao corpo e sua relação primordial com a natureza, com o mundo vivido, numa perspectiva não-substancial.

A noção “substância” vem desde a filosofia antiga quando os primeiros filósofos tentavam definir qual era a essência da natureza. Em Aristóteles, a substância é necessariamente aquilo que é. Ela pode ser matéria ou forma, ou ambas. Em seus dois significados, Aristóteles exprime a substância como significado fundamental do conceito do ser e, portanto, constitui o objeto da metafísica (ABBAGNANO, 2007).

A ideia de substância na filosofia e na ciência clássica é como aquilo que tem a prioridade de localização simples no tempo e no espaço, ou, se adotar as mais modernas ideias, em espaço-tempo. Segundo Whitehead (2006), a natureza, numa perspectiva substancial, é uma coisa enfadonha, sem som, sem odor e sem cor; mero passar da matéria, sem fim nem significação. Pensar uma relação substancial (tradição metafísica ocidental) entre o corpo e a natureza, é pensar que um existe independente do outro, cada qual tem a sua essência e sua localidade no tempo e no espaço.

Em Merleau-ponty, o corpo e a natureza são feitos do mesmo estofado. E há no corpo o invisível e o visível. O corpo guarda em sua estrutura visível a arqueologia da formação da *physis*, o parentesco com os outros animais e outros seres vivos, ao mesmo tempo, que está impregnado pelo invisível da história, da cultura, do outro. Lembrando que o visível e o invisível não são contraditórios, pois o visível é o acesso ao ser de latência e o invisível é o relevo e a profundidade do visível:

Em vez de falar do ser e do nada, seria preferível falar do visível e do invisível, repetindo que não são contraditórios. Dizemos invisível como dizemos imóvel: não para o que é alheio ao movimento, mas para o que se mantém fixo. É o ponto ou o grau zero de visibilidade, a abertura de uma dimensão do visível. Um zero em todos os aspectos, um ser sem restrição, não devem ser desconsiderados (MERLEAU-PONTY, 1991, p.21).

Essa substituição de ser e nada por visível e invisível, institui uma crítica de Merleau-Ponty à Sartre, e conseqüentemente, a toda tradição filosófica que compreendem a consciência como o nada, sendo preenchida pelo mundo, o ser. Merleau-Ponty (1991) diz que o nada não nada nada, pois no nada já há o ser, isto é, compreendemos que a formação da consciência do mundo não é separada da formação do corpo, do comportamento.

Com os cursos sobre a Natureza, vemos que Merleau-Ponty (2000) recupera todo esse processo de formação do ser vivo, sem cair num mecanicismo e nem no vitalismo,

formulando que o corpo já é comportamento, isto é, a morfologia está imbricada de linguagem, pois o corpo está desde as primeiras formações celulares em contato com o mundo, com *umwelt*, envolto de possibilidades existenciais.

De acordo com o filósofo coreano Kim (2009), a carne como quiasma entre o visível e o invisível aproxima Merleau-Ponty da tradição budista, como estamos tentando mostrar ao aproximá-lo as ideias do Mestre Ueshiba. Kim (2009), em seu artigo sobre a carne em Merleau-Ponty e uma possível interpretação budista, nos diz que o invisível merleau-pontiano é equivalente a noção forma vazia (*empty-form*) do budismo, pois o invisível é o vazio, é o que existe como tátil, cinestésico, é uma sensação dentro da existência do corpo, sendo também o que permite o visível; a forma vazia (*empty-form*), sendo um conceito budista, representa o fenômeno visível como surgindo do invisível.

Dentre essas comparações feitas por Kim (2009), ele percebe que Merleau-Ponty reivindica a ideia não-substancialista e não-atomista de que bom e mal são mutuamente inscritos, e que o certo e o errado não podem existir independentemente a partir do outro, negando a lógica dos binários opostos do bom e do mal e do certo e do errado. Essa refutação da lógica dos binários opostos afirma que a teoria do eu como identidade, que mantém a identidade independente da entidade, não é o solo do mundo. Assim, Merleau-Ponty, em sua filosofia, não opera pela lógica aristotélica da identidade e do meio excluído, mas pensa a partir da carne, do quiasma entre o visível e o invisível.

Em Ueshiba (2010a), também não há essa separação ontológica entre o corpo e a natureza, dada a influência do pensamento budista do *yin* e *yang* e das teorias sobre o *ki*, pois o *ki* do corpo é o mesmo da natureza, e o princípio do Aikido de Ueshiba é o estudo da harmonia com o *ki* e das relações entre o pleno (*yang*) e o vazio (*yin*), o visível (*yang*) e o invisível (*yin*), percebendo mais a interação entre esses temas e menos sua fragmentação, mais a passagem de um para o outro e menos a estagnação em apenas um polo.

Outra noção da filosofia do Aikido compõe essa imbricação entre corpo, mente e conexão com o universo é *shugyo*. Ao discorrer em seus estudos do corpo no Japão, Greiner (2015) traduz *shugyo* como cultivo. Já Shioda, experiente praticante de Aikido e aluno direto de Morihei Ueshiba, compreende o próprio como *shugyo*. Esse termo não tem nenhum equivalente em inglês ou português, mas aplica-se a dedicação e o treinamento intensivo e concentrado, não diferente do treinamento que se espera encontrar entre os monges de um tempo zen, por exemplo. De fato, o termo em si é emprestado do universo da religião; refere-se a uma situação que o discípulo se dedica inteiramente ao mestre. O verdadeiro *shugyo* significa que o aluno está realmente vivendo com o mestre e está se submentendo a um

treinamento e ao estudo diário e constante. Embora normalmente seja traduzido como treinamento, *shugyo* é muito mais do que o sentido usual de treinar duas ou três vezes por semana. Deve ser pensando como uma imersão a longo prazo em alguma coisa com todo o seu ser. Dessa forma, Shioda (2010) finaliza afirmando que *shugyo* é um treinamento intensivo, é manifestar o melhor de si em cada momento, em qualquer situação. Eis porque o treinamento do Aikido não tem fim. Ele é a perpetuação do desejo de melhorar ao longo de toda sua vida.

Greiner (2015) revela apontamentos interessantes sobre *shugyo* e a relação corpo e alma ao tratar da cultura japonesa. Segundo essa autora, para artistas do teatro *no* e praticantes de artes marciais, a arte, assim como todas as outras habilidades cognitivas, só poderia ser aprendida por meio do treinamento corporal, e nunca exclusivamente a partir do que seria um entendimento conceitual.

Essa perspectiva do imbricamento entre corpo e alma no Aikido através do *nen*, *kokyū* e *shugyo* demonstram afinidade com a filosofia de Merleau-Ponty e reforçam que o movimento do corpo, seus atos perceptivos, seus mitos, símbolos e significados compõem uma educação do corpo.

O processo formativo do Aikido também ocorre na tensão entre disciplina e liberdade, forjando o corpo em uma obra de arte, como será apresentado na próxima seção.



Imagem 9 – Posicionamento quase central frente ao *Kamiza*. Fonte: O autor.

Seção 3 – Corpo como obra de arte e a disciplina da liberdade no Aikido

Abertura

Para compreender o corpo como obra de arte e a disciplina da liberdade no Aikido é fundamental experimentar o silêncio contemplativo:

*Tsuki hana mo
nakute sake nomu
hitori kana*

Que lua, que flor
nada, bebo umas doses
aqui sozinho.
(BASHÖ, 2016)

Silêncio...

A página anterior quase em branco, contendo apenas o título, a epígrafe com o *haikai* escrito por Matsuo Bashō e a palavra “silêncio”, demonstra uma possibilidade da experiência do Aikido como educação do corpo, permitindo contemplar a poesia silenciosa do *haikai*. Esse monge e poeta japonês realizou uma peregrinação pelo Japão feudal em fins do século XVII e a partir dessa experiência escreveu o livro *Trilhas longínquas de Oku*. Esse livro é considerado um clássico da literatura japonesa por relatar em seus *haikais* e nos comentários aquilo que ele percebeu ao caminhar, dificuldades, paisagens, animais, flores, pessoas, cansaço e perigos.

Essa perplexidade diante do Aikido, como uma atitude de voltar ao cotidiano, uma partilha entre si e o entorno, sem a pretensão de dominar esse momento, antes disso, deixa-se fluir e acontecer, relaxar para sentir o acontecimento, assim como esse instante de contemplar um *haikai*.

O *haikai* é um estilo de poesia contraditória: como contemplar uma poesia tão curta, pequena, que em poucos segundos realizamos sua leitura completa? Talvez aí esteja a beleza dessa poesia: brincar com o tempo. Apesar de ser um texto cuja leitura ocorre rapidamente, é preciso silêncio, agora como contemplação, para sentir a beleza do *haikai* e viver intensamente essa experiência sensível. É importante também destacar que o processo criativo desse estilo de poesia está ancorado na relação sensível corpo-mundo. Geralmente, os *haikais* são fruto da experiência direta do poeta com o mundo ao seu redor. Essa forma de poesia do extremo-oriental, que parece insignificante, porque descreve-se um momento aparentemente banal da existência – uma borboleta que pousa sobre uma flor, por exemplo – mas que tem uma profundidade filosófica porque deixa entender tudo isso que ele não diz, isto é, todo o esplendor do mundo, como explica Hadot (2018).

Talvez, quem nunca experimentou ingerir bebida alcoólica, perceber seu sabor, e, após umas doses, estar em vertigem, e olhar ao horizonte tateando o espaço e sentido esse instante temporal, não possa sentir a beleza da epígrafe. Porém, quem já teve a oportunidade de “beber umas doses sozinho”, como o fez Bashō, provavelmente desfrutando de um bom *sake*¹¹, possivelmente sentirá em si mesmo uma vertigem e contemplará o *haikai*.

Essa poesia é o ato de compartilhar um momento e não a sua explicação, privilegia a descrição visual e o estilo conciso. Ele é mais do que uma forma de poesia; é uma forma de ver o mundo. Cada *haikai* capta um momento de experiência; um instante em que o simples

¹¹ Bebida milenar fermentada de origem japonesa. Seus únicos ingredientes são arroz e água e o teor alcoólico é em torno dos 16%. É a famosa “cachaça” nipônica.

subitamente revela a sua natureza interior e nos faz olhar de novo o observado, a natureza humana, a vida, o aqui e o agora, em japonês, fala-se *tadaima*. Esse termo pode ser utilizado tanto para o momento que alguém chega em algum lugar quanto pode expressar uma inerência ao devir, ao fluxo da existência, sensação de presença, estar presente, em um estado sensível.

Essa admiração pelo *haikai* e pelo zen, de uma maneira geral, advém da experiência-vivida na ACAN a partir de aulas com: James Sensei possui uma marca em suas aulas que é contextualizar as modificações cinesiológicas das técnicas do Aikido, por exemplo, ele consegue demonstrar como a técnica *Shomen Uchi Irimi Nage*¹² se modificou desde a época na qual era realizada por Morihei Ueshiba, depois pelo seu filho, pelo mestre Reishin Kawai que trouxe o Aikido para o Brasil, entre outras modificações, sempre trazendo essa história da técnica, ao mesmo tempo que executa com muita sensibilidade e tecendo relações entre os movimentos do Aikido e seus benefícios para um a saúde, nesse processo ainda propõe um aprofundamento da percepção de si e do outro, orienta a leitura dos livros do Aikido, filmes japoneses, livros sobre o zen; com Marcos Sensei, desfrutamos da movimentação da respiração e da meditação sempre ao início e término da aula, assim como, durante a aula ele solicitava aos estudantes que não esquecessem de respirar e o perceber o momento presente ao realizar as técnicas; CrisB Sensei tem como marca didática ensinar a leveza, como uma pluma ou como uma gota de orvalho que escorre pela planta ao alvorecer; e Cris Cuono Sensei aprende-se a relacionar as técnicas, a sensação do momento e perceber os elementos da natureza que estão atuando com uma ênfase maior no momento da técnica, um estudo sensível que também passa pela percepção de si e do outro.

O tatame da ACAN é amplo e bem arejado, rodeado por bambus, localizado em um bairro relativamente silencioso, com pouco fluxo de carro ao redor do nosso galpão. Isso favorece ao processo de concentração e imersão nas aulas de Aikido que é composto por um repertório técnico refinado (exercícios respiratórios, rolamentos, técnicas de projeção, de imobilização, uso de facas, espadas e bastões, todos de madeira), assim como, para aprender o básico requer uma dedicação e um desprendimento tanto do passado quanto do futuro para

12 *Shomen Uchi Irimi Nage* – significa que uma pessoa (*uke*) ataca a outra pessoa (*nage*) com o braço, este em formato de espada, para que mão atinja a testa do outro. O *nage*, aquele que recebe o ataque de *shomen uchi* (corte frontal) vai se defender utilizando o *irimi nage* (entrar e projetar), isto é, desviar do corte do *uke* retirando-o de seu centro de gravidade, em seguida, ao estar localizado por trás do *uke*, o *nage* projeta o *uke* ao entrar com o centro de gravidade desequilibrando ainda mais o *uke* e, ao mesmo tempo, o *nage* realiza uma movimentação com os braços, como se fosse um chicote, para projetar o *uke* ao chão. Essa movimentação deve ser feita de forma intencional pelo *nage* e *uke*, ambos relaxados e realizando a inspiração e expiração nos momentos corretos, elaborando um ato de compartilhar a técnica.

viver o momento presente que cada aula oferece. Logo, é um processo lento e árduo, mas com o passar do tempo, começa a surgir a fluidez do movimento, a coordenação entre respiração e movimentação, adequação de técnica de acordo com as características do parceiro ou parceira de treino; surge também outras relações para além do tatame, como notar esses saberes do corpo ao balançar uma criança, ao carregar compras, ao namorar, ao ver o nascer ou pôr-do-sol, ouvir uma música, estar em uma situação de diálogo com outra pessoa, de um modo geral, ser presente nesses momentos, de um modo geral, aprender com o silêncio a riqueza e abundância do instante presente.



Imagem 10 – Sombras de bambu no tatame da Academia Central de Aikido de Natal, a tarde.
Fonte: O autor.

O corpo como obra de arte e a disciplina da liberdade no Aikido

Estuda os ensinamentos do pinheiro, do bambu e do botão de pessegueiro. O pinheiro está sempre verde. O bambu é forte, flexível e inquebrável. O botão do pessegueiro é resistente, perfumado e elegante
(UESHIBA, 2002, p.31).

O que o pintor põe no quadro não é o si-mesmo imediato, o próprio matiz do sentir, é seu sentir, e tem de conquistá-lo não só em suas próprias tentativas como também na pintura dos outros e no mundo (MERLEAU-PONTY, 1961/2004, p.82)

Estudar o Aikido é como entrar em um livro que é capaz de nos fazer sair de si para adentrar em mundo que possui o potencial de modificar nossa maneira de ver o mundo, em uma experiência sensível que nos faz retomar outros instantes da vida. Tais momentos só foram vividos porque há o solo que nos sustenta e os outros que compartilham suas maneiras de ser. Assim, o êxtase não é tratado como uma alma que sai do corpo, como é sua explicação etimológica, mas o êxtase é vivido pelas modulações da percepção do próprio fato de estar vivo no tatame e nos processos de leitura e interpretação diante de um livro que abarca nosso ser e nos toma por inteiro, nos fazendo silenciar, parar, contemplar, reorganizar as ideias, para depois entrar em suas páginas novamente, buscando trazer seus conceitos revestindo nossa pele, modificando nosso estilo de ver o mundo.

Ao procurar o *dojo* de Aikido, meu foco era apenas encontrar uma arte marcial para treinar, uma forma diferente de exercitar o corpo, mas as primeiras aulas foram suficientes para dizer-me o contrário: o Aikido é um caminho longo, mas ao compreender que liberdade é compromisso com a disciplina, o corpo torna-se uma obra de arte, sendo o corpo no Aikido um terreno fértil para metáforas vivas.

Dessa maneira, nesse capítulo é apresentada reflexões a partir da questão acerca da compreensão de corpo em movimento na filosofia de Merleau-Ponty em conjunto com uma experiência-vivida no Aikido, pontuando sua ênfase na disciplina da liberdade e o corpo como obra de arte, forjando uma teoria da educação do corpo inspirada também na educação libertadora de Paulo Freire.

Escrever sobre o corpo é escrever sobre si, mesmo que inconscientemente. Como um momento de dialogar com a experiência vivida, retomo para algumas memórias das aulas de Consciência Corporal que foram fundamentais para nossa formação não apenas profissional,

mas afetiva, humana, como um caminho de apresentar a compreensão de corpo em Merleau-Ponty na *Fenomenologia da percepção*.

De um modo geral, essa disciplina possui como eixo vertebral três livros, a saber: *O corpo tem suas razões: antiginástica e consciência de si*, de Thérèse Betherat, *História da sexualidade III: o cuidado de si*, do filósofo francês Michel Foucault, *Tocar: o significado humano da pele*, do antropólogo e humanista inglês Ashley Montagu. Além dessas leituras fundamentais, desfrutávamos, nas longas manhãs de quarta, de práticas corporais sensíveis na sala CAD II e em locais aberto fora do Departamento de Educação Física. Assim, pude conhecer o Tai Chi Chuan, Yoga, meditação, Antiginástica, Eutonia, Biodanza, e outras atividades que buscavam despertar outras sensações como trilha dos sentidos, massagens, atividades com elaboração de bonecos de argila, pintura do corpo em tamanho real em cartolinas.

O envolvimento com essas aulas ocorria de maneira tranquila e sem receio das aulas práticas de consciência corporal, porque já conhecíamos a professora de outras duas disciplinas: Filosofia da Educação Física, cursada no primeiro semestre e Didática da Educação Física, ofertada no terceiro semestre. Em ambas tivemos experiências corporais significativas sobre o corpo, o brincar, o jogar, o dançar, o lutar, em uma perspectiva sensível. Esses momentos são significativos para iniciar uma compreensão da noção consciência corporal em Nóbrega (2005), ao dizer que esse binômio é a percepção que o ser humano possui de sua realidade existencial como corpo em movimento, como corporeidade, ou seja, como a condição essencial do ser humano.

Foram essas experiências-vividas de consciência corporal com sua oferta de uma experiência profunda e sensível do corpo que levou-me para o Aikido. Nessa arte marcial japonesa encontrei não apenas uma forma de treino, mas uma possibilidade de compreender a si mesmo, isto é, perceber mais o corpo em suas relações cotidianas, uma meditação no movimento de existir na busca por uma movimentação natural, próxima da respiração com articulação harmônica entre o centro de gravidade e as extremidades, conquistada apenas com a disciplina da liberdade, isto é, na repetição e no estudo da passividade e atividade do movimento.

