



AIKIDÔ  
BAHIA

# Faixa Preta

O que realmente significa uma faixa preta?

By Reverendo Kensho Furuya

## Padrão de Treinamento

O primeiro nível de faixa preta é chamado em japonês de shodan, palavra que significa literalmente “primeiro nível”. O ideógrafo para Sho (primeiro) é muito interessante. Ele é formado de dois radicais que significam “roupa” e “faca”. Para fazer uma peça de vestuário é preciso primeiro cortar o molde no tecido. O padrão determina o estilo e aparência do produto final. Se o padrão está fora de proporções ou contém erros, as roupas terão má aparência e não vestirão bem. Do mesmo modo, seu treinamento inicial para atingir a faixa preta é muito importante; ele determina como você se desenvolverá como faixa preta.

Em meus muitos anos de ensino, tenho notado que os estudantes que estão unicamente preocupados em obter uma faixa preta se desencorajam facilmente, tão logo eles percebem que é mais difícil obtê-la do que imaginavam. Estudantes que vêm apenas pela prática, sem preocupação com graduações ou promoções, sempre seguem bem. Eles não são abatidos por objetivos irrealistas ou sem profundidade.

Existe uma famosa estória sobre Yagyu Matajuro, que foi um filho da famosa família Yagyu de espadachins do Japão feudal, no século XVII. Ele foi expulso de casa por sua falta de talento e potencial, e tornou-se discípulo do mestre espadachim Tsukahara Bokuden, com a esperança de atingir a maestria na espada e reaver sua posição no clã Yagyu. Em sua entrevista inicial, Matajuro perguntou a Bokuden, “Quanto tempo levará para que eu me torne um mestre na espada?” Bokuden respondeu, “Oh, cerca de cinco anos se você treinar com afinco.” “Se eu treinar duas vezes mais duro, quanto tempo levará?” tornou Matajuro. “Nesse caso, dez anos”, respondeu Bokuden.

## Encontrando um Foco

O que você deve focar, se você não está concentrado em obter sua faixa preta? É mais fácil dizer que fazer, mas você deve focar sua energia na prática. Porém, pensar, “Eu vou me concentrar em meu treinamento para obter uma faixa preta”, é simplesmente brincar com jogos mentais que ao final conduzirão você ao desapontamento.

Você pode pensar simplesmente “Vou esquecer as graduações completamente”? Você pode dizer simplesmente a si mesmo que nunca irá atingi-las? Você sempre estará ligado à sua faixa preta, permitindo a essa idéia persistir em sua mente? Em outras palavras, você pode simplesmente concentrar-se em seu

treinamento sem preocupar-se com nada mais? Pode você finalmente perceber que uma faixa preta é nada mais que “algo para segurar suas calças”?



**AIKIDÔ  
BAHIA**

é

Você deve perceber também que embora você domine todos os pré-requisitos, o número correto de técnicas, todas as formas requeridas, e tenha o número apropriado de horas de treinamento, você pode não se qualificar para a faixa preta. Alcançar faixa preta não é uma questão quantitativa que pode ser medida ou pesada. Sua faixa preta tem a ver com você como pessoa. Como você se conduz dentro e fora do dojo, sua atitude com seu professor e seus colegas estudantes, seus objetivos na vida, como você enfrenta os obstáculos que lhe aparecem, e como você persevera em seu treinamento, são todas importantes condições para a faixa preta. Ao mesmo tempo, você se torna um modelo para outros estudantes e eventualmente atinge o status de professor ou instrutor assistente.

### **Alcançando o Foco no Treinamento**

Como nos mantermos focados em nosso treinamento? Treinar com êxito significa, em grande medida, que nós observamos nossos atos de um modo racional e realista. Frequentemente não estamos contemplando objetivos realistas, mas sonhos e ilusões. Você que praticar artes marciais como um caminho para melhorar a si próprio e a sua vida, ou você está motivado pelo último filme de ação? Sua prática é motivada pelo desejo de iluminar-se, ou para imitar os atores de filmes marciais? ... Essas pessoas são quem são por seus próprios esforços. Você é você mesmo. Todos nós temos nossos heróis, nossos modelos e sonhos, mas temos de separar fantasia de realidade se nosso treinamento deve ser significativo e bem-sucedido.

### **Atingindo a Faixa Preta**

Pense sobre perder a faixa preta, e não em ganhá-la. Sawaki Kodo, um mestre Zen, frequentemente dizia, “Ganhar é sofrimento; perder é iluminação.” Se alguém perguntar a diferença entre praticantes de hoje e do passado, eu responderia que os praticantes do passado viam o treinamento como “perda”. Eles abandonavam tudo por sua arte e sua prática. Famílias, trabalho, segurança, fama, dinheiro, para desenvolverem-se a si próprios. Hoje, eles apenas pensam em ganhar. “Eu quero isto, eu quero aquilo.” Nós queremos praticar artes marciais, mas também queremos dinheiro, fama, telefones celulares e tudo que qualquer um possa ter.

Quando o estudante olha seu treinamento do ponto de vista da perda em vez do ganho, ele se aproxima do espírito da maestria, e verdadeiramente torna-se valoroso como faixa preta. Só quando você finalmente desiste de seus pensamentos sobre exames e faixas, troféus, fama, dinheiro e a própria maestria na arte, você alcança que o mais importante é sua prática. Seja humilde, seja gentil, Cuide dos outros e ponha a todos adiante de você. Estudar arte marcial é estudar você mesmo – seu verdadeiro Eu. Isto nada tem a ver com graduações.

[www.aikidobahia.com.br](http://www.aikidobahia.com.br)

Um grande mestre Zen disse uma vez: “Estudar o Eu é esquecer o Eu. Esquecer o Eu é compreender todas as coisas.”



AIKIDÔ  
BAHIA