

## A história por trás do kendô!

Conhecido como a arte marcial dos samurais, o kendô foi mais difundido a partir do século 16. Porém, tanto o judô como o aikidô, e outras manifestações artísticas como o ikebana (kadô), caligrafia (shodô) e a cerimônia do chá (sadô) se pautam do mesmo princípio. Todos levam o termo “dô”, que significa “caminho”. É o caminho da perfeição, na verdade inatingível. Ao contrário de outras práticas esportivas, o kendô, o judô e o aikidô, não têm como princípio a conquista da vitória. Essas modalidades esportivas visam o aperfeiçoamento, não somente esportivo, mas principalmente, o aperfeiçoamento como ser humano. Daí serem um “caminho”, um meio, e não o fim.

As origens do kendô remontam ao Japão feudal, quando os samurais eram os guerreiros da elite. O treinamento com a espada era essencial para sua habilidade em combate e sobrevivência. A arte marcial que eventualmente se tornou kendô começou a se desenvolver no século XVII, durante o período Edo. Nessa época, os samurais foram submetidos a um rígido código de conduta conhecido como bushido, que enfatizava a disciplina, a honra e a lealdade.

Por este motivo, o respeito ao adversário, ao mestre e ao local onde se pratica o esporte é muito valorizado. Há em todas elas profundas regras de comportamento, como o cumprimento ao adversário no início e no final de cada partida, agradecendo ao oponente independente do resultado.

Kendô é uma espécie de esgrima. Seus lutadores utilizam uma espada de bambu e são protegidos por uma armadura pesada. Os oponentes procuram esquivar-se dos golpes do adversário e procuram atingir com o bastão os três alvos: a cabeça, o braço e a lateral do tórax.

Ao longo do tempo, várias escolas de esgrima surgiram no Japão, cada uma com sua própria abordagem e técnicas. No entanto, foi com a criação da "Shinai Kyogi" (Competição com Shinai) em meados do século XVIII que o kendô como o conhecemos hoje começou a se consolidar. Essa competição permitiu que os samurais treinassem uns contra os outros sem risco de ferimentos graves, utilizando shinai ao invés de espadas reais.

No final do século XIX, Nakanishi Chuzo, um dos principais expoentes do kendô da época, introduziu importantes mudanças na prática da arte marcial. Ele enfatizou a importância de atingir alvos específicos no corpo do oponente, ao invés de golpear

aleatoriamente. Além disso, Nakanishi Chuzo desenvolveu uma série de exercícios e práticas para melhorar a técnica, como o "suburi" (movimentos de corte repetitivos) e o "kirikaeshi" (combinando movimentos de ataque e defesa).

Ao longo do século XX, o kendô ganhou popularidade além das fronteiras do Japão. Através de competições internacionais, intercâmbios e a abertura de dojos (academias de kendô) em todo o mundo, o kendô se tornou uma prática apreciada por pessoas de diversas culturas.

O kendô, como arte marcial e prática cultural, tem uma história rica e fascinante. Originado dos samurais do Japão feudal, o kendô evoluiu ao longo dos séculos, mantendo sua essência e valores fundamentais. Hoje, essa prática continua a cativar e inspirar pessoas em todo o mundo, transmitindo não apenas as habilidades de combate, mas também os princípios de respeito, disciplina e autoaperfeiçoamento.

***Matéria escrita por Felipe Macedo***

Fontes:

<https://www.culturajaponesa.com.br/index.php/esportes/artes-marciais/kendo/>

<https://www.kendo.or.jp/en/about/history.html>

<https://www.kendo.or.jp/en/index.html>