Para Doganis (2013), ao estudar sobre as artes gestuais japonesas e sobre o próprio Aikido, apresenta uma reflexão interessante sobre essa movimentação natural. Para esse filósofo, a pesquisa do movimento natural nas artes marciais não traz nenhuma novidade aos praticantes, porque eles estão cientes de que os gestos são aprendidos em contextos sociais e culturais, que não é algo bruto quando parece espontâneo e óbvio. E o que é fascinante no

trabalho gestual das artes marciais é a elaboração dessa naturalidade complexa do gesto.

Praticar o Aikido por mais de 10 anos encaminha-me para começar a compreender alguns processos de naturalidade do movimento harmônico entre o centro de gravidade e as extremidades do corpo, em conjunto com a respiração lenta e fluída que perpassa a realização desses movimentos marciais que foram adquiridos nesse processo de disciplina da liberdade, em uma repetição necessária e a longo prazo, compreendendo a tese do Aikido como educação do corpo em movimento, das suas virtudes e da tensão que há entre disciplina e liberdade, reconhecendo elementos da sua história e filosofia.

Assim, nesse movimento de leitura da concepção de corpo em Merleau-Ponty e da prática regular do Aikido, percebo-o como uma filosofia incarnada e imanente, transpassando os diferentes tipos de apropriação do espaço, do tempo, que são os gestos e as sensações. Uma fenomenologia ancorada na prática, uma filosofia do sentir e do fazer, esclarecida pelos agenciamentos do gesto e da sensação segundo a disciplina e a liberdade de manter-se no caminho.

Estar aberto às experiências do mundo é um caminho interessante para compreender a concepção merleau-pontiana do corpo em movimento, uma vez que não é simplesmente um conceito de lógica aristotélica, mas é uma noção que exige uma *lógica vivida*. Pensar sobre o corpo em Merleau-Ponty (1945/2006) é paradoxal, porque o filósofo para apresentar seu posicionamento sobre o corpo como sujeito da percepção harmoniza sua própria experiência perceptiva, o método fenomenológico (Husserl e Heidegger) e a análise das filosofias intelectualistas e empiristas que influenciam a psicologia e fisiologia clássicas e contemporâneas, dialogando com a psicanálise, a arte em suas expressões na pintura, na dança, na música, tecendo relações também com a experiência do louco, da criança e do primitivo.

É com lentos e leves toques nas teclas do piano, como uma *Gminopedia* de Érik Satie, que recordo das aulas de Consciência corporal, de viver a lentidão do tempo ao reduzir o tempo da respiração em uma aula sobre contemplação. Foi a primeira vez, depois minha infância, que tive o encontro comigo mesmo enquanto intercostais e diafragma ao viver uma respiração profunda com consciência abdominal, percebendo cada momento da respiração: a entrada de ar, sua saída, uma pausa para sentir a necessidade de inspirar novamente, em uma refinada sensibilidade do ato de respirar.

Ao mesmo tempo, no transcurso das aulas, líamos as belas passagens de Betherat sobre a respiração. Aqui, solicito licença ao leitor para uma citação direta mais longa, uma citação sensível advinda do ato de respirar:

Mas por que perdemos nosso ritmo respiratório natural? Desde pequenos, cortamos a

respiração quando temos medo, ou quando nos machucamos. Mais tarde, prendemos a respiração quando tentamos não chorar ou gritar. Acabamos só respirando quando queremos exprimir alívio ou quanto “tempos tempo” (grifo da autora).

Respirar superficialmente, irregularmente, torna-se o meio mais eficaz de nos dominarmos, de não termos mais sensações. Uma respiração que não chega a nos oxigenar bastante faz com que o trabalho dos órgãos vá perdendo a velocidade, reduzindo nossas possibilidades de experiência sensorial e emotiva. Assim, acabamos bancando o morto, como se nossa preocupação fosse a de sobreviver até que o perigo – viver! – tenha passado. Triste paradoxo. Sinistra armadilha da qual não procuramos escapar, porque não temos consciência de estarmos preso.

Como permitir ao corpo reencontre sua respiração natural perdida há tanto tempo? Outra vez a sra. Ehrenfried pediu que nos deitássemos de costas e que, além disso, fechássemos os olhos. Falando bem baixo, embalando-nos com suas palavras, mandou-nos imaginar que os olhos, em vez de sair da cabeça, estão descansando nas órbitas, “como pedrinhas que deixamos cair numa poça d’água. Esperem que os círculos parem”.

Relaxe e, por um momento, deixei de lado minhas preocupações cotidianas. Foi então que soltei um profundo suspiro. E, a partir desse suspiro, dessa grande expiração involuntária, reencontrei meu ritmo normal!

Em vez de inspirar generosamente, de soprar avaramente e de, logo em seguida, inspirar de novo, eu tinha achado a respiração em três tempos: 1) inspirava; 2) expirava completamente; e 3) meu corpo esperava.

Esperava ter necessidade de ar, antes de respirar outra vez. Soube depois que essa pausa correspondia ao tempo de que o corpo precisa para utilizar a provisão de oxigênio trazida pela respiração anterior. Pela primeira vez depois de semanas, eu gozava de uma profunda paz interior. Pus-me a bocejar, bocejos enormes, incontroláveis, como se estivesse satisfazendo enfim uma sede de ar há muito reprimida, talvez desde a infância (BÉTHERAT, 2003, p.35-36).

Ao ouvir Érik Satie, cada nota de sua lenta e bela melodia, lendo essa experiência sensível e educativa de Bertherat, lembra-me intensamente dos momentos da aula de Consciência corporal, de poder desfrutar de si mesmo, descobrir que é preciso dedicar tempo para sentir a vida, essa junção do corpo e do mundo, ou melhor, perceber as continuidades entre nossa interioridade e exterioridade, perceber-se como pele, esse órgão fundamental para o diálogo consigo mesmo e com mundo, o órgão paradoxal que capta sensações internas e

externas.

Para o pesquisador Ashley Montagu (1988), a pele é o revestimento flexível e contínuo de nossos corpos, sendo como um manto, nos cobre por toda parte. É o mais antigo e o mais sensível de nossos órgãos, nosso primeiro meio de comunicação e nosso protetor mais eficiente. Todo o corpo é coberto por pele. Mesmo a córnea transparente do olho é coberta por uma camada de pele modificada. A pele também se volta para dentro de orifícios de linha, como a boca, as narinas e o canal anal. Na evolução dos sentidos, o sentido do tato foi, sem dúvida, o primeiro a entrar em ser. O toque é o pai de nossos olhos, ouvidos, nariz e boca. Isto é, o sentido que se diferenciou nos demais, fato que parece ser reconhecido na antiga avaliação do toque como "a mãe dos sentidos" (MONTAGU, 1988).

O aikido é uma arte do tocar e do ser tocado, uma maneira de sentir nossa própria pele e a pele do outro a partir das técnicas de imobilização e arremesso. Assim, o tato é um sentido extremamente solicitado na prática dessa arte marcial, dado que é preciso estar atento (sem tensão) para saber acompanhar a movimentação do outro, assim como, para reconhecer os pontos de equilíbrio e desequilíbrio do outro, ao saber perceber seu centro, sua região abdominal.

Sentir-se também como abdômen, uma área próxima do quadril, muitas vezes rigidase sem mobilidade devido ao não uso, traumas, medos, ansiedades. Encontrei no Aikido uma continuidade do estudo da consciência corporal, de um uso do corpo que percebe não apenas suas articulações, mas a potência de sua integração não apenas destinada a arte marcial, mas nos movimentos da vida e, dentre eles, na atuação profissional como professor de Educação Física tanto nas atuações na educação formal (Educação básica e Ensino superior) e não-formal (orientador de caminhada, natação, musculação, Academia de Aikido).

A educação ocorre para além dos espaços escolares, uma vez que a escola não é a única instituição responsável pela formação humana, visto que as possibilidades de ensinar e aprender que estão na base das dinâmicas sociais contemporâneas residem na articulação integradora de experiências formativas que se dão em diversos tempos e espaços sociais (PIMENTA & SEVERO, 2021).

Dessa maneira, o Aikido é um processo formativo que ocorre em um espaço não formal, porém educativo. Essa arte marcial é um conhecimento forjado na cultura, imbuído de significados e de projetos políticos, com objetivos educacionais, atravessados por métodos e estilos de ensino, e avaliado por meios dos exames de faixa.

O conhecimento pedagógico, conforme Pimenta e Severo (2021) explanam, move-se em uma diversidade de espaços, conceitos e práticas. A diversidade é um traço natural do

saber pedagógico, por isso não parece ser apropriado vinculá-lo a um tipo específico de prática ou tema particular, como erroneamente se faz ao associar pedagogia apenas à instrução ou a processos de sala de aula. O saber pedagógico se opera onde as práticas pedagógicas se efetivam, como meio e como resultados destas, como produto da práxis elaborada pelos sujeitos e fundamento que subsidia o aperfeiçoamento permanente da práxis na compreensão/proposição dos processos educativos diante da complexidade que os encerra.

Nesse movimento de retorno as coisas mesmas dos processos formativos ocorridos em um *dojo* de Aikido, um espaço educacional não formal. Assim, volto às experiências do corpo-vivido e corpo-vivo continuando na leitura merleau-pontiana da noção de corpo como obra de arte dialogando com a noção de educação libertadora de Paulo Freire.

Para Freire, em sua famosa obra *Pedagogia do oprimido*, não há meio termo: ou a educação é bancária ou é libertadora. A primeira opera pela sectarização, isto é, é castradora e alienante; por outro lado, a educação libertadora é radical, ou seja, ela é libertadora, criadora e crítica. Logo, a educação é vista como prática de liberdade.

É importante lembrar que durante todo o período Colonial, Imperial e mesmo no início do Período Republicano, havia, no Brasil, a forte presença de uma pedagogia filosófica, utilizada pelos membros da Companhia de Jesus. A orientação pedagógica dos jesuítas, fundamentada nos princípios da escolástica, era extremamente livresca e autoritária. Fundada na concepção essencialista do homem, pautava-se, como prática educativa, pela memorização, pela repetição dos exercícios e era totalmente dissociada dos problemas da realidade brasileira. A educação empreendida pelos jesuítas era destinada, especialmente, a dar cultura geral, sem qualquer preocupação com a qualificação ao trabalho, com a pesquisa ou com a qualificação de professores. Era uma pedagogia que, em termos de intencionalidade social, atendia aos anseios de uma sociedade elitista, escravocrata, aristocrática, não podendo (PIMENTA & SEVERO, 2021).

É nesse Brasil, impregnado na perspectiva de uma pedagogia tecnicista e liberal, com reminiscências de uma pedagogia essencialista e livresca, um país de extremas desigualdades sociais, com regiões de imensa miséria e pobreza, que se verá emergir uma proposta pedagógica eminentemente emancipatória e crítica: a *Pedagogia do Oprimido* (PIMENTA & SEVERO, 2021).

Em Freire (2017), o foco da educação é a formação crítica capaz de fornecer aos envolvidos nesse processo uma visão democrática de mundo onde a liberdade é um exercício constante da responsabilidade individual e coletiva:

A liberdade, que é uma conquista, e não uma doação, exige uma permanente busca. Busca permanente que só existe no ato responsável de quem a faz. Ninguém tem liberdade para ser livre: pelo contrário, luta por ela precisamente porque não a tem. Não é também liberdade um ponto ideal, fora dos homens, ao qual inclusive eles se alienam. Não é ideia que se faça mito. É condição indispensável ao movimento de busca em que estão inscritos os homens como seres inconclusos (FREIRE, 2017, p.46).

Com isso, Freire (2017) defende que a libertação é um parto doloroso. O corpo que nasce deste parto é um corpo novo que só é viável na e pela superação da contradição opressores-oprimidos, que é a libertação de todos. Pode-se dizer que a educação libertadora está enraizada em um processo dialógico, em um encontro sincero com o outro.

Uma primeira aproximação entre a circularidade da movimentação do Aikido e a dialogicidade em Paulo Freire foi realizada por Dunk e Gonçalves Junior (2009) ao afirmarem que a relação entre os seres humanos deve permear o diálogo, porém não qualquer diálogo, mas o diálogo que se dá horizontalmente entre os seres humanos. Freire fala da comunhão entre os seres humanos e que esta se dá pelo uso da palavra verdadeira. Os homens para manter essa comunhão necessitam dialogar entre si sem que haja entre estes uma relação de competição. Já o Aikido, esses autores descrevem que todo treino dessa arte marcial faz necessário um parceiro para aprender as técnicas e os movimentos demonstrados pelo Sensei, isto é, o diálogo é fundamental nessa prática.

O diálogo no Aikido ocorre principalmente entre o encontro de esquemas corporais, entre as maneiras de expressar e perceber o próprio corpo, o corpo do Sensei ao apresentar as movimentações básicas (*ukemis* e *tai sabaki*) e as técnicas; e ao momento de partilhar a técnica com os parceiros de treino.

O esquema corporal envolve um saber do corpo que não diz respeito a uma consciência de lugar como uma consciência posicional ou representacional, mas a expressão de uma intenção de apreensão. Esse saber do corpo pode ser descrito também nas artes marciais, ao realizar uma técnica que exige uma coordenação global entre membros inferiores, superiores, abdômen ou centro energético, respiração, perceber o corpo do outro, o próprio corpo. exemplo da descrição de uma técnica da nossa experiência enquanto praticante de Aikido.

A técnica *Shomen Uchi Gokyu* significa que uma pessoa ataca a outra pessoa com o braço, este em formato de espada, para que mão atinja a testa do outro, como um corte que possui uma trajetória de cima para baixo. Aquele que recebe o ataque *shomen uchi* (corte frontal como vemos na imagem 11) se defenderá utilizando o quinto princípio (*gokyu*), isto é,



Imagem 11 – *Shomen Uchi Gokyu* no exame de *Shodan*, parte 1. Foto por Jonathan Martins Pinto.

desviar do corte retirando-o de seu centro de gravidade ao tocar no cotovelo, em seguida, ao estar localizado por trás do atacante e com uma mão na dobra do braço e a outra mão pressionando o pulso como está demonstrado na imagem 12. Essa interação deve ocorrer com uma respiração fluida, extremidades do corpo relaxadas e também feita de forma intencional pelo *nage* e *uke*, ambos conectados e realizando a inspiração e expiração nos momentos corretos, elaborando um ato de compartilhar a técnica.

A imagem 11 escreve a primeira repetição da técnica, onde o braço direito do faixa-marrom recebe o corte do parceiro de treino de forma relaxada e direciona-se para trás do corpo dele, causando o *kuzushi* (desequilíbrio), para em seguida, realizar a imobilização, caracterizando *katame waza*, isto é, técnica de imobilização, nesse caso específico, imobilizando ao torcer o pulso ao mesmo tempo que continua desequilibrando o parceiro de treino pela dobra do braço, como na imagem 12.



Imagem 12 – *Shomen Uchi Gokyu* no exame de *Shodan*, parte 2. Foto por Jonathan Martins Pinto.

O corpo fenomenal é quem ensina e aprende essa movimentação, pois:

Não é nunca nosso corpo objetivo que movemos, mas nosso corpo fenomenal, e isso sem mistério, porque já era nosso corpo, enquanto potência de tais e tais regiões do mundo, que se levantava em direção aos objetos a pegar e que os percebia (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.153).

Superar a visão objetivista do corpo é missão árdua, porque estamos desacostumados a perceber o corpo em movimento em suas relações vivas consigo mesmo, com o outro e com o mundo. Conforme Bertherat (2003), não sentimos estar em relação com nosso corpo, porque separamos a cabeça do corpo. Essa ruptura é quase sempre total, daí surge a falsa noção de separação entre poderes físicos e psíquicos. Ela explana que para muitos a cabeça é a cabeça e o corpo é o corpo, ou seja, o corpo é praticamente o tronco que tem quatro membros que lhe estão ligados não se sabe bem como e não temos bem consciência de que a cabeça está ligada à coluna vertebral, assim como os braços e as pernas (BERTHERAT, 2003).

Esse projeto filosófico de compreender o corpo em movimento em Merleau-Ponty é

aprofundado com a noção de motricidade enquanto a intencionalidade original. Logo, não há fenomenologia sem corpo, com a noção de motricidade, Merleau-Ponty aprofunda o próprio método fenomenológico e afirma a primazia do corpo no próprio ato de ser e conhecer, porque originariamente a consciência não é um *eu penso*, a moda cartesiana, mas um *eu posso* (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Assim, a motricidade não é um saber do corpo a controle de um espírito ou centro de comando localizado no cérebro:

A consciência é o ser para a coisa por intermédio do corpo. Um movimento é aprendido quando o corpo o compreendeu, quer dizer, quando ele o incorporou ao seu "mundo", e mover seu corpo é visar as coisas através dele, é deixá-lo corresponder à sua solicitação, que se exerce sobre ele sem nenhuma representação. Portanto, a motricidade não é como uma serva da consciência, que transporta o corpo ao ponto do espaço que nós previamente nos representamos (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.193).

Assim, o corpo em movimento em Merleau-Ponty é um núcleo significativo, onde não há separação entre os sentidos, entre os sentidos e a inteligência, tampouco entre a sensibilidade e a motricidade, um corpo sexual, capaz de linguagem e expressivo.

A *Fenomenologia da percepção* nos convida a percebermos nós mesmos e há um esboço de uma experiência sensível profunda quando Merleau-Ponty inicia um diálogo com Heidegger e sua noção de êxtase:

Se pode haver alguma verdade nessa afirmação, é porque entrevejo a natureza ou a essência que ela concerne, é porque, por exemplo, minha visão da árvore enquanto **êxtase** mudo diante de uma coisa individual já envolve um certo pensamento de ver e um certo pensamento da árvore; enfim, é porque eu não encontro a árvore, não estou simplesmente confrontado com ela, e porque reconheço neste existente em face de mim uma certa natureza da qual formo ativamente a noção. Se encontro coisas em torno de mim, não pode ser porque elas estão efetivamente ali, pois desta existência de fato, por hipótese, eu nada sei. Se sou capaz de reconhecer a coisa, é porque o contato efetivo com ela desperta em mim uma ciência primordial de todas as coisas, e porque minhas percepções finitas e determinadas são as manifestações parciais de um poder de conhecimento que é coextensivo ao mundo e que o desdobra de um lado a outro (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.494, grifo nosso).

