

# A la découverte de... Mestre Bimba



**Mestre Bimba** est l'un des plus grands et célèbres capoeiristes brésiliens. Il est "**le père de la capoeira dite régionale**" et est incontournable dans l'histoire de cet art brésilien !

Il est né en **1900** sous le nom de Manoel dos Reis Machado à **Salvador de Bahia**.

Son surnom **Bimba**, viendrait d'un pari entre sa **mère** et la **sage-femme**. Sa mère paria que naîtrait une fille et la sage-femme paria que ce serait un garçon. Lorsqu'il est né, la sage-femme se serait écrié : "**Bimba**" (désignant le zizi) **pour dire c'était un garçon.**



Historiquement, la capoeira (comme tout ce qui venait de la culture des anciens esclaves) était très mal perçue par les **hautes classes brésiliennes**. Elle est d'ailleurs interdite et punissable de prison depuis les **lois de la nouvelle République de 1892**.



Mestre Bimba a créé la "**capoeira régional**" en 1928. D'abord appelée "lutte régionale bahianaise" et qui s'inspire d'autres formes de lutte tels que le **Batuque**, que son père pratiquait.

Il prouva **l'efficacité de cette lutte** en défiant de nombreux combattants célèbres **d'autres sports**.  
Il **gagna** tous les combats.



Le Batuque est une sorte de **lutte libre** d'origine **africaine**.



Il réussit grâce à cela à convaincre les **autorités de rendre légal** cet art martial et créa la toute première académie de capoeira de l'histoire pour l'enseigner et la diffuser dans tout le pays.

Il crée la **première académie de capoeira** au monde, le "Centro de Cultura Física e Luta Regional" (Centre de Culture Physique et de lutte Régionale) en **1932**.



**La discipline et la rigueur** sont de mise au sein de l'académie, Mestre Bimba voulant enlever cette image de **Malandro** que les capoeiristes avaient.

**Neufs commandements sont affichés dans son académie :**

1. Arrêtez de fumer. Il est interdit de fumer pendant les entraînements.
2. Arrêtez de boire. L'alcool porte atteinte au métabolisme musculaire.
3. Evitez de parler pendant les cours. Vous payez pour le temps passé à l'académie et surtout en observant les autres, vous apprendrez davantage.
4. Evitez de montrer vos progrès à vos amis hors de la roda/ Souvenez-vous que la surprise est la meilleure attaque.
5. Cherchez toujours à "ginguer".
6. Pratiquez quotidiennement les exercices fondamentaux.
7. N'ayez pas peur d'approcher votre adversaire. Plus vous serez près, plus vous apprendrez.
8. Conservez toujours le corps relax