Merleau-Ponty estabelece um diálogo profundo com Husserl e Heidegger ao estabelecer que o tempo surge da experiência do corpo no mundo e perceber o tempo é uma maneira êxtase:

O tempo histórico de Heidegger, que flui do porvir e que, pela decisão resoluto, antecipadamente tem seu porvir e salva-se de uma vez por todas da dispersão, é impossível segundo o próprio pensamento de Heidegger: pois, se o tempo é um *ek-stase*, se presente e passado são dois resultados desse êxtase, como deixaríamos totalmente de ver o tempo do ponto de vista do presente, e como sairíamos definitivamente do inautêntico? É sempre no presente que estamos centrados, é dele que partem nossas decisões; portanto, elas sempre podem ser postas em relação com nosso passado, nunca são sem motivo e, se elas abrem em nossa vida um ciclo que pode ser inteiramente novo, devem ser retomadas na sequência, elas só nos salvam da dispersão por certo tempo. Portanto, não se pode tratar de deduzir o tempo da espontaneidade. Nós não somos temporais *porque* somos espontâneos e porque, enquanto consciências, nos afastamos de nós mesmos, mas ao contrário o tempo é o fundamento e a medida de nossa espontaneidade, a potência de ir além e de "niilizar" que nos habita, que nós mesmos somos, ela mesma nos é dada com a temporalidade e com a vida. Nosso nascimento, ou, como diz Husserl em seus inéditos, nossa "generatividade", funda simultaneamente nossa atividade ou nossa individualidade, e nossa passividade ou nossa generalidade, esta fraqueza interna que nos impede de obter alguma vez a densidade de um indivíduo absoluto. Nós não somos, de uma maneira incompreensível, uma atividade junto a uma passividade, um automatismo dominado por uma vontade, unia percepção dominada por um juízo, mas inteiramente ativos e inteiramente passivos, porque somos o surgimento do tempo (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.573, grifo nosso).

É pelo corpo em movimento que podemos perceber o presente, em uma dialética entre a atividade e a passividade, assim como, temos a capacidade de irmos ao nosso passado, por diferentes motivos, tendo o tempo como essa potência de ir além e o nosso surgir no espaço intrauterino, fruto de uma relação carnal, e o nosso nascer marcam outra dialética, a saber: da individualidade e da generalidade, nossa atividade e nossa passividade, da nossa disciplina e nossa liberdade.

Todo processo educativo ocorre na tensão entre a liberdade e a disciplina, uma vez que não partimos da liberdade, mas chegamos a ela, como ensina Savater (2012). Para esse autor, a educação é sempre uma tentativa de resgatar o semelhante da fatalidade zoológica ou da limitação opressiva da mera experiência pessoal. Proporciona à força algumas ferramentas simbólicas que depois permitirão combinações inéditas e derivações ainda inexploradas. É pouco, é alguma coisa, é tudo, é o embarque irremediável na condição humana (SAVATER, 2012).

Esta tensão entre a disciplina e a liberdade relacionada à nossa condição corporal é vista em Freire (2017, p. 125): "Os homens, diferente do animal, porque são consciência de si e, assim, consciência do mundo porque são um corpo consciente, vivem uma relação

dialética entre os condicionamentos e sua liberdade”.

No Aikido, o ato de sentar em *seiza* demonstra bem essa relação entre disciplina e liberdade, dado que aprender a observar, a ouvir, a perceber são fundamentais no processo de aprendizagem dos movimentos e virtudes dessa arte marcial. Segundo Ueshiba (2005), a etiqueta ensinada no Aikido – por exemplo, respeito mútuo, asseio, consideração pelo outro – não é imposta aos novos praticantes por doutrinação ou ameaças, antes disso, é a consequência do processo de aprender a observar a sentar-se corretamente em *seiza* em um fluxo de perceber a si mesmo e a perceber o entorno.

Para tornar o corpo como uma obra de arte no contexto do Aikido é preciso aprender a disciplina da liberdade, compreendendo que a liberdade não é a ausência original de condicionamentos, mas a conquista de uma autonomia simbólica por meio do aprendizado, que nos aclimta a inovações e escolhas só possíveis dentro da comunidade (SAVATER, 2012).

Aprender a exercer a disciplina da liberdade não é tarefa fácil, porque segundo Atlan (2004) a biologia molecular nos mostra que os organismos, bem longe de obedecer a uma finalidade interna, são regidos por mecanismos físico-químicos. Esse autor afirma que os estudos do cérebro revelam uma continuidade entre o não-vivo e o vivo, entre o mundo sem consciência e o mundo da consciência humana. De Platão a Descartes, caíram por terra todas as visões anteriores de uma alma governando o corpo como um coheiro governa sua carruagem.

Nos estudos de Vanzago (2012) encontro elementos que corroboram com essa visão de Atlan ao afirmar que a própria noção de alma, ao longo da história da filosofia e da ciência, de Platão às ciências cognitivas atuais, vem tornando-se cada vez mais corpórea ou incarnada, mas não necessariamente caindo em um materialismo. Esse filósofo italiano destaca a atualidade da concepção de corpo em Merleau-Ponty nos trabalhos do biólogo Francisco Varela, considerado como uma neurofenomenologia. Partindo da noção de corpo como sujeito da percepção e obra de arte, Varela afirma que a cognição não se limita a desempenhar funções puramente intelectuais no sentido clássico, ao invés disso, ela é compreendida como dinâmica e processual, em termos de ações, movimentos que são capazes de refazer a configuração desde dentro do organismo vivente e juntamente também a relação entre o organismo e o seu entorno (VANZAGO, 2012).

Isso implica que não somos tão livres quanto pensamos ser, e segundo Atlan (2004) é perigoso afirmar que somos sujeitos livres assim como é nocivo não compreender os determinismos. Para esse autor:

Devemos reaprender a considerar como somos responsáveis pelo que somos e pelo que fazemos, independente de uma crença metafísica no livre-arbítrio, admitindo que não escapamos ao determinismo universal e que somos determinados a fazer o que fazemos, mesmo quando acreditamos escolher livremente ou não nos sentimos obrigados. Admitir isso exige um esforço intelectual certamente um pouco difícil que, no entanto, não é nada novo (ATLAN, 2004, p. 26).

Atualmente, temos vistas descobertas recentes como a autonomia do sistema imunológico, assim como, o poder do intestino sobre o cérebro. No estudo de Souza, Bizarro e Pereira (2020) foi identificado que o eixo intestino-cérebro é constituído por rotas bidirecionais e, para comunicação, utiliza vias como o sistema nervoso parassimpático (em especial, o nervo vago), o sistema imune, o sistema neuroendócrino e o sistema circulatório – que permite a passagem de metabólitos e neurotransmissores produzidos pelo intestino. Recentemente, tornou-se evidente que a microbiota intestinal pode influenciar o funcionamento do eixo intestino-cérebro e alterar funções cerebrais e até mesmo o comportamento.

Retomando com Atlan (2004), o exercício da razão não é desencarnado, antes disso, ele necessita do corpo e de suas paixões. Assim, nossos conhecimentos são percepções e nossa existência corpórea é vivida como projeções e recuperações parciais, nas quais o caráter infinito das coisas e do pensamento se exprimiria em seus modos finitos. Ainda que seja apenas um horizonte, essa projeção esclarece um pouco nossas escolhas. Ele continua afirmando que a experiência da livre necessidade supõe, uma atividade intencional e podemos experimentar essa liberdade em certos momentos privilegiados, como, por exemplo, ao compreendermos alguma coisa, conceito, fato. É quando somos ativos que temos a experiência de ser sujeito daquilo que sou e daquilo que faço. Atlan segue afirmando que é possível experimentarmos lapsos de liberdade, mas enquanto compreendo e conheço os determinismos da natureza e das formas de poder que agem em mim e me fazem agir.

É importante destacar também que ser livre é saber disciplinar-se. A própria etimologia latina da palavra (que provém de *disciplina*, por sua vez comporta de *docere*, ensinar, e os vocábulos que nomeiam as crianças, *pueri* e *puella*) vincula diretamente a disciplina ao ensino: trata-se da exigência que obriga o neófito a se manter atento ao saber que lhe é proposto e a cumprir os exercícios que o aprendizado requer. É relevante frisar que isso não significa um enaltecimento da autoridade imposta, mas compreender que esse termo provém etimologicamente do verbo latino *augeo*, que significa, entre outras coisas, fazer crescer. O paradoxo de toda formação é que o eu responsável se forja a partir de escolhas

induzidas, pelas quais o sujeito ainda não se responsabiliza. O aprendizado do autocontrole inicia-se com as ordens e indicações da mãe, que a criança interioriza mais tarde numa estrutura psíquica dual que a torna ao mesmo tempo emissor e receptor de ordens; ou seja, ela aprende a mandar em si mesma obedecendo aos outros (SAVATER, 2012).

A noção de liberdade em Merleau-Ponty (2006/1945) é compreendida a partir da sua concepção de corpo como obra de arte e sujeito da percepção:

Sou uma estrutura psicológica e histórica. Com a existência recebi uma maneira de existir, um estilo. Todos os meus pensamentos e minhas ações estão em relação com esta estrutura, e mesmo o pensamento de um filósofo não é senão uma maneira de explicitar seu poder sobre o mundo, aquilo que ele é. E todavia sou livre, não a despeito ou aquém dessas motivações, mas por seu meio. Pois esta vida significativa, esta certa significação da natureza e da história que sou eu, não limita meu acesso ao mundo, ao contrário ela é meu meio de comunicar-me com ele. É sendo sem restrições nem reservas aquilo que sou presentemente que tenho oportunidade de progredir, é vivendo meu tempo que posso compreender os outros tempos, é me entranhando no presente e no mundo, assumindo resolutamente aquilo que sou por acaso, querendo aquilo que quero, fazendo aquilo que faço que posso ir além. Só posso deixar a liberdade escapar se procuro ultrapassar minha situação natural e social recusando-me a em primeiro lugar assumi-la, em vez de, através dela, encontrar o mundo natural e humano (MERLEAU-PONTY, 2006/1945, p.611).

Por ser corpo, tenho uma maneira de existir, composta pelo imbricamento das relações históricas e psicológicas, formatando a estrutura anatômica. No Aikido, aprendo um estilo ao mesmo tempo que estou formatando meu próprio estilo de realizar as técnicas. Ao ser disciplinado em repetir o estilo das técnicas do Sensei James, estou lentamente construindo um estilo próprio, uma passagem da disciplina para a liberdade. Nesse movimento da repetição para criação, da disciplina para a liberdade, da imitação à inovação, destaco que essa passagem é um elemento fundamental para a educação.

Com isso, é fundamental reafirmar o Aikido como educação do corpo, uma educação sensível do aprender a perceber, porque perceber o corpo em movimento é viver o êxtase da presença belamente desenhado no haikai de Leminski (2013, p.23):

*O tempo
entre o
sopro
e o apagar da vela.*

Em seus estudos, Merleau-Ponty (2006/1945) defende uma concepção de percepção como acontecimento da existência e o corpo como obra de arte, buscando superar as antinomias corpo/mente, cultura/natureza, perceptível/inteligível, como é visível na bela poesia de Leminski. A percepção não é apenas um processo fisiológico dos sistemas aferentes e eferentes, mas uma atitude do corpo em sua relação primordial com o mundo, efetuada a partir de um determinado contexto com uma significação própria. Tampouco o corpo é um objeto, para Merleau-Ponty (2006) o corpo deve ser comparado á obra de arte, dada sua abertura de interpretações, sua inexatidão, seu inacabamento e sempre em movimento. Ser corpo é ser sexuado, expressivo e “capaz de”, isto é, o tema do “eu posso” que captou a admiração de Ricœur. Em Merleau-Ponty, o corpo como obra de arte é formulado da seguinte maneira:

Um romance, um poema, um quadro, uma peça musical são indivíduos, quer dizer, seres em que não se pode distinguir a expressão do expresso, cujo sentido só é acessível por um contato direto, e que irradiam sua significação sem abandonar seu lugar temporal e espacial. É nesse sentido que nosso corpo é comparável à obra de arte. Ele é um nó de significações vivas e não a lei de um certo número de termos co-variantes (MERLEAU-PONTY, 2006, p.209-210).

O tempo do corpo vivo no mundo está entre o sopro e o seu apagar, uma experiência tão profunda que mesmo após o apagar de sua faísca sensível, ele mantém sua pulsação de vida em outros corpos, como é defendido por Merleau-Ponty. Assim, com a apresentação dessa terceira seção, mantenho o argumento segundo o Aikido educa, refina nossos sentidos, nossa consciência postural, do tocar e do ser tocado, o qual é possível uma visualizar também uma educação sensível, inspirada na filosofia de Merleau-Ponty, tendo a experiência-vivida como uma experiência educativa, ao tratar do corpo em movimento no Aikido.

Na próxima seção foco nas experiências pedagógicas com o Aikido, as artes marciais e os jogos de luta na escola.



Imagem 13 – Jogos de lutas com espadas. Fonte: O autor.

*SEÇÃO 4 – EXPERIÊNCIAS
PEDAGÓGICAS COM O AIKIDO E AS
ARTES MARCIAIS EM ESPAÇOS
EDUCACIONAIS*

Lembranças do Mestrado em Educação (2011-2013) e uma experiência pedagógica com o Aikido em Santa Cruz/RN

Recordar-se não é trazer ao olhar da consciência um quadro do passado subsistente em si, é enveredar no horizonte do passado e pouco a pouco desenvolver suas perspectivas encaixadas, até que as experiências que ele resume sejam como que vividas novamente em seu lugar temporal (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.47/48).

Nesse estudo fenomenológico sobre o Aikido como educação do corpo, é fundamental recordar-se das experiências formativas que perpassam nosso ser não como uma atitude nostálgica, mas o intuito de enveredar no horizonte do passado é compreender aquilo que move-me para ir adiante, organizar os saberes adquiridos para compor e aprumar nossa trajetória existencial. E o saber do Aikido é o saber forjado nas experiências-vividas, entrelaçando teoria e prática, conectando universidade-*dojo*-escola, um diálogo mútuo e contínuo.

Dentre as reflexões de Santos (2010), destaco a diferença entre conhecimento universitário e conhecimento pluriversitário, enquanto o primeiro representa o conhecimento científico produzido dentro das universidades sem conexão com a sociedade, o segundo é um conhecimento contextual na medida em que o princípio organizador da sua produção é a aplicação que lhe pode ser dada. É um conhecimento transdisciplinar que, pela sua própria contextualização, obriga um diálogo com outros tipos de conhecimento, o que o torna internamente mais heterogêneo e mais adequado a ser produzido em sistemas abertos menos perenes e de organização menos rígida e hierárquica.

A leitura do texto de Santos (2010) inspirou-me a buscar sempre esse diálogo entre o conhecimento que estava produzindo na pesquisa de mestrado sobre a filosofia de Merleau-Ponty e do Aikido e suas interações com a sociedade.

Nessa perspectiva, acredito que tendo em vista o movimento epistemológico que tem ocorrido na Educação Física brasileira há aproximadamente três décadas, em especial aqueles que buscam superar uma visão mecanicista e reducionista do corpo, a compreensão de corpo na filosofia do Aikido pode contribuir em fortalecer esse movimento epistemológico. A filosofia é uma perspectiva de contemplação que une a experiência, o conhecimento em sua meditação sobre o Ser, sobre o conhecimento e sobre a existência. A atitude fenomenológica investe na solidariedade dos saberes e culturas, assim a experiência do Aikido, a Educação

Física e a Fenomenologia podem dialogar para construções de espaços que permitam a consciência corporal, a cinestesia como sensação do corpo em movimento, o compartilhar da técnica e o respeito à existência e à diversidade.

Durante o mestrado, mantive o foco também no treinamento do Aikido e participei do projeto *O corpo em movimento* que era ofertado no Ensino Médio Inovador da Escola Estadual Francisco Assis Dias Ribeiro, em Santa Cruz/RN, onde auxiliava o Sensei James Carlos em suas aulas de Aikido. Tal experiência refletiu positivamente na formação dos estudantes daquela escola, onde vimos diversos estudantes ingressarem no Ensino Superior e no mundo do trabalho e creditavam suas aprovações ao processo de autoconhecimento adquirido nas aulas de Aikido, assim como na qualidade da formação fomentada pela referida escola.

Essa experiência com James Sensei fez parte do seu processo de trabalho de conclusão de curso na formação de licenciatura em Educação Física pela UFRN. As suas aulas possuíam como objetivo permitir aos estudantes do Ensino Médio a consolidação de uma identidade *tadaima*, que em japonês significa aqui e agora. Araújo (2013) afirma que este termo japonês também pode significar enraizar, estar presente. Isso significa que o autor compreende o Aikido como um caminho de autoconhecimento, e não de alienação, onde os estudantes teriam que se tornar japoneses e esquecerem da sua cultura, antes disso, as suas aulas foram direcionadas a transformar os estudantes no sentido de pensarem no senso de grupo, no coletivo, isto é, na sensação de pertencer a Santa Cruz e na possibilidade também de conhecer o mundo. Assim, as aulas de Aikido desse projeto tinham como objetivo também desenvolver nos estudantes uma identidade cultural a partir do próprio corpo em movimento na filosofia do Aikido.

Diante desse objetivo geral, Araújo (2013) traçou como objetivos específicos ofertar o Aikido para ampliar a percepção de si, do outro e da cultura local e universal; melhorar o condicionamento físico; fortalecer o emocional e liberar o fluxo energético. Todos esses objetivos referem-se a ampliação da consciência corporal, modificando o estado de espírito do praticante, tornando-o mais tranquilo, sereno e dinâmico. Esses objetivos têm a mesma importância dos objetivos referentes ao aprendizado das técnicas, a saber (ARAÚJO, 2013, p.8):

□ Rolamentos: *Mae Kaiten Ukemi* (rolar para frente com um giro completo); *Ushiro Kaiten Ukemi* (rolar para trás com giro completo); *Mae Hanten* (para frente, só a metade do giro); *Ushiro Hanten* (para trás, só a metade do giro); *Yoko Kaiten Ukemi* (girar completo para o lado);

- *Tai Sabaki* (significa movimentação de corpo): *Tenkai Ashi* (virar pés, pelo giro do quadril); *Tenkan* (mudar a direção); *Irimi Tenkan* (entrar e mudar a direção);
- *Ashi no Sabaki* (movimento de pés): *Aiyumi Ashi* (pés harmônicos); *Tsugi Ashi* (manutenção de um pé a frente, deslizando); *Okuri Ashi* (transpassar de pés);
- Técnicas: *Ikkyo* (primeiro princípio), *Irimi Nage* (entrar e projetar) e *Shiho Nage* (projetar para os quatro lados). Obs.: Apesar de existir mais de cinquenta técnicas, além das inúmeras variações, optamos por apenas estas técnicas por elas serem os movimentos básicos de quem treina Aikido, em qualquer parte do mundo, inclusive na Academia Central de Aikido no Japão (*Hombu Dojo*).

Após ministrar essas aulas, Araújo (2013) concluiu que é possível colocar uma Arte Marcial como prática educativa, no seu sentido pleno: discutindo a cultura de outro país, o respeito pela língua de origem, os motivos históricos para a percepção do aparecimento e formação do seu legado filosófico. Porque surgem tais movimentações de base, posturas defensivas, a não existência delas, a mudança técnica, a postura do praticante mediante os problemas da vida, os processos de socialização, o conhecimento de si, dos seus sentimentos; da observância do outro, enquanto você divide o mesmo espaço, e quando existe as discordâncias. Além disso, Araújo (2013) também refletia com os estudantes sobre como falar com os outros, a família, os amigos, os relacionamentos amorosos, isto é, perceber-se nas diversas relações da existência.

Essa percepção da fala no ato de diálogo fortalece a tese do aikido como educação do corpo, dado que o corpo é motriz e dotado de linguagem. No ato da fala, o corpo converte uma essência motora em vociferação, desdobra o estilo-articular de uma palavra em fenômenos sonoros, projeta uma intenção de movimento em movimento efetivo (MERLEAU-PONTY, 1945/2006).

Nas aulas de Aikido para os estudantes do ensino médio, o corpo era apresentado como capaz de fala e observar-se nesse processo linguístico é aprender a perceber-se e perceber ao outro, buscando um diálogo mais tranquilo e troca de comunicação mais efetiva, reconhecendo no corpo, como diz Merleau-Ponty (1945/2006), um poder de expressão natural:

Essas observações permitem-nos restituir ao ato de falar sua verdadeira fisionomia. Em primeiro lugar, a fala não é o “signo” do pensamento, se entendemos por isso um fenômeno que anuncia um outro, como a fumaça anuncia o fogo. [...] As palavras só podem ser as “fortalezas do pensamento” e o pensamento só pode procurar a expressão se as falas são por si mesmas um texto compreensível e se a fala possui uma potência de significação que lhe seja própria. É preciso que, de uma maneira ou de outra, a palavra e a

fala deixem de ser uma maneira de designar o objeto ou o pensamento para se tornarem a presença desse pensamento no mundo sensível e, não sua vestimenta, mas seu emblema ou seu corpo (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.247).

Aqui vemos Merleau-Ponty (1945/2006) demonstrando a inseparabilidade entre palavra e pensamento, palavra e corpo, onde a cognição e a nossa capacidade expressiva não existem sem nossa condição corpórea e o Aikido oferece ao estudante uma experiência não apenas de ensinar técnicas de luta, mas de repensar seu lugar no mundo e suas relações afetivas, traços de uma pedagogia da existência.

Enquanto uma pedagogia da essência apela para uma essência da humanidade e compreende a educação o processo de se tornar humano, de inculcar na matéria-prima dos seres humanos imaturos o conhecimento, as normas, os valores e as responsabilidades da personalidade e da sociedade civil. Em outras palavras, a pedagogia da essência tem por objetivo encher o balde ou uma educação bancária. Por outro lado, a pedagogia da existência busca devolver ao ser humano a um processo de vida vivido em companhia de outros, isto é, à vida social. A existência – a vida – não é um processo de tornar-se humano; é antes uma questão de devir humano (INGOLD, 2018).

O aikido como educação do corpo é visto como um processo inspirado em uma pedagogia da existência, em um caminho educacional que vê o Aikido numa escola como potencializador de mudanças reais nas vidas dos praticantes, ofertando uma oportunidade ímpar de refletir sobre seu lugar no mundo como corpo em movimento com outros corpos.

Nessa senda, o objetivo do Sensei James está alinhado com os fundamentos do Aikido e com uma filosofia e pedagogia da existência sobre a oportunidade de transforma-se ao aprender as técnicas dessa arte marcial. Transforma-se no sentido de aprender a reverência, a etiqueta ao seguir as sete virtudes, a importância da respiração (*kokyu*), a conexão entre o pensamento-momento-corpo-mente-ki (*nen*), e a disciplina da liberdade ou a compreensão da livre necessidade de ser disciplinado e comparecer aos treinos (*shugyo*), como vimos na segunda e terceira seção dessa pesquisa.

Aqui temos a influência da filosofia Aikido em seguir o princípio da não-competitividade, mas o objetivo foi focar na formação de ser humano e que este humano enquanto corpo saiba se perceber nas diferentes relações que temos com as outras pessoas, um estudo também sobre a afetividade.

A afetividade é fundamental no Aikido, uma vez que o fundador (*Ô Sensei*) afirmava que as únicas vitórias são sobre si mesmo – *masakatsu agatsu katsuhayabi* (UESHIBA,

2010). Com isso, o Aikido oferece uma resposta pacífica à violência. Os ataques vêm em todas as formas: punhos, pés, faca, bastão longo ou curto, espada, etc. No Aikido, usamos a força do atacante (*uke*), aqui um parceiro, para mostrar a ele que qualquer ataque é em vão. A técnica consiste em continuar o movimento do ataque, de forma a reduzi-lo por uma espécie de espiral decrescente.

Conforme Lance (2007), não se trata de entrar em conflito com um possível adversário (termo rejeitado pelo Aikido), mas de absorver a violência do outro para torná-la nula e sem objeto. O Aikido representa uma resposta "inteligente" à violência, uma resolução da violência, porque aprende a canalizá-la e direcioná-la para neutralizá-la (LANCE, 2007).

Continuando essa reflexão sobre a relação entre Aikido e afetividade na infância, temos que o diálogo corporal que ocorre na comunicação não verbal sutil entre dois praticantes no final de uma troca baseada nas técnicas do Aikido, às vezes pode surgir algo raro entre os jovens: um sorriso! Sorriso da origem, aquele da renovação do primeiro encontro do Outro: o sorriso da criança para a mãe (LANCE, 2007).

É importante destacar que James Sensei já realizou outras pesquisas buscando o diálogo entre o Aikido e outras áreas do conhecimento. Seu primeiro estudo foi uma aproximação teórica entre o Aikido, a aprendizagem e a psicomotricidade, mas tendo como base sua experiência como Sensei de Aikido. Nesse estudo Araújo (2009) já comentava a relação positiva entre o Aikido, a afetividade e a consciência corporal, como está exposto no trecho a seguir:

Na prática do Aikido, é comum o hábito de treinar as posturas básicas de movimento, chamadas de *Tai Sabaki* (movimentação de corpo). Essa movimentação é feita tanto em pé (*tatchi*), como sentado sobre os calcanhars (*suwari*). Os exercícios são feitos com alternância de lados – girando o quadril para promover a mudança de lado do corpo inteiro (*tenkai ashi* – girar o corpo sem dar passos), com mudança do corpo inteiro de um lado para o outro, mantendo a mesma perna na frente (*tenkan* – mudar), ou ainda com entradas e giros do corpo inteiro (*irimi tenkan* – entrar e mudar; *irimi tenkai ashi* – entrar e girar). Nos primeiros treinos, o participante (criança ou adulto) perderá sempre o eixo da movimentação oscilando tanto para frente e para trás, como para os lados. O equilíbrio corporal não é encontrado ainda. No entanto, depois de alguns meses de treino, percebe-se que o equilíbrio do corpo, no movimento, está sendo aperfeiçoado, pela desenvoltura da movimentação geral. O próprio aluno se sente estimulado a praticar estes movimentos, mesmo não estando na no local de treinamento (*Dojô*), pois ele próprio sente interesse em ganhar tal equilíbrio, que sempre é percebido nos movimentos dos praticantes mais antigos da academia. Devemos observar ainda, que quanto mais estamos com os músculos relaxados, e a mente vazia, mais equilíbrio vamos conseguindo e, por conseguinte, mais eixo corporal. Nas artes marciais como um todo, esta

percepção é definida como consciência de centro (ARAÚJO, 2009, p.11).

Tal visão de Aikido demonstra que o foco da aprendizagem das técnicas do Aikido é um equilíbrio entre uma excelente aquisição do repertório do movimento marcial e o bem-estar de quem está aprendendo esse movimento, isto é, respeitar as individualidades e o tempo de aprendizagem de cada praticante sem esquecer da qualidade técnica. É importante destacar que essa maneira de ensinar não é convencional nas artes marciais que possuem gestos padronizados onde todos devem repetir seguindo o ritmo imposto pelo professor ou estudante mais experiente.

Nesse caminho, Araújo (2009) aponta para uma perspectiva de Aikido extremamente rica e profícua ao concluir seu ensaio teórico com a seguinte afirmação:

O estudo em questão foi fundamentado em duas teorias aparentemente distintas, para a maioria dos leitores, que não são praticantes de Aikido. No entanto, na exposição dos conceitos das duas áreas de conhecimento, percebe-se que são muito parecidas, pois tanto o Aikido, como a Psicomotricidade trabalham com o ideal de que, através da conscientização e reflexão dos seus próprios movimentos corporais, é possível trazer melhorias comportamentais, afetivas e, por consequência, psicológicas para qualquer indivíduo (ARAÚJO, 2009, p.15).

Ao entrar no *dojo* da Acan em janeiro de 2010 e sentir na pele essas aulas como estudante iniciante no Aikido, percebi que esse era o caminho que gostaria de trilhar, fortalecendo tanto o desejo de continuar treinando Aikido quanto permanecer atuando na área da Educação Física escolar tendo como base a fenomenologia de Merleau-Ponty e a consciência corporal.

Vale frisar que para Merleau-Ponty (1945/2006) o aprender a sentir é primordial, dado que aprender a ver as cores é aprender um certo estilo de visão, um novo uso do corpo próprio é enriquecer e reorganizar o esquema corporal. Assim, o Aikido é um caminho de reorganizar o esquema corporal, refinar os sentidos, um caminho de estudo da consciência corporal como venho seguindo as aulas de James Sensei. Desde 2010 que sou pupilo dele e treinando com os estudantes mais antigos (*senpai*) ainda vejo que suas aulas são como treinos exemplares sobre os processos de ampliar nossas percepções. Em 13 anos acompanhando suas aulas e seminários configuram apenas como um início no caminho do Aikido.

Outro detalhe importante para o Aikido natalense (ou aikido potiguar) foi o fato de James Sensei ter sido convidado para ministrar um seminário internacional em São Paulo, na primeira academia de Aikido do Brasil, como está registrado na imagem a seguir:



Imagem 14 – James Sensei conduzindo o ritual xintoísta de abertura do Seminário anual de Aikido na Academia Central de São Paulo, 24 setembro de 2022. Fonte: Louise Leiros Araújo.

A imagem supracitada é um texto que dificilmente as palavras vão conseguir traduzir a importância desse momento tanto para o Sensei James quanto para os seus pupilos que estavam ali. Foi um momento bellissimo pelo compromisso que James Sensei possui com o Aikido, por ter treinando com Reshin Kawai, o japonês responsável em trazer o Aikido para o Brasil na década de 1960, como exposto na primeira seção da tese.

Pessoalmente foi uma experiência incrível ver o “meu” Sensei ministrando aula para quase 100 pessoas, entre elas, alguns praticantes com 40 anos de treinos ou mais, outros iniciando, um grupo de praticantes da Argentina e Peru, de um modo geral, estavam olhando para ele e buscando entender sua movimentação técnica, as diagonais utilizadas, as formas de desequilibrar o outro, o tempo da respiração, os ajustes de pés e mãos relaxados em conjunto com a ação do centro de movimento.

As experiências da prática do Aikido em Santa Cruz/RN contribuiu enormemente para uma estruturação de aulas para adolescentes do Ensino Médio, ao experimentar

principalmente uma relação dialógica entre o Sensei e o estudantes desse projeto educacional, sem perder de vista a reverência, a etiqueta ao referenciar as sete virtudes. Outro ponto de destaque sobre essas aulas foram o uso de diferentes recursos didáticos para tratar da consciência corporal, da importância da respiração (*kokyu*), da conexão entre o pensamento-momento-corpo-mente-ki (*nen*), e da disciplina da liberdade ou a compreensão da livre necessidade de ser disciplinado e comparecer aos treinos (*shugyo*), como vimos na segunda e terceira seção dessa pesquisa.

Assim, ainda nessa seção apresento um relato de experiência com as lutas da escola no segundo ano do ensino fundamental e a criação de uma disciplina de Aikido para o Ensino Médio técnico integrado na Escola Agrícola de Jundiáí.

Experiências com as artes marciais e os jogos de luta na escola

A percepção me dá um “campo de presença” no sentido amplo, que se estende segundo duas dimensões: a dimensão aqui-ali e a dimensão passado-presente-futuro. A segunda permite compreender a primeira (MERLEAU-PONTY, 1945/2006, p.357).

Se estou em um campo de presença, seja na escola ou no *dojo* como espaços educacionais, é porque estou vivo percebendo-me na situação e movimentando-me nas dimensões aqui-ali e passado-presente-futuro para compreender-me como professor de Educação Física, praticante e instrutor iniciante de Aikido.

Adentrando na dimensão do passado, em fevereiro de 2014 tive a honra de ingressar no colégio intitulado Núcleo de Educação da Infância, após aprovação no processo seletivo para Professor substituto de Educação Física.

Essa experiência docente foi uma transformação em nossa trajetória acadêmica e profissional, uma vez que pude participar, aplicar e avaliar planejamentos pedagógicos inovadores sobre artes marciais e jogos de lutas na escola, além de outros conteúdos da Educação Física.

Nesse ano, a escola ofertava a Educação Infantil e turmas do 1º ao 3º do Ensino Fundamental. O envolvimento da equipe e a participação das crianças foi algo marcante: ver as crianças entrando na escola, de forma espontânea, alegre, com vontade de encontrar o Professor e os colegas de classe foi uma cena marcante.

Ainda em 2014, tive a oportunidade de experimentar *A espada do samurai* como tema de um planejamento trimestral das aulas de educação física para a turma do 2º ano matutino

do ensino fundamental do Núcleo de Educação Infantil, um Colégio de aplicação, localizado na Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), vinculado ao Centro de Educação e oferece desde Educação Infantil até o 5º ano do Ensino Fundamental.

A Educação Física, de acordo com a proposta pedagógica, é vista como parte integrante do processo de elaboração e reelaboração da cultura, como prática social e pedagógica e componente curricular, constituída por linguagens (CAPISTRANO; SILVA, 2012).

A partir dos critérios organizadores do processo de ensino e aprendizagem previstos na proposta, escolhemos para elaborar o planejamento sobre a Espada do *samurai* os seguintes objetivos: conhecer aspectos básicos sobre a filosofia do *samurai* (disciplina e concentração); conhecer a importância da espada na filosofia do *samurai*; experimentar movimentos como rolamentos, socos, chutes, defesa; confeccionar espadas com material alternativo (papel, cano, flutuantes); compreender a necessidade do oponente em lutas como luta de galo, luta com bola, mini-sumô, luta de pregadores, lutas de espada (espada de papel ou espada de cano e flutuantes); criar jogo de combate inspirado na espada do *samurai*.

O conteúdo lutas, desde que anunciado na década de 1990 por diferentes abordagens e pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997), têm proporcionado ao meio acadêmico uma reflexão crítica sobre a presença desse conteúdo nas aulas de educação física.

Essa temática das lutas é pouco estudada no campo acadêmico da educação física, como demonstrou Correia e Franchini (2010) ao fazer um levantamento da produção de conhecimento sobre as lutas em 11 periódicos nacionais da educação física de 1998 a 2008. Esses autores encontraram que apenas 2,93% dos trabalhos abordavam as lutas. Desse total de trabalho sobre as lutas, somente 10,7% relacionavam-se com questões pedagógicas.

Darido *et al* (2013) realizaram, entre 2008 e 2012, esse mesmo levantamento nos 11 periódicos analisados por Correia e Franchini (2010) e acrescentaram outros dois periódicos. No entanto, Darido *et al* (2013) analisaram de forma qualitativa e constataram ainda uma carência de publicações sobre as lutas na área da Educação Física, e, por isso, apresentaram possibilidades de sistematizações do conteúdo lutas na escola.

Nesse sentido, essa subseção da pesquisa apresenta um relato de experiência pedagógica com o conteúdo lutas em uma turma do 2º ano do ensino fundamental, refletindo sobre as possibilidades pedagógicas com as artes marciais e jogos de luta no ensino fundamental inspirados nos conceitos de corpo, cultura de movimento e o Aikido.

Nessa época, compreendia (e ainda compreendo) que a Educação Física como a componente curricular responsável em inserir o estudante na cultura de movimento, como

uma possibilidade de experiência do corpo, do outro e do mundo, pautado em um contexto bio-cultural no qual produzimos, transmitimos e transformamos tal cultura (MELO, 2006).

Nesse sentido, as artes marciais são possibilidades de experiências do corpo, do ser no mundo e diferentes culturas possuem suas formas de lutas. Por isso é possível afirmar que há uma cultura de movimento das artes marciais, ou seja, diversas maneiras de uso do corpo em situações competitivas, meditativas, entre outras. Com isso, dialogar e experimentar sobre práticas corporais inspiradas no *samurai* nas aulas de educação física é usufruir das possibilidades da cultura de movimento. A seguir, apresentaremos a descrição das aulas de artes marciais e jogos de lutas inspiradas nos conceitos de corpo e cultura de movimento.

A escolha do conteúdo ocorreu a partir de observações que realizei no momento do recreio e notava diversos estudantes em situações de imitar personagens de desenhos animados, envolvendo situações de lutas, de uma maneira parecida de quando eu realizava esses movimentos quando era criança. Logo, no início do segundo trimestre de 2014, propus aos estudantes tematizar as lutas nas aulas de educação física e eles aceitaram estudar as artes marciais e conhecer mais sobre os *samurais*.

Iniciamos dialogando com os estudantes sobre os princípios dos *samurais*, focando na concentração e disciplina. Em outro momento, iniciamos o estudo do rolamento, pois todo lutador deve saber cair para levantar-se rápido e voltar a luta. Realizamos diversas formas de rolamento nos tatames que a escola possuía e realizamos a luta de galo que consiste em tentar derrubar o oponente e colocar as costas no chão, como está descrito no texto imagético a seguir:



Imagem 15 – jogo de oposição briga de galo. Fonte: O autor.

Além desse jogo de combate, realizamos também a luta da bola que possui o mesmo objetivo, mas ao invés de tocarem as mãos, ambos os oponentes devem abraçar a bola e tentar desequilibrar o outro sem soltar da bola suíça. A bola torna o jogo de combate divertido, além de ser uma rica experiência para perceber a noção de centro de gravidade, um saber do corpo extremamente importante para as lutas.

Na aula seguinte, realizamos socos e chutes tentando manter balões de encher sem tocar no chão com esses movimentos de lutas. Depois, realizamos o jogo de retirar as fitas da cintura do oponente e o jogo de retirar pregadores fixos na camisa do oponente (CARTAXO, 2013).

Ambos os jogos iniciavam um contra o outro, posteriormente, experimentava todos contra todos. Nesse processo de estudo sobre as lutas e a espada do *samurai*, conhecemos o *Sensei J.* que é um exímio professor e praticante de *Iaido*, que também é uma arte marcial japonesa que utiliza a espada e o referido *Sensei* ficou honrado com o convite de realizar uma apresentação de *Iaido* para as crianças utilizando o *bokken* (espada de madeira) e a *katana* (espada tradicional), assim como, contar histórias de antigos *samurais*.



Imagem 16 – Apresentação de *Iaido* com o Sensei J. Fonte: O autor.

Reservei o auditório da escola, e, em aproximadamente uma hora, *Sensei J.* apresentou alguns *katas* com a *katana* (como vê-se na imagem acima) e o *bokken* e os estudantes ficaram

abasbacados como uma pessoa de 70 anos possuía tamanha sabedoria em manusear uma espada *samurai*. Em seguida, os estudantes realizaram diferentes perguntas ao *Sensei* que versavam sobre seu treinamento, onde aprendeu, se ele tinha ido ao Japão, entre outras perguntas concernentes ao tema.



Imagem 17 – Realizando movimentos básicos com a espada de papel. Fonte: O autor.

Apreciar essa apresentação de *Iaido* motivou muito a participação de todos na aula de confeccionar uma espada de papel, assim como, em uma “uma aula tradicional”, a saber: onde todos deveriam repetir os movimentos da espada imitando os movimentos do professor, da mesma forma que o *Sensei* J. treinava, como está na imagem 17. Pelo fato de praticar Aikido, conheço alguns movimentos de ataque e defesa com a espada e expliquei aos estudantes que a forma japonesa de aprender é pela imitação. Então, realizamos uma organização espacial alinhada e treinamos os movimentos básicos com a espada de papel. Ao final dessa aula, dialogamos sobre a importância da observação e do silêncio para poder perceber o movimento e refinar os sentidos.

Seguindo o planejamento, era o momento de confeccionar a espada feita com um cano fincado ao meio de um flutuante (“macarrão” de piscina). Após confeccionar essa outra espada, iniciamos um diálogo para organizar as regras do nosso jogo de luta de espada. Apesar da espada com esse material não causar danos, elencamos como regra não bater na

cabeça nem nas partes íntimas, mas poderia golpear os braços e as pernas. Cada parte tocada vale um ponto e vence quem fizer mais pontos em um determinado momento. Outra forma de jogar que foi combinado em conjunto com os estudantes tinha as seguintes regras: ao golpear a espada nos membros (braços ou perna), o lutador atingido não poderia mais utilizar esse membro, isto é, se fosse atingida uma perna deveria ficar sobre uma perna só; se fosse “cortadas as duas pernas” perderia a luta, da mesma forma com os braços. Essa segunda forma torna a luta mais rápida e a primeira forma dependerá do tempo que for determinado para a luta.



Imagem 18 – Evento Samurais Kids. Fonte: O autor.

Com isso, iniciamos a organização do evento onde eles escolheram desde o nome do evento, os participantes, as regras, o espaço e a premiação. O nome do evento foi I BATALHA DOS SAMURAI KIDS, onde convidamos outras turmas da escola para participar, sendo realizado na Academia Central de Aikido de Natal. O evento foi tão

contagante que os estagiários e as professoras também participaram, criando um clima agradável e motivante para a participação das crianças. O evento foi em formato de festival, onde todos participavam a mesma quantidade de vezes e, ao final, todos receberam medalha.



Imagem 19 – Encerramento do Evento Samurais Kids. Fonte: O autor.

A experiência desse planejamento inspirado no conceito de corpo e cultura de movimento proporcionou aos estudantes uma oportunidade de analisar a própria aprendizagem do movimento, assim como, notar as estratégias que os diferentes colegas utilizavam.

Essa forma de evento não causou segregação, uma vez que não tinha ganhador ou perdedor, mas o objetivo era participar e experimentar a luta. Foi extremamente gratificante, ao término do evento, ver a expressão de felicidade pelos estudantes por terem experimentado tal oportunidade. Durante esse processo pedagógico não houve separação de meninos e meninas, nem rivalidade entre as turmas. O que permaneceu nas aulas foi o clima de estudo

do movimento, desde suas questões conceituais sobre o significado do termo *samurai* e da espada para esse guerreiro, as questões procedimentais de experiência dos movimentos das lutas (rolamentos, socos, chutes, esquivas e golpes com espada), assim como, houve uma valorização de outra forma de movimento e respeito ao movimento de si mesmo e do outro.

Essa experiência pedagógica exemplifica uma educação ancorada na perspectiva freiriana da educação como prática de liberdade, uma vez que surge dos diálogos com os estudantes e com as professoras responsáveis pela turma. A própria escolha do conteúdo programático partiu da observação do interesse das crianças e do diálogo com elas, em um planejamento onde educandos e educadores formulam em parceria a organização das aulas, caminhando na abordagem de Freire com a teoria da ação dialógica onde a colaboração, a união, a organização e a síntese cultural são traços marcantes desse processo pedagógico (FREIRE, 2017).

Aikido na Escola Agrícola de Jundiaí/UFRN

Seria bom que certos educadores não amassem a pedagogia com a paixão sofredora que às vezes encontramos. O educador deveria sê-lo por amor à vida, e não por ressentimento contra ela
(MERLEAU-PONTY, 2006b, p.465).

Ao percorrer as leituras sobre o Aikido, treinar essa arte, participar do projeto de Aikido no município de Santa Cruz/RN com o Sensei James; elaborar, aplicar e avaliar experiências pedagógicas com conteúdos lutas na educação básica, ter criado o plano de ensino e atuado também como professor da componente curricular Metodologia das Lutas no curso superior de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Facex – UNIFACEX, e, em 2019, ingressei como professor efetivo da Escola Agrícola de Jundiaí (EAJ), um campus avançado em ciências agrárias da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, situado em Macaíba/RN.

Com o término do período de isolamento social da UFRN e o retorno às aulas presenciais, a coordenação do curso técnico e integrado de informática estava organizando uma alteração na proposta pedagógica e ofertando disciplinas eletivas que propiciassem para os estudantes temáticas diferentes e inovadoras. Assim, foram criadas as disciplinas de Equoterapia, Aikido e Provocações cinematográficas.

A primeira oferta da disciplina de Aikido na EAJ ocorreu no primeiro semestre de 2022. Tal experiência ocorreu de março a julho do ano de 2022, contando com 2 encontros semanais, sendo uma aula com duração de 1h30min e outra aula de 45min, dado que essa componente curricular possui 45h distribuídas no semestre.

Frente à esse possibilidade, elaborei o plano de ensino (ver apêndice B) o qual foi planejado com o auxílio do Sensei James, dado sua experiência de quase uma década ministrando aulas de Aikido no Ensino Médio na escola estadual de Santa Cruz. Além disso, redigi um pequeno texto para ser uma introdução escrita sobre essa arte marcial para os estudantes, em um modelo de apostila.

Buscando manter o vínculo com Sensei James e a ACAN, convidei-o para aula inaugural da disciplina eletiva de Aikido na EAJ, assim como, a Sensei Cristina Cuono (4º Dan) e o *senpai* Ramon (1º Dan). Nosso objetivo foi trazer para os estudantes uma experiência mais próxima possível de como ocorre uma aula de Aikido na ACAN, para os estudantes irem compreendendo as condutas de etiqueta dentro do tatame, os termos japoneses que são utilizados, os gestos, de um modo geral, todos os rituais de uma aula.

Esse objetivo relatado no parágrafo anterior retoma a noção de Aikido como incorporação das virtudes e a imitação é fundamental para essa experiência formativa. Conforme Merleau-Ponty (2006b), os alunos aprendem imitando as maneiras de falar e pensar do professor, logo não ingressam na herança cultural apenas por meio da inteligência, mas pelos meios dramáticos de imitar o adulto, imitar os mais experientes.

Esse processo de imitação está ancorado na teia das relações vivas, das trocas perceptivas, onde a percepção “é um momento da dialética viva de um sujeito concreto, participa de sua estrutura total e, correlativamente, tem como objeto primitivo não o sólido não organizado mas as ações de outros sujeitos humanos” (MERLEAU-PONTY, 1942/2006, p.258).

Ao refletir sobre os rituais e a educação no Aikido para jovens, Lance (2004) defende que o cerimonial vivenciado no Aikido como o ritual de saudação que inicia a prática, por exemplo, coloca o outro no centro dos gestos desta arte marcial, a saudação ganha significado. O Aikido reintroduz o ritual: é iniciação pela vivência do corpo, permite a reintrodução da relação mestre-discípulo e submissão as regras do *dojo*. Mas é interessante notar como esse rito se encaixa em uma perspectiva não-violenta e não-sacrificial (LANCE, 2004).

A imagem a seguir revela essa textualidade da percepção do outro, do ritual, da saudação, celebrando uma o Aikido como incorporação das virtudes, nesse caso, a virtude da reverência.



Imagem 20 – Reverência inicial da aula inaugural de Aikido na EAJ/UFRN. Fonte: O autor.

A primeira aula foi ministrada pelo Sensei James e ele explicou que o ritual faz parte do processo formativo do Aikido e que seria interessante se os estudantes levassem essa etiqueta aprendida e vivida no tatame para outros espaços da escola. Além disso, foi explicado aos estudantes que a realização dos gestos, tais como ficar em *seiza* e efetuar o *zareai*, não era obrigatória e, se estivessem dispostos a vivenciarem esses gestos, buscassem perceber cada detalhe do movimento: a postura, a respiração, o formato das mãos ao tocar o chão, o relaxamento do quadril, pernas e pés.

Com esse primeiro momento criou-se uma atmosfera propícia ao silêncio, ao estudo do movimento, da respiração e o mais interessante eram as brincadeiras que Sensei James realizava, seja ao utilizar e reforçar o nosso sotaque nordestino ou ao demonstrar seus gestos refinados e os alunos também entraram no clima e também começaram a relaxarem mais, equilibrando entre uma aula formal e informal, isso porque se o professor for demasiado formal, algo que é bem característico no Aikido, pode afastar aos estudantes, porém, o ambiente transformou-se em um espaço de convivência, de consciência corporal, com uma participação excelente.

Essa maneira de dialogar com os estudantes advém de uma perspectiva dialógica (FREIRE, 2017), assim como, demonstra a tensão entre a liberdade e a disciplina, dado que para experimentar o corpo como obra de arte é preciso dedicação, atenção, isto é, atitudes

perceptivas que significam um envolvimento com a aula, compreendida como situação de encontro, de diálogo.

O encontro em uma perspectiva dialógica pode ter ocorrido porque a turma era pequena, com apenas 15 estudantes. Isso favorece relacionamento dos estudantes entre eles e com o professor. Durante o semestre, pouquíssimos estudantes não participavam das práticas, mas ficavam na sala assistindo ao treino.

Esse grupo pequeno favoreceu aos processos dialógicos e uma educação pautada na liberdade. Segundo Freire (2017), a educação como prática de liberdade enfatiza a autonomia e o ser mais em processos colaborativos, organizacionais, ao contrário daquela que é prática da dominação, implica a negação do homem abstrato, isolado, solto, desligado do mundo, assim como também do mundo como uma realidade ausente dos homens.

Com isso, o foco dessa disciplina é ofertar aos estudantes uma possibilidade de estudo da percepção de si, do outro e do mundo pela filosofia do Aikido, focando na autonomia, liberdade, saúde e qualidade de vida. Nesse caminho, o plano de ensino dessa disciplina possui como objetivos a) Conhecer os significados dos *kanjis* que formam o termo Aikido e seus aspectos históricos; b) Vivenciar as condutas de etiqueta e cortesia ao estilo japonês no tatame; c) Experimentar exercícios de respiração, aquecimento e alongamento, assim como, movimentos básicos de deslocamento, rolamentos e técnicas de imobilização e projeção do Aikido; d) Identificar no Aikido um caminho para um estilo de vida ativo e fundamental para a saúde e qualidade de vida; e) Refletir sobre o Aikido como exercício espiritual.

Nesse caminho, vejo-me também como um aprendiz na arte marcial do Aikido, dado que compreendo a aula como um momento de crescimento técnico tanto para estudantes quanto para mim, na condição de instrutor de Aikido. Sobre essa relação entre professor e estudante, Freire (2017) comenta que essa postura caracteriza uma mudança de paradigma: não mais educador do educando, mas educador-educando com educando-educador: *estar sendo com as liberdades*.

As aulas de Aikido também contemplam um breve histórico do Aikido no Japão e no Brasil; abrange também uma reflexão sobre etiqueta nas relações interpessoal e intrapessoal. O principal dessa disciplina é o foco no treino das técnicas corporais do Aikido, tais como: exercícios de respiração (*kokyu*), exercícios de aquecimento e alongamento, exercícios de movimentação do corpo e dos pés (*tai sabaki* e *ashi sabaki*), estudo dos rolamentos (*ukemis*) e estudo das técnicas de imobilização (*katame waza*) e projeção (*nage waza*), focando também nos conceitos como *nen* e *shugyo*, apresentados anteriormente na tese.



Imagem 21 – Leitura corporal e exercícios respiratórios na aula de Aikido na EAJ/UFRN.
Fonte: O autor.

A imagem 21 demonstra que essa perspectiva de ensino do Aikido está alinhada com visão de corpo como obra de arte em Merleau-Ponty (1945/2006), assim, os estudantes são instigados a refletirem e experimentarem o momento-pensamento, a perceberem os músculos da respiração, sentirem a própria presença, o toque do corpo com o tatame, focando no *nen*, uma concentração plena.

Além disso, instigo aos estudantes a refletirem e experimentarem sobre as potencialidades e os limites do corpo, a perceberem a intensidade do toque no outro e como são tocados durante as técnicas e reforço o pedido de cuidado para não machucarem um ao outro, porque o foco no Aikido é assumir um estilo de vida ativo e os componentes do movimento relacionados à manutenção da saúde e da qualidade de vida.

Frente a essa experiência formativa do Aikido em minha vida como praticante e instrutor iniciante, traço como horizonte epistemológico afirmar que a consciência corporal não está submissa à ginástica de conscientização corporal, conforme está presente na Base Nacional Curricular Comum (BRASIL, 2018). Pelo contrário, penso que a consciência corporal e a perspectiva do corpo como obra de arte em Merleau-Ponty possui uma potência de inspirar projetos educativos em diversas práticas corporais para além da ginástica.

Tal argumento também é visto no trabalho de doutoramento de Silva (2014), ao apontar caminhos sobre o esporte centrada no corpo, cujo debate teórico pode superar uma concepção determinista, ao assumir por uma educação sensível e inscrita no corpo em movimento. Outro estudo relevante sobre corpo na perspectiva fenomenológica e sua relação com as práticas corporais é a pesquisa de Silva e Nóbrega (2021), demonstrando a autoconfrontação dispositivo para perceber a experiência vivida, no corpo, como educação sensível que transita entre mestre e discípulo no *Tae Kwon Do* por meio do gesto, da técnica e da relação do corpo com o outro, com o mundo e com o próprio ser.

Com isso, tem-se que a sistematização da Educação Física na Educação Básica e as políticas curriculares ainda precisam avançar para compreender que a consciência corporal não é uma modalidade ou subtópico da ginástica, mas uma compreensão filosófica do/no/a partir/ sobre¹³ o corpo em movimento no mundo e sua capacidade de criar horizontes epistemológicos, ontológicos e pedagógicos.

Vale destacar que desde o processo redemocratização do país tivemos dois documentos que compõem a orientação curricular: os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) e a Base Nacional Curricular Comum (BNCC). No primeiro documento, os conteúdos da Educação Física estavam organizados em três blocos, apresentados da seguinte maneira imagética:

Esportes, jogos, lutas e ginásticas	Atividades rítmicas e expressivas
Conhecimentos sobre o corpo	

(BRASIL, 1997)

Tal documento previa que os três blocos articulavam-se entre si, com vários conteúdos em comum, mas que guardavam especificidades. Segundo Brasil (1997), o bloco “Conhecimentos sobre o corpo” tem conteúdos que estão incluídos nos demais, mas que também podem ser abordados e tratados em separado. Já os outros dois guardam características próprias e mais específicas, mas também têm interseções e fazem articulações entre si.

Aqui, é nítida uma tentativa de diálogo entre os conteúdos da Educação Física, mas permanecendo uma valorização das ciências naturais em detrimento das ciências humanas nesse bloco do “Conhecimento sobre o corpo”:

¹³ Essa junção “do/no/a partir/ sobre o corpo” é uma estratégia linguística para tentar demonstrar que o corpo pode ser visto de diferentes perspectivas tanto sobre ele quanto das que emergem dele.

Este bloco diz respeito aos conhecimentos e conquistas individuais que subsidiam as práticas corporais expressas nos outros dois blocos e dão recursos para o indivíduo gerenciar sua atividade corporal de forma autônoma. O corpo é compreendido como um organismo integrado e não como um amontoado de “partes” e “aparelhos”, como um corpo vivo, que interage com o meio físico e cultural, que sente dor, prazer, alegria, medo, etc. Para se conhecer o corpo abordam-se os conhecimentos anatômicos, fisiológicos, biomecânicos e bioquímicos que capacitam a análise crítica dos programas de atividade física e o estabelecimento de critérios para julgamento, escolha e realização que regulem as próprias atividades corporais saudáveis, seja no trabalho ou no lazer. São tratados de maneira simplificada, abordando-se apenas os conhecimentos básicos. No ciclo final da escolaridade obrigatória, podem ser ampliados e aprofundados. É importante ressaltar que os conteúdos deste bloco estão contextualizados nas atividades corporais desenvolvidas (BRASIL, 1997, p.36).

É possível notar um esforço de apresentar uma concepção fenomenológica do corpo, já defendida na época por autores como Moreira (1992), Santin (2003), Kunz (1994), Gonçalves (2012) e Nóbrega (2005). Na citação supracitada tal esforço é visto ao afirmar sobre o corpo vivo e sua relação com o meio físico e cultural. Outro ponto de destaque desse documento é a valorização da percepção para o aprendizado dos saberes advindos da anatomia, da fisiologia, da biomecânica e da bioquímica:

Estes conteúdos são abordados principalmente a partir da **percepção** do próprio corpo, isto é, o aluno deverá, por meio de suas sensações, analisar e compreender as alterações que ocorrem em seu corpo durante e depois de fazer atividades. Poderão ser feitas análises sobre alterações a curto, médio ou longo prazos (BRASIL, 1997, p.36, grifo nosso).

Sobre a negligência do sentir na educação, Gonçalves (2012) já alertava no início da década de 1990 que a educação e suas práticas escolares tendem a perpetuar a forma de internalização das relações do homem com o mundo, que consiste na supervalorização das operações cognitivas e no progressivo distanciamento da experiência sensorial direta. Conforme Gonçalves (2012, p.33-34):

Na obra *O omitido mundo das sensações*, Rumpf analisa as formas atuais de controle do corpo: nos regulamentos da escola, no conteúdo das disciplinas, nos livros didáticos e nos discursos e hábitos metodológicos do professor. Ele mostra como os regulamentos, na escola, têm como objetivo eliminar do corpo movimentos involuntários e participação espontânea, permitindo somente a realização de ações voluntárias, com objetivos racionais definidos, regidas pelas normas sociais. Observa-se, também, na postura corporal de alunos e professores, cujos movimentos refletem a repressão dos sentimentos momentâneos e procuram não revelar nada de pessoal e subjetivo

(GONÇALVES, 2012, p.33-34).

Debruçar-se sobre ao *sentir mesmo* para pensar o Aikido como educação do corpo é compreender que o ser humano é corpo, um ser capaz de sensações que são constituintes de nós mesmos nos atos de introjeções e projeções, em nossa passividade e atividade, moldando nosso esquema corporal:

Antes de experimentar, observe-se que o corpo, como esquema corporal, o corpo estesiológico, a carne, já nos deram a *Einfuhlung* do corpo com o ser percebido e com os outros corpos. Quer dizer que o corpo como poder de *Einfuhlung* já é desejo, libido, projeção – introjeção, identificação – a estrutura estesiológica do corpo humano é, portanto, uma estrutura libidinal, a percepção um modo de desejo, uma relação de ser e não de conhecimento (MERLEAU-PONTY, 2000, p.339).

A revolução copernicana do sentir em Merleau-Ponty não abarca apenas uma dimensão epistemológica. Ela é mais profunda. Como um rio que desagua no mar, a reflexão do filósofo mergulha no âmago do ser, como em uma paisagem oceânica, e ao emergir desse mundo líquido, carrega consigo toda salinidade marítima e, ao mesmo tempo que conhece o mar, conhece a si mesmo, sente-se pertencente ao mundo, visualizando as conexões epistemológicas e ontológicas desse mergulho, contemplando a percepção como um ato de desejo, firmando um posicionamento ético consigo mesmo, com o outro e com o mundo.

Para Merleau-Ponty (2000), há uma negatividade, um interior do organismo, e isso não significa que a vida seja uma potência de ser um espírito. Tal compreensão implica que nos instalamos no ser percebido, no ser bruto, no sensível, na carne onde não há mais alternativa em si-para si, isto é, não há mais alternativa entre sujeito puro e de um objeto claramente percebido por esse sujeito, onde o ser percebido está eminentemente no ser.

Viver o Aikido como educação inspirado na filosofia de Merleau-Ponty é investir no *sentir mesmo* sem separá-lo do movimentar, dado que estão conectados na experiência humana. O movimentar é fundamental no Aikido, pois oferece não apenas o deslocamento do corpo, mas configurações únicas e singulares de dispor o corpo no mundo, como para o filósofo Heráclito: nenhum homem pode banhar-se duas vezes no mesmo rio.

O movimentar é igualmente tão profundo quanto o sentir. Apenas percebemos que somos seres capazes de movimento muito tempo depois de nascermos, isto é, nos movemos repentina vezes antes de instalar-nos em um eu nesse movimento. Em outras palavras, não há uma consciência que desce no corpo para controlá-lo, antes disso, é o próprio corpo que

percebe a si mesmo, fruto de seus movimentos no mundo, propiciando um lento processo de individuação.

Diante dessa explanação, vê-se que o PCN de educação física ainda permanece com uma visão fragmentada do corpo e distante do olhar fenomenológico. Além disso, ainda nesse documento, há uma referência sobre as habilidades motoras e as questões da relação entre as possibilidades e as necessidades biomecânicas e a construção sociocultural da atitude corporal, dos gestos, da postura (BRASIL, 1997).

Atualmente, a BNCC (BRASIL, 2018) apresenta outra organização dos conteúdos desenvolvidas em seis unidades temáticas, a saber: brincadeiras e jogos; esportes; ginásticas (ginástica geral, ginástica de condicionamento físico e ginástica de conscientização corporal); danças; lutas e práticas corporais de aventura.

Sobre a ginástica de conscientização corporal, o documento compreende-a da seguinte maneira:

As ginásticas de conscientização corporal reúnem práticas que empregam movimentos suaves e lentos, tal como a recorrência a posturas ou à conscientização de exercícios respiratórios, voltados para a obtenção de uma melhor percepção sobre o próprio corpo. Algumas dessas práticas que constituem esse grupo têm origem em práticas corporais milenares da cultura oriental (BRASIL, 2018, p.218).

Vimos que essas situações compreendidas dentro da ginástica de conscientização corporal foram experimentadas durante o processo das aulas de Aikido, seja em minha formação como praticante seja em minha atuação como instrutor iniciante. Dessa maneira, o Aikido configura-se tanto na unidade temática das lutas quanto na unidade da ginástica da conscientização corporal.

Na BNCC, a unidade temática Lutas:

focaliza as disputas corporais, nas quais os participantes empregam técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar, desequilibrar, atingir ou excluir o oponente de um determinado espaço, combinando ações de ataque e defesa dirigidas ao corpo do adversário. Dessa forma, além das lutas presentes no contexto comunitário e regional, podem ser tratadas lutas brasileiras (capoeira, huka-huka, luta marajoara etc.), bem como lutas de diversos países do mundo (judô, aikido, jiu-jítsu, muay thai, boxe, chinês boxing, esgrima, kendo etc.) (BRASIL, 2018, p.218).

Em nosso estudo, o Aikido não é visto apenas como uma luta de curta distância que envolve técnicas de imobilização e projeção, tampouco como ginástica de conscientização

corporal, mas é uma filosofia de vida, uma maneira de compreender a existência, um processo educativo englobando uma atitude compreensiva frente a si, ao outro e ao mundo, um processo de incorporação de virtudes, de experimentar a tensão entre a disciplina e a liberdade ao aprender técnicas corporais, permitindo forjar o corpo como obra de arte, abrindo horizontes epistemológicos, ontológicos e pedagógicos.

Esta tese possui como base ontológica uma visão do ser humano como corpo no mundo, logo, a educação possui uma tarefa dupla: não apenas ofertar o conhecimento acumulado e produzido pela humanidade, mas sensibilizar o estudante para vislumbrar a relação primordial entre o corpo, o outro e a carne do mundo, isto é, a história, a cultura, os diferentes significados que configuram o movimento humano. Viver o seu devir.

Sobre a relação entre o corpo e a carne da história, Merleau-Ponty nos faz refletir que:

Não há uma análise que seja a derradeira porque há uma carne da história que, tanto nela como em nosso corpo, contém tudo, engloba tudo – tanto a infraestrutura quanto a ideia que fazemos dela, e sobretudo as perpétuas trocas entre uma e outra, nas quais o peso das coisas torna-se signo também, os pensamentos forças, o balanço acontecimento (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p.20).

Nesse trecho do prefácio de *Signos*¹⁴, Merleau-Ponty (1960/1991) está fazendo, ao mesmo tempo, um balanço sobre os acontecimentos políticos na França e no mundo da Guerra Fria, enquanto apresenta esboços do quiasma entre o visível e o invisível em sua filosofia da carne, sua concepção de filosofia da carne, onde nos diz que:

A filosofia que desvela esse quiasma do visível e do invisível é justamente o contrário de um exame superficial. Mergulha no sensível, no tempo, na história, na direção de suas articulações, não as supera por forças exclusivamente suas, supera-as apenas no sentido delas. Foi lembrada recentemente a frase de Montaigne “todo movimento nos descobre”, inferindo-se com razão que o homem só é em movimento. Assim também o mundo não se mantém, o Ser não se mantém senão em movimento, somente assim é que todas as coisas podem ser juntas. A filosofia é a rememoração deste ser, com o qual a ciência não se ocupa, porque esta concebe as relações entre o ser e o conhecimento como as relações entre o geometral e suas projeções, e esquece o ser de envolvimento, esse a que se poderia chamar a topologia do ser. [...] A filosofia não os compreende melhor do que eles se compreenderam, é na experiência deles que ela conhece o ser. [...] a

¹⁴ Conforme o próprio filósofo, esse livro foi organizado por ele e aglutina ensaios filosóficos e as análises políticas de seu tempo, tendo o prefácio como um balanço profundo sobre a Guerra Fria, o capitalismo, o comunismo, o caso Dreyfus, uma reflexão sobre Marx como um clássico, a relação entre filosofia e política, o diálogo entre história e filosofia. Assim como, ele reflete sobre sua própria concepção de filosofia, e termina com uma mensagem à Sartre.

filosofia, que pinta sem cores, em preto e branco, como os talhos-deces, não nos deixa ignorar a estranheza do mundo, que os homens afrontam tão bem e melhor do que ela, mas como que num meio-silêncio (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p.22-23).

É preciso se deixar levar por essas belas palavras sobre a filosofia, permitir-se envolver-se com a história da educação, da educação física e do Aikido, mergulhando no sensível, no tempo, na história. Ainda sobre esse trecho, vemos Merleau-Ponty abrindo seu campo perceptivo e experimentando a sabedoria de Montaigne ao pontuar que o humano só é movimento, reafirmando uma ontologia do movimento, do corpo. Ao ler Montaigne, Merleau-Ponty (1960/1991) encontra também um elogio ao movimento, a dúvida como ação e a vida ao destacar que: “Reencontrar o natural, a ingenuidade, a ignorância, é então reencontrar a graça das primeiras certezas, na dúvida que as cerca e as torna visíveis” (p.231). É no movimento de estarmos vivos que somos seres com potência de movimento: “estamos vivos, é aqui que temos nossas tarefas, e elas são as mesmas enquanto nos restar alento” (p.234).

Diante dessa ontologia do movimento, é que podemos afirmar que só respiro, relaxo, alongo-me, jogo, danço, luto, experimento o Aikido, porque sou corpo em movimento. Logo, o aikido como educação abre-se primeiramente para o corpo, nos atos de sentir, de movimentar, sem separar-se de sua respiração, postura e expressividade.

Assim, tendo corpo em movimento aberto às experiências estesiológicas, aquelas que iniciam pela sensação de presença e abrem-se para outros tempos e espaços.

Nessa perspectiva fenomenológica da educação, Santos (2016) apresenta argumentos que colaboram com a reflexão sobre a ontologia do sentir, do movimento e sua relação com a educação ao ampliar o significado da atuação do professor de educação física. Segundo Santos (2016), o professor de educação física deve envolver a escola e o aluno em uma forma diferente de ensinar o Movimento Humano, pois assim ele poderá conscientizar seus alunos da importância de conhecer o ser humano em sua totalidade. Santos (2016) também enfatiza que aprender sobre seu próprio corpo significa, olhando na perspectiva dos estudantes, conhecer, usufruir, ultrapassar limites e estabelecer outras possibilidades para o movimento humano. Assim, os estudantes poderão apreciar e realizar movimentos, além de perceberem os diferentes significados que os movimentos podem expressar, evitando uma padronização dos gestos.

Um dos pioneiros da presença na fenomenologia na Educação Física, Santin (2003) nos ensina que o humano se realiza como unidade de ser corpóreo movido pela

intencionalidade, constrói-se ao expressar-se na história e na linguagem e se expressa ao construir-se no trabalho e na intersubjetividade. Em oposição a uma visão que vê o homem como dualidade corpo-e-alma, Santin (2003) reforça que é a partir deste dado fundamental da corporeidade construída na história e na expressividade do ser que Santin (2003) postula a necessidade de uma reflexão filosófica de questionamentos sobre a presença e o lugar da Educação Física na escola, no contexto cultural e na política, do corpo humano e seus movimentos expressivos.

A fenomenologia de Merleau-Ponty também inspirou uma reflexão elaborada por Machado (2010), apresentando um envolvimento fecundo entre Merleau-Ponty e a educação. Para Machado (2010): pensar em sintonia com Merleau-Ponty é pensar além e aquém das teorias – especialmente as chamadas teorias do “desenvolvimento humano”. Nesse caminho, Machado (2010) retoma o lema da filosofia fenomenológica, “de volta às coisas mesmas”, e nos aponta um caminho de acesso à vida do estudante, seus tempos e espaços, suas formas expressivas, bem como nos propõe um convite à reflexão adulta sobre toda essa experiência.

Com Machado (2010), podemos dizer que o papel de um professor inspirado no pensar merleau-pontiano é enraizar-se na vida cotidiana e na nossa capacidade de observar, descrever, interpretar e compreender as relações do aluno consigo mesmo, com o outro e com mundo.

Caminhando nessas veredas da relação entre a filosofia de Merleau-Ponty e o Aikido como educação do corpo, apresentando alguns apontamentos epistemológicos, ontológicos e pedagógicos, adentramos adiante no sonhar, imbricado pelo sentir e movimentar.

Uma educação sensível não precisa escolher um excesso de realidade ou de imaginação e atos oníricos, mas é o movimento entre essas dimensões da percepção que nos permite a leveza de olhar para a existência e retomar a liberdade do ato educativo com responsabilidade e com criatividade, despertando nos alunos sua capacidade criativa, onírica e sensitiva, uma experiência que oscile entre o corpo atual e o corpo virtual, entre o local e o universal, entre o real e o imaginário.

Sobre o pensar e a percepção de si, Merleau-Ponty (1960/1991), ainda no prefácio de *Signos*, nos ensina que:

Se penso, não é porque salto para fora do tempo num mundo inteligível, nem porque recrio toda vez a significação a partir do nada; é porque a flecha do tempo arrasta tudo consigo, faz com que os meus pensamentos sucessivos sejam, num sentido secundário, simultâneos, ou pelo menos que invadam legitimamente um ao outro. Funciono assim por construção. Estou instalado sobre uma pirâmide de tempo que foi eu. Tomo distância, invento-me, mas

não sem meu equipamento temporal, como me movo no mundo, mas não sem a massa desconhecida de meu corpo. O tempo é esse “corpo de espírito” de que falava Valéry. Tempo e pensamento estão emaranhados um no outro. A noite do pensamento é habitada por um clarão do Ser (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p.14).

Viver esse movimento estesiológico é reconhecer que a nossa própria capacidade de alterar nossa realidade natural ocorreu mais ou menos dessa maneira. Conforme Ribeiro (2019), ao experimentar esse exercício da imaginação, nos aponta que uma especulação racional sobre os sonhos de nossos ancestrais precisa pressupor uma boa dose de continuidade entre o pensamento deles e o nosso. Afinal, o *Homo sapiens* é anatomicamente o mesmo há pelo menos 315 mil anos. Além disso, há indícios de sobreposição cultural com as principais subespécies humanas com as quais se hibridizou geneticamente, *Homo neanderthalensis* na Europa e na Ásia ocidental, e *Homo sapiens denisova* na Sibéria. Portanto, assinala Ribeiro (2019), nossos antepassados hominídeos mais remotos, assim como nós, sonhavam quando dormiam.

A estesiologia como ciência dos sentidos nos ensina que precisamos refinar nossos sentidos cinestésicos e sinestésicos, assim como, nossa capacidade de conhecer as modificações do nosso corpo e das nossas ideias sobre o próprio corpo e o mundo.

Ao apresentar a criação da disciplina de Antropologia Social no College de France, como um voto a favor de Claude Lévi-Strauss, Merleau-Ponty ampliar o nosso olhar para a relação humana com a natureza e corrobora sobre a relevância do simbólico e do sonho para nossa própria invenção:

A relação dessa humanidade complexa com a natureza e a vida não é nem simples nem nítida: a psicologia animal e a etnologia descobrem na animalidade, não por certo a origem da humanidade, mas esboços, prefigurações parciais, e como caricaturas antecipadas. O homem e a sociedade não estão exatamente fora da natureza e do biológico: antes distinguem-se deles ao reunir os “lances” da natureza ao colocar todos eles em risco conjuntamente. Essa subversão significa ganhos imensos, possibilidades inteiramente novas, como aliás perdas que é preciso saber avaliar, riscos que começamos a constatar. A troca, a função simbólica perdem sua rigidez, mas também sua beleza hierática; a mitologia e o ritual são substituídos pela razão e pelo método, mas também por um uso inteiramente profano da vida, acompanhado aliás por pequenos mitos compensatórios sem profundidade. É levando tudo isso em conta que a antropologia social encaminha-se para um balanço do espírito humano e para uma visão daquilo que ele é e pode ser... (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p.135).

O Aikido como educação vibra com a existência expressiva do aparelho corporal, essa

massa opaca que carrega uma invisibilidade, não como espírito ou alma que assentaria no corpo, mas o invisível como avesso do visível, como aquilo que podemos ser em nossos projetos, assim como, toda idealidade que forma nosso inconsciente. Somos abertos pelos nossos poros, a todo tempo estamos nas relações de troca com o entorno, com nosso passado arcaico e com nosso passado das experiências vividas, mas com os possíveis projetos individuais e coletivos que participamos e/ou iremos participar.

Fomentar uma educação aberta ao sonhar é favorecer a formação de uma subjetividade encarnada, algo já defendido por Gonçalves:

Para a educação física, é importante essa visão do homem como uma subjetividade encarnada, e também a compreensão de que as ações motoras têm um sentido subjetivo enraizado na história individual de cada um, ao mesmo tempo que possui um sentido intersubjetivo, que se configurou ao longo do processo histórico-social. Assim, o professor de educação física, ao orientar as ações motoras dos alunos, deverá levá-los a vivenciar autênticas experiências corporais, em que o aluno forme seus próprios significados de movimento, quer dizer, que ele envolva seus movimentos com sua subjetividade, que eles tornem seus e brotem de sua interioridade (GONÇALVES, 2012, p.77).

Para Gonçalves (2012, p.78):

A subjetividade humana é capaz de criar para si muitos mundos, conforme as perspectivas segundo as quais atua na realidade. Esses mundos possíveis se definem e se estruturam a partir do mundo real, que o solo onde se apoiam as nossas experiências. Assim, em todas as nossas experiências individuais estão presentes hábitos, costumes, ideias, formas de sentir, crenças e valores de uma sociedade, em uma determinada época, que, em cada caso concreto e particular, são vivenciados e expressos de forma singular, mas revelam este solo comum: o estofado do real com que são tecidos os nossos mundos.

Merleau-Ponty (1961/2004, p.17), em sua estesiologia, nos mostra que “o mundo é feito do estofado mesmo do corpo”, ambos existem do modo carnal, desse envolvimento entre o visível e o invisível. Ao refletir sobre a pintura e a capacidade do pintor de olhar o mundo ver e de transformar sua visão em pintura, Merleau-Ponty (1961/2004) nos ensina que:

Toda a questão é compreender que nossos olhos já são muito mais que receptores para as luzes, as cores e as linhas: computadores do mundo que têm o dom do visível. Claro que esse dom se conquista pelo exercício, e não é em alguns meses, não é tampouco na solidão que um pintor entra em posse de sua visão. A questão não é essa: precoce ou tardia, espontânea ou formada no museu, sua visão em todo caso só aprende vendo, só aprende por si mesma (MERLEAU-PONTY, 1961/2004, p.19).

Essa passagem supracitada constitui uma grande lição para uma educação sensível e nos faz lembrar fortemente os ensinamentos do Aikido onde devemos repetir os movimentos com o máximo de precisão conforme os passos do Sensei, buscando equilibrar a individualidade do movimento em adaptar-se ao seu estilo de ser corpo e ao passo a passo demonstrado pela técnica do Sensei. Assim, o Aikido como educação do corpo privilegia a técnica compreendendo que “toda técnica é técnica do corpo. Ela figura e amplifica a estrutura metafísica de nossa carne” (MERLEAU-PONTY, 1961/2004, p.22).

Há um envolvimento do corpo em espelhar-se em outros corpos, numa reflexividade do sensível, um processo estritamente inconsciente que temos como tarefa educativa elucidar quais espelhos estão formando o corpo dos estudantes, que está animando o corpo:

O fantasma do espelho puxa para fora minha carne, e ao mesmo tempo todo o invisível de meu corpo pode investir os outros corpos que vejo. Doravante meu corpo pode comportar segmentos tomados do corpo dos outros assim como minha substância passa para eles, o homem é espelho para o homem. Quanto ao espelho, ele é o instrumento de uma universal magia que transforma as coisas em espetáculos, os espetáculos em coisas, eu em outrem e outrem em mim (MERLEAU-PONTY, 1961/2004, p.23).

Frente ao exposto sobre as lembranças de treinar aikido com os estudantes de uma escola estadual na cidade de Santa Cruz/RN, de ofertar para estudantes dos anos iniciais do ensino fundamental artes marciais e jogos de lutas e de narrar aulas como um professor iniciante de aikido na Escola Agrícola de Jundiaí, posso afirmar que o Aikido transforma o corpo, nossa maneira de ver o mundo, de ver o outro, compondo traços fundamentais de uma educação sensível e horizontes ontológicos, epistemológicos e pedagógicos.



Imagem 22 – Um café alinhado ao kamiza. Fonte: O autor.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Inspirar e expirar... respirar profundamente e buscar sair de si e voltar para si mesmo foi para encontrar uma possível essência do Aikido ao investigá-lo pela atitude fenomenológica de Merleau-Ponty, essência que foi experimentada e apresentada pelos fios intencionais que ligam um corpo vivo à existência.

Nesse caminho de voltar a si mesmo vejo que adentrei no mundo da educação física por possuir afinidade com o mundo do movimento humano e caminhando nas veredas do Aikido pude refazer-me diversas vezes tanto pelos treinos que modificaram não apenas um certo condicionamento físico, mas fomentaram uma visão de mundo que valoriza a imanência e contato com as coisas do mundo mesmo, principalmente e começando pelo próprio corpo, pelo outro e o entorno.

Partindo na vereda dessa pesquisa, o primeiro momento apresentou uma contextualização sobre os aspectos filosóficos e históricos sobre o Aikido e a relação com a educação como compreensão. Na atitude fenomenológica, é extremamente importante situar a origem ou contextos de transformação que levaram o Aikido tornar-se o Aikido, demonstrando sua influência do xintoísmo e do zen-budismo, desmistificando que o ideal de *bushido* é uma invenção recente (e não tradicional como os livros de divulgação do Aikido relatam) e que o samurai não era um guerreiro nobre e fiel aos seus princípios, mas ele pode ser visto também pela ótica mais racional e funcionalista que descreve-o como um soldado pronto para matar no intuito de ter sua própria proteção, alimento e uma possibilidade de cuidar da sua família. Além disso, o *bushido* também foi associado aos processos ultranacionalistas como estratégia para levando diversos jovens para a guerra.

Inclusive, a história do próprio Morihei Ueshiba também é romantizada e já possui relatos que o tornam um avatar, um profeta, um salvador, mas ele mesmo reconheceu que a guerra não era o caminho para mundo melhor, recusando continuar treinando para matar e transformando uma arte de guerra em uma caminho de autoconhecimento, de saúde e educação através do Aikido.

Além disso, a primeira seção também situa a inserção do Aikido no Brasil com o Sensei Kawai e no Rio Grande do Norte, com o Sensei Rodrigo e atualmente o Sensei James é o professor mais graduado e representante do Aikido em terras potiguares, ao manter vínculo com o primeiro *dojo*, a saber, a Academia Central de Aikido situada em São Paulo.

Essa aventura da primeira seção é perpassada por uma visita realizada ao Museu de História da Imigração Japonesa ao apresentar imagens desse lugar importante para a divulgação da cultura japonesa no Brasil, compondo uma das narrativas das experiências-

vividas. Ainda na primeira seção convido Merleau-Ponty para situar como ocorre uma aula de Aikido.

Tal panorama esboça a realização do primeiro objeto de pesquisa ao contextualizar sobre os aspectos filosóficos e históricos sobre o Aikido e a relação com a educação como compreensão. Aqui, compreender não é perder o encantamento, porque ao ler sobre a história do Japão encontro experiências catastróficas e desconstrução do guerreiro japonês em uma pessoa comum, com seus anseios, medos, virtudes, criação de técnicas corporais. Essa rede de saberes e atitudes compõem o processo de uma educação como compreensão.

A compreensão é o ato de recorrer aos textos e nessa pesquisa, busquei ir além dos textos de divulgação do Aikido para trilhar veredas das ideias de Lévi-Strauss, Faure, Greiner, Benesch, autores que conseguem equilibrar o encantamento com explicações baseadas em fatos, documentos e análises advindas das ciências humanas.

Nesse espírito e inspirado na própria atitude japonesa de manter uma proximidade entre o mito e a história foi que na segunda seção investi em conceituar as virtudes do *bushido* em uma perspectiva fenomenológica, e estabelecendo um diálogo com o filósofo Comte-Sponville. As virtudes são formadoras uma vez que colocou-me para relatar experiências-vividas no tatame que transcendem uma análise técnica, mas colaboram para compor princípios educativos.

Nesses poucos mais de uma década de treino, sempre ouvi falar das sete virtudes do faixa-preta e ao chegar na faixa-marrom (1º kyu) como praticante de Aikido, tracei como meta treinar para melhorar a técnica, independente de quando seria chamado para fazer exame para faixa-preta. Quando recebi o convite do Sensei James para fazer o exame de faixa-preta senti uma enorme responsabilidade, assim como, a alegria irradiou. Isso levou-me a refletir que se irei utilizar o *hakama* e preciso conhecer bem as virtudes do Aikido, buscando um aprofundamento em cada uma delas.

Assim, cada virtude – *rei* (fidelidade, reverência), *gi* (justiça e moralidade), *yu* (coragem), *jìn* (compaixão e benevolência), *chuu* (dever e lealdade), *meiyō* (honra e glória), *makoto* (boa-fé, sinceridade) – foi apresentada estabelecendo uma aproximação com situações vividas no tatame, formando um olhar fenomenológico que parte de um processo de invenção do Aikido como incorporação das virtudes.

Essas virtudes levaram-me a estabelecer uma relação com outros conceitos fundamentais do Aikido (*nen*, *kōkyū* e *shūgyō*) que demonstram uma visão não-substancial da relação entre o corpo e a mente (utilizei como sinônimo alma, mente e espírito). O silêncio como gesto perceptivo é fundamento primordial no Aikido e o *nen* como pensamento-

momento foi um caminho de compreender as bases desse atenção sem tensão, de um gesto perceptivo regado à serenidade e quietude.

A prática do *kokyu* intensificou-se com o estudos para faixa-preta e particularmente tem contribuído bastante para aumentar o tempo de treino, aumentando a conexão consigo mesmo e com outro, tornando o aprendizado das técnicas mais leve. Isso leva ao *shugyo*, uma imersão profunda no treinamento, acordando cedo para ver o sol nascer e sentir-se abençoado pela dádiva da vida e pelo privilégio de poder treinar dia após dia, tendo prazer na repetição dos mesmos gestos. Com essa explanação sobre a segunda seção, cumpre-se o objetivo de descrever uma percepção do corpo em movimento no Aikido como processo de incorporação de virtudes.

O processo de conceituar as virtudes direcionou-me para refletir sobre a educação entre a disciplina e a liberdade e o corpo como obra de arte. Esse investimento foi para afirmar que a educação é um processo lento que inicia com a imitação. A criança precisa do referencial do adulto não apenas para os processos de cuidado (alimentação, higiene e proteção), mas o adulto é referencial para formar o esquema corporal da criança, desde os movimentos mais básicos como ver, ouvir, falar, gesticular, andar. O corpo do aluno solicita fortemente o corpo do professor. Sem um referencial de qualidade o aprendizado do estudante levará mais tempo. É claro que, em se tratando de seres humanos, é extremamente possível o surgimento de um gênio, sem que ele esteja próximo a um grande referencial. No entanto, o processo de liberdade e criação do próprio caminho advém de um processo de disciplina. No caso do Aikido, Morihei Ueshiba inspirou-se no seu próprio pai, no mestre de arte marcial Sokaku Takeda e no mestre espiritual Onisaburo Deguchi.

Em minha experiência como praticante de Aikido, vejo uma forte dedicação do Sensei James em lembrar das técnicas do Sensei Kawai e do Sensei Rodrigo. Essa dedicação é verbalizada nos treinos e sempre citada como grandes referências na composição de sua gestualidade marcial e atitudes de etiqueta.

Assim, compreender a educação como disciplina da liberdade é um investimento na valorização de uma educação de qualidade, pondo na balança situações que promovam experiências do movimento que exijam a repetição e a criatividade do estudante, uma dialética entre a disciplina e a liberdade, formando pistas e esboços para que os estudantes possam adentrar em veredas do corpo como obra de arte, rabiscando um modo de ser no mundo, mesmo que provisório e aberto para outras composições.

Na última seção, continuo com os relatos, porém, dessa vez, em outro cenário: a escola. A primeira narrativa descreve aulas de Aikido em uma escola estadual da cidade de

Santa Cruz/RN. Dessa experiência oriunda de um projeto escolar, essa cidade ganhou uma academia de arte marcial que oferece o Aikido como arte marcial, alinhada com os objetivos da ACAN. Nessa experiência pude acompanhar a didática do Sensei James em ofertar aulas atrativas para os adolescentes do Ensino Médio. Em algumas aulas, tinham mais de 70 estudantes. Assim, Sensei James levava também outros estudantes (a partir de faixa-azul) da ACAN para auxiliá-lo nessa tarefa colossal. Além disso, os diretores da escola também participavam desse projeto. Atualmente, os dois diretores são faixas-marrom e já ministram as aulas de Aikido na referida cidade e, de vez em quando, Sensei James viaja para ministrar seminários para eles, assim como, eles organizam uma caravana e percorrem uma longa viagem para virem treinar na ACAN. Sou grato em ter participado desse processo e ter visto esse processo de implementação do Aikido na cidade de Santa Cruz.

O outro relato diz respeito ao processo pedagógico em um colégio de aplicação, onde experimentei ofertar as artes marciais a partir dos jogos de lutas, equilibrando um processo pedagógico de situações de repetir os movimentos e outras situações para fomentar a criatividade dos estudantes em elaborar estratégias nos diversos jogos de lutas, culminando em um evento que teve uma participação ativa de crianças do 2º e 3º anos do ensino fundamental, tendo apoio do Sensei James ao abrir a ACAN para esses estudantes realizarem um festival em um espaço com características e uma arquitetura próxima da cultura japonesa.

Por fim, narro a inserção do Aikido na Escola Agrícola de Jundiáí, âmbito educacional onde atuo como professor de educação física desde 2019. Assim, o Aikido da escola configura-se como mais um espaço de convivência e formativo para os estudantes do Ensino Médio. Com isso, o foco dessa disciplina é ofertar aos estudantes uma possibilidade de estudo da percepção de si, do outro e do mundo pela filosofia do Aikido, focando na saúde e qualidade de vida desses estudantes.

Diante do exposto, reforço a tese do Aikido como educação do corpo, inspirada na filosofia de Merleau-Ponty, que emerge da percepção do corpo em movimento no mundo, consigo mesmo e com os outros, tendo uma leitura compreensiva sobre a história e filosofia do Aikido, as experiências-vividas com essa arte marcial em suas virtudes, na tensão entre a disciplina e a liberdade de aprender seu repertório marcial, e nas práticas pedagógicas como professor de Educação Física e instrutor iniciante de Aikido como um caminho de experiência educativa, apontando veredas e horizontes ontológicos e epistemológicos em uma educação sensível.

O processo do aprender a sentir, a perceber o corpo em movimento e as experiências com o Aikido, retomo uma fala de Merleau-Ponty inicialmente intitulada *La connaissance de*

l'homme au XX^e siècle, pronunciada durante o *Recontres Internationales de Genève*, no dia 10 de setembro de 1951:

Ficamos às vezes a sonhar com o que poderiam ser a cultura, a vida literária, o ensino, se todos aqueles que deles participam, tendo uma vez por todas rejeitado os ídolos, se entregassem à felicidade de refletir juntos... Mas este sonho não é sensato (MERLEAU-PONTY, 1960/1991, p. 274-275).

Com esse convite de refletir juntos é que vislumbro uma educação sensível a partir do Aikido, da filosofia de Merleau-Ponty, ancorada no corpo em movimento, percebendo os movimentos da linguagem e do silêncio, tendo o compreender, o sentir, o movimentar e o treinar como princípios fundamentais para mobilizar a educação e a educação física. É no corpo em movimento, em sua experiência oscilante entre o silêncio e a palavra, entre o corpo, os outros e o mundo, nas trocas afetivas, que emerge ou apagam-se os sonhos. Assim, o Aikido como educação do corpo é o compromisso de uma geração com a próxima geração, uma troca onde os mais novos devem manter a tradição da geração passada, manter viva a chama da ousadia da geração mais nova, repetir mais, para quem sabe... avançar.

REFERÊNCIAS



Imagem 23 – Estante com livros. Fonte: O autor.

REFERÊNCIAS

- ABBAGNANO, N. **Dicionário de Filosofia**. 5ªed. Tradução Alfredo Bosi. São Paulo: Martins Fontes, 2007.
- ARAÚJO, J. C. da S. **A relação entre o Aikidô, a Psicomotricidade e a Aprendizagem motora**. Monografia (Especialização em Psicopedagogia). Natal: Faculdade Maurício de Nassau, 2009.
- ARAÚJO, J. C. da S. **Aikido e um diálogo com a educação**. Trabalho de conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física). Departamento de Educação Física. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2013.
- ATLAN, H. **A ciência é inumana: ensaio sobre a livre necessidade**. São Paulo: Cortez, 2004.
- BASHÖ, M. **Trilhas longínquas de Oku**. São Paulo: Escrituras Editora, 2016.
- BENESCH, O. *Inventing the way of the samurai: Nationalism, internationalism and Bushido in Modern Japan*. Nova York: Oxford University Press, 2014.
- BERQUE, A. *Aspects économiques de la relation au temps et à l'espace dans la culture japonaise (note de recherche)*. *Anthropologie et Sociétés*, vol. 14, n° 3, p.45-50, 1990.
- BERTHERAT, T. **O corpo tem suas razões: antiginástica e consciência de si**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.
- BULL, W. **Aikidô: o caminho da sabedoria**. Vol. 2 – A Técnica. 12ªed. São Paulo: Pensamentos, 2005.
- BULL, W. **Aikidô: Takemussu-aiki**. São Paulo: Pensamento, 2007.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.
- BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais/Vol 7 – Educação Física**: Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. Brasília: MEC, 1997.
- CAPISTRANO, N. J. SILVA, E. M. da. Educação Física. IN: CAPISTRANO, N. J. (Org.). **Proposta Pedagógica do Núcleo de Educação da Infância**. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2012.
- CARTAXO, C. A. **Jogos de combate: atividades recreativas e psicomotoras: teoria e prática**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.
- CORREIA, W. R; FRANCHINI, E. Produção acadêmica em lutas, artes marciais e esportes de combate. IN: **Revista Motriz**, Rio Claro, v.16 n.1, p.01-09, janeiro-março, 2010.
- CLEARY, T. *La voie du samourai: pratiques de la stratégie au Japon*. Paris: Éditions du Seuil, 1992.
- COMTE-SPONVILLE, A. **Pequeno tratado das grandes virtudes**. 3. Ed. São Paulo:

Martins Fontes, 2016.

DARIDO, S. et al. O conteúdo das lutas nas séries iniciais do ensino fundamental: possibilidades para a prática pedagógica da Educação Física escolar. IN: **Revista Motrivivência**, Florianópolis, ano XXV, n. 41, p. 305-320, dezembro 2013.

DOMINGOS JUNIOR, M. F; GOUVEIA, R. J. M; J. C. S. ARAÚJO. Produção de conhecimento sobre Aikido em periódicos da Educação Física. IN.: **Anais do XXII Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e IX Congresso Internacional de Ciências do Esporte**. Acesso em 25 jan 2022. Disponível em: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2021/9conice/paper/viewFile/16131/7728>.

DOMINGOS JUNIOR, M. F. **Por uma educação dos sentidos**: um diálogo entre Ueshiba e Merleau-Ponty. Dissertação de Mestrado em Educação. Programa de Pós- Graduação em Educação da UFRN. Natal: UFRN, 2013.

DOMINGOS JUNIOR, M. F. **Uma compreensão de corpo na filosofia do Aikido**. Trabalho de Conclusão de Curso. Departamento de Educação Física da UFRN. Natal: UFRN, 2010.

DOGANIS, B. *Pensées du corps: la philosophie à l'épreuve des arts gestuels japonais (danse, théâtre, arts martiaux)*. Paris: Les Belles Lettres, 2013.

DUNK, M; GONÇALVES JUNIOR, L. Aikidô e dialogicidade: um possível caminho de sabedoria. In: **IV Colóquio de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana**: as lutas no contexto da motricidade. São Carlos: SPQMH/UFSCar, 2009. v. 1. p. 219-230.

FAURE, B. *Chan insights and oversights: an epistemological critique of the Chan tradition*. New Jersey: Princeton University Press, 1993.

FREIRE, P. **Educação como prática de liberdade**. 46ª ed. São Paulo: Paz e Terra, 2020.

FREIRE, P. **Pedagogia do Oprimido**. 63ª ed. Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e Terra, 2017.

GIL, G. **Oriente**. IN: LP Gilberto Gil. Polygram/Philips, 1971 (Grvado em Londres).

GONÇALVES, M. A. S. **Sentir, pensar e agir**: corporeidade e educação. 15. Ed. Campinas: Papirus, 2012.

GREINER, C. Repensando a guerra e a história a partir do corpo (apresentação do livro). IN: IGARASHI, Yoshikuni. **Corpos da memória**: narrativas do pós-guerra na cultura japonesa (1945-1970). São Paulo: Ananblume, 2011.

GREINER, C. **Leituras do corpo no Japão e suas diásporas cognitivas**. São Paulo: n-1 Edições, 2015.

GREINER, C. **Fabulações do corpo japonês e seus microativismos**. São Paulo: n-1 Edições, 2017.

HADOT, P. *Préface à Yoko Orimo, Le Shobogenzo de Maître Dôgen*. IN: HADOT, P. *La philosophie comme éducation des adultes: textes, perspectives, entretiens*. Paris: Libraire

Philosophique J.VRIN, 2019.

HADOT, P. *La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson*. Paris: Librairie Générale Française, 2018.

HADOT, P. **O que é a filosofia antiga?** 6. Ed. São Paulo: Edições Loyola, 2014.

HAN, B. C. **Filosofia do zen-budismo**. São Paulo: Vozes, 2019.

HUARD, P; WONG, L. **Cuidados e técnicas do corpo na China, no Japão e na Índia**. São Paulo: Summus, 1990.

IMBERT, C. Sob a injunção do moderno. IN: CAMINHA, I. de O; NÓBREGA, T. P. da. (Orgs.). **Compêndio Merleau-Ponty**. São Paulo: LibeArs, 2016.

INGOLD, T. *Antropology and/as education*. Nova York: Routledge, 2018.

LANCE, D. *Un dialogisme corps à corps: réflexion sur la pratique de l'Aïkido avec des adolescents à la marge dans les classes relais*. **Corps et culture On-line**, n. 6/7, octobre, 2007. Disponível em: <https://journals.openedition.org/corpsetculture/870#text> Acesso em: 17 mai 2021.

LEMINSKI, P. **Toda poesia**. São Paulo: Companhia das Letras, 2013.

LÉVI-STRAUSS, C. **A outra face da lua: escritos sobre o Japão**. São Paulo: Companhia das letras, 2012.

LOWRY, D. **O Dojo e seus significados**. São Paulo: Pensamento, 2011.

KIM, H. *Merleau-Pontean "flesh" and its Buddhist interpretation*. IN: PARK, Jin Y; KOPF, Gereon (orgs.). **Merleau-Ponty and Buddhism**. Maryland: Lexington Books, 2009.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: Editora UNIJUÍ, 1994.

MACHADO, M. M. **Merleau-Ponty e a Educação**. São Paulo: Editora Autêntica, 2010.

MELO, J. P. de. Educação Física e critérios de organização do conhecimento. IN: NÓBREGA, T. P. (Org.). **Epistemologia, saberes e práticas da educação física**. João Pessoa: Editora Universitária/UFPB, 2006.

MERLEAU-PONTY, M. **A prosa do mundo**. Tradução Paulo Neves. São Paulo: Cosac & Naify, 2012.

MERLEAU-PONTY, M. **Fenomenologia da Percepção**. 3. ed. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 2006. (Publicado em 1945 na França).

MERLEAU-PONTY, M. **Psicologia e pedagogia da criança**. São Paulo: Martins Fontes, 2006b.

MERLEAU-PONTY, M. *Les philosophes: de l'antiquité au XX^e siècle – histoire & portraits*.

Sous la direction de Maurice Merleau-Ponty. Paris: Librairie Générale Française, 2006.

MERLEAU-PONTY, M. **O olho e o espírito.** São Paulo: Cosac & Naify, 2004.

MERLEAU-PONTY, M. **Conversas.** São Paulo: Martins Fontes, 2004. (Publicado em 1948 na França).

MERLEAU-PONTY, M. **A natureza:** Curso do Collège de France. Tradução de Alvaro Cabral. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

MERLEAU-PONTY, M. **Signos.** São Paulo: Martins Fontes, 1991. (Publicado em 1960 na França).

MONTAGU, A. **Tocar:** o significado humano da pele. 9ª ed. São Paulo: Summus, 1988.

MOREIRA, W. W. **Educação Física escolar:** Uma Abordagem Fenomenológica. 2ª Ed. Campinas: Editora da UNICAMP, 1992.

MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro.** São Paulo/Brasília: Cortez, 2000.

NIETZSCHE, F. **Schopenhauer como educador:** considerações extemporâneas III. São Paulo: Martins Fontes, 2020.

NÓBREGA, T. P. **Corporeidade e Educação Física:** do corpo-objeto ao corpo-sujeito. 2ª Ed. Natal: EDUFRRN, 2005.

OMIYA, S. **As raízes secretas do Aikido.** São Paulo: Cultrix, 2004.

PIMENTA, S. G; SEVERO, J. L. R. de L. (Orgs). **Pedagogia:** teoria, formação, profissão. São Paulo: Cortez, 2021.

PRADO, R. C. **A memória é uma ilha de edição:** narrativas e significados sobre o início e a difusão do Aikido no Brasil. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Universidade Federal do Paraná, Setor de Ciências Biológicas, 2014.

PRANIN, S. *Les Maîtres De l'Aikido. Elèves de Maître Ueshiba période d'avant-guerre.* Paris: Guy Tredaniel Editeur, 1995.

REZENDE, A. M. de. **Concepção fenomenológica da educação.** São Paulo: Cortez/Autores Associados, 1990.

RIBEIRO, S. **O oráculo da noite:** a história e ciência do sonho. São Paulo: Companhia das letras, 2019.

SANTIN, S. **Educação Física:** Uma abordagem filosófica da corporeidade. 2ª Ed. Ijuí: Unijuí, 2003.

SANTOS, L. A. M. **O corpo próprio como princípio educativo:** a perspectiva de Merleau-Ponty. Curitiba: Appris, 2016.

SANTOS, B. de S. **A Universidade no século XXI: para uma reforma democrática e emancipatória da Universidade**. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2010.

SAVATER, F. **O valor de educar**. 2ª Ed. São Paulo: Planeta, 2012.

SCHOPENHAUER, A. **A arte de conhecer a si mesmo**. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2009.

SHIODA, G. **Aikido Shugyo: Harmonia no confronto**. São Paulo: Editora Pensamento, 2010.

SILVA, L. A. N; NÓBREGA, T. P. Experiência educativa no Taekwondo: autoconfrontação como análise subjetiva do movimento. IN: **Revista Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 47, p.1-22, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ep/a/4gZCvWNkL64pbj9XGtYmWvM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 jan 2022.

SILVA, L. M. F. **Esporte como experiência estética e educativa: uma abordagem fenomenológica**. 2014. 191f. Tese (Doutorado em educação). Programa de Pós-graduação em Educação – Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Natal, 2014.

SILVA, C. C. A educação e sua dimensão fenomenológica. IN: PEIXOTO, Adão José (org.). **Interações entre Fenomenologia e Educação**. Campinas: Alínea, 2003.

SOUZEDO, F. B; BIZARRO, L; PEREIRA, A. P. A. de. O eixo intestino-cérebro e sintomas depressivos: uma revisão sistemática dos ensaios clínicos randomizados com probióticos. **J. bras. psiquiatr.** Rio de Janeiro, v. 69, n. 4, p. 269-276, Dec. 2020 Disponível em: <http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852020000400269&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 20 Jan. 2021.

STEVENS, J. **A Filosofia do Aikidô**. São Paulo: Cultrix, 2004.

SUGIMURA, Y; NAGAI, S; DALISSIER, M. *Philosophie japonaise: le néant, le monde et le corps*. Paris: Librairie Philosophique J.Vrin, 2016.

THOMAS, J. R; NELSON, J. N; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

UESHIBA, M. **Budo: ensinamentos do fundador do Aikido**. 4ªed. São Paulo: Cultrix, 2010a.

UESHIBA, M. **Ensinamentos secretos do Aikido**. São Paulo: Cultrix, 2010b.

UESHIBA, M. **A arte da paz**. Rio de Janeiro: Rocco, 2002.

UESHIBA, K. **A arte do Aikido**. 2ªed. São Paulo: Pensamento, 2010.

UESHIBA, K. **O espírito do Aikido**. São Paulo: Cultrix, 2005.

VANZAGO, L. **Breve história da alma**. São Paulo: Loyola, 2012.

WHITEHEAD, A. N. **A ciência e o mundo moderno.** Tradução Hermann Herbert Watzlawick. São Paulo: Paulus, 2006.



Imagem 24 – Banco por trás da ACAN. Fonte: O autor.

APÊNDICES

APÊNDICES

APÊNDICE A – ESTADO DA ARTE SOBRE AIKIDO NO BRASIL

APÊNDICE B – PLANO DE ENSINO DA COMPONENTE CURRICULAR AIKIDO

APÊNDICE A – ESTADO DA ARTE SOBRE AIKIDO NO BRASIL

Quadro 1 – Produção de conhecimento sobre Aikido em periódicos nacionais.				
CLASSIFICAÇÃO	REVISTA	AUTOR	ANO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO
B1	MOTRIZ	Ferragutti, E.; Bratfische, S.A.	2005	Qualidade de vida e aikido: a influência da prática no comportamento humano
B1	REVISTA BRASILEIRA DE CINEANTROPOMETRIA E DESEMPENHO HUMANO (IMPRESSO E ONLINE)	Noe Gomes Borges Junior Susana Cristina Domenech Affonso Celso Kulevicz da Silva Jonathan Ache Dias Yoshimasa Sagawa Junior	2008	Estudo comparativo da força de prensão isométrica máxima em diferentes modalidades esportivas
B1	MOTRIZ	Santos, F; Martins, C.	2011	Aikido: sobre o olhar da história cultural.
B2	REVISTA BRASILEIRA DE CIÊNCIA E MOVIMENTO	Carlos H. D. C. Almeida Raphael J. Perrier-Melo Marcos A. M. dos Santos Aline P. dos S. Almeida Manoel da Cunha Costa	2016	Efeitos crônicos do aikido sobre a pressão arterial e composição corporal
B1	REVISTA DA EDUCAÇÃO FÍSICA (UEM. IMPRESSO E ONLINE)	Estefan Gemas Neto ¹ , Sergio Roberto Silveira ¹ , Marcos Antônio Mattos dos Reis ² and Umberto Cesar Corrêa ¹	2021	Uma dica perceptiva sobre um oponente em movimento melhora a aprendizagem de uma habilidade motora do aikido.

Quadro 2 – Produção de conhecimento sobre Aikido em teses, dissertações e trabalhos de conclusão de curso.

TESE, DISSERTAÇÃO, TCC (graduação e pós-graduação lato sensu)	ANO DE DEFESA	UNIVERSIDADE/PROGRAMA	TÍTULO	AUTOR
TCC de Pós-Graduação Lato Sensu	2004	Universidade de Candido Mendes - Psicomotricidade	Aikido, arte marcial japonesa como atividade física	Nelso José Pinto Alves
TCC de Pós-Graduação Lato Sensu	2009	Maurício de Nassau/Especialização em Psicopedagogia	A relação entre o Aikido, a psicomotricidade e a aprendizagem	James Carlos da Silva Araújo
Dissertação de Mestrado	2009	USP – Universidade de São Paulo - Artes	O Aikido e o corpo do ator contemporâneo	Renata Mazzei Batista
TCC de Graduação	2010	UFRN – Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Educação Física	Uma compreensão de corpo na filosofia do Aikido	Moaldecir Freire Domingos Junior
TCC de Graduação	2011	UFRN – Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Ciências Sociais	O Aikidô e o paradigma ecológico: princípios para uma relação de harmonia com a natureza	Raoni Gomes de Sousa
Dissertação de Mestrado	2011	UNICAMP – Universidade Estadual de Campinas – Educação	O teatro como budô – O aikido em cena	Juliana Alves Gurgel Fernandes
Dissertação de Mestrado	2012	PUC-SP – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – Psicologia Clínica	O conhecimento de si mesmo: um estudo em fenomenologia existencial a partir da prática do Aikido	Vitor Faustino Sampaio
TCC de Graduação	2013	UFRN – Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Educação Física	Relatório de Experiência – Aikido em diálogo com a educação	James Carlos da Silva Araújo
Dissertação de Mestrado	2013	UFRN – Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Educação	Por uma educação dos sentidos: um diálogo entre Merleau-Ponty e Ueshiba	Moaldecir Freire Domingos Junior
Dissertação de Mestrado	2014	UFPR – Universidade Federal do Paraná – Educação Física	“A memória é uma ilha de edição” Narrativas e significados sobre o início e a difusão do Aikido no Brasil	Rodrigo Cribari Prado
Dissertação de Mestrado	2015	UNESP - Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – Artes	A educação como arte do fluir com: paregogia e Aikido	Saint Clair Rodrigues Nogueira Filho
Dissertação de Mestrado	2017	UFRN – Universidade Federal do Rio Grande do Norte – Educação Física	Aproximações entre o Aikido e o cuidado de si: por uma educação física como arte do bem viver	Marcel Alves Franco
Tese	2017	UMESP – Universidade Metodista de São Paulo – Psicologia da Saúde	Correlatos eletrofisiológicos de práticas de alta demanda atencional	Henrique Adam Pasquini

APÊNDICE B – PLANO DE ENSINO DA COMPONENTE CURRICULAR AIKIDO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE
UNIDADE ACADÊMICA ESPECIALIZADA EM CIÊNCIAS AGRÁRIAS
COORDENAÇÃO DO CURSO TÉCNICO EM INFORMÁTICA

UFRN	Unidade Acadêmica Especializada em Ciências Agrárias
	Curso Técnico em Informática, modalidade Integrado

DISCIPLINA: () OBRIGATÓRIA / () OPTATIVA / (X) ELETIVA									
PERÍODO: 1º									
Código	Denominação	Créditos				Carga Horária			
		Tot.	Au. l.	La. b.	Es. t.	Tot.	Au. l.	La. b.	Es. t.
	AIKIDO	3	3	-	-	45	45	-	-

COMPETÊNCIAS DO PERFIL PROFISSIONAL									
<ul style="list-style-type: none"> ● Reconhece o Aikido como um caminho de autoconhecimento, saúde e qualidade de vida; ● Valoriza a respiração como conexão consigo mesmo e com a natureza; ● Comunica-se de maneira cordial, com clareza e desenvoltura aplicando os princípios da etiqueta e conduta próprias ao Aikido; ● Identifica o Aikido e seu repertório técnico como um exercício espiritual. 									

OBJETIVO GERAL									
. Incorporar a prática do Aikido como caminho de autoconhecimento, saúde e qualidade da vida.									

OBJETIVOS ESPECÍFICOS									
<ul style="list-style-type: none"> ● Conhecer os significados dos kanjis que formam o termo Aikido e seus aspectos históricos; ● Vivenciar as condutas de etiqueta e cortesia ao estilo japonês no tatame; ● Experimentar exercícios de respiração, aquecimento e alongamento, assim como, movimentos básicos de deslocamento, rolamentos e técnicas de imobilização e projeção do Aikido; ● Identificar no Aikido um caminho para um estilo de vida ativo e fundamental para a saúde e qualidade de vida. ● Refletir sobre o Aikido como exercício espiritual. 									

EMENTA									
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kanjis do termo Aikido e seus significados. 2. Aspectos fundamentais da história do Aikido: do Japão ao Brasil. 3. <i>Reigi Saho</i>: etiqueta, conduta e cortesia nas relações interpessoais e intrapessoal. 4. Técnicas corporais do Aikido: exercícios de respiração (<i>kokyu</i>), exercícios de aquecimento e alongamento, exercícios de movimentação do corpo e dos pés (<i>tai sabaki</i> e <i>ashi sabaki</i>), estudo dos rolamentos (<i>ukemis</i>) e estudo das técnicas de imobilização (<i>katame waza</i>) e projeção (<i>nage waza</i>). 5. Experimentação do Aikido aprofundando os conhecimentos sobre as potencialidades e os limites do corpo, a importância de assumir um estilo de vida ativo e os componentes do movimento relacionados à manutenção da saúde. 6. Aikido como exercício espiritual. 									

BIBLIOGRAFIA

Bibliografia básica:

ARAÚJO, J. C. da S. **A relação entre o Aikidô, a Psicomotricidade e a Aprendizagem motora.** Monografia (Especialização em Psicopedagogia). Natal: Faculdade Maurício de Nassau, 2009.

ARAÚJO, J. C. da S. **Aikido e um diálogo com a educação.** Trabalho de conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física). Departamento de Educação Física. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2013.

UESHIBA, K. **O Espírito do Aikidô.** 6ª Ed. São Paulo: Cultrix, 2005.

Bibliografia complementar:

DOMINGOS JUNIOR, M. F. **Uma compreensão de corpo na filosofia do Aikido.** Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física). Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal: UFRN, 2010.

DOMINGOS JUNIOR, M. F. **Conhecendo o Aikido.** Texto produzido para a componente Aikido. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Natal: UFRN, 2022.

HADOT, P. **Exercícios espirituais e filosofia antiga.** São Paulo: É realizações, 2014.

Sites de busca:

<http://designercrisb.wixsite.com/aikidorn;>

<https://www.aikidobr.com.br;>

<https://aikidokawai.com.br/kawai-sensei/>

<http://www.aikikai.or.jp/eng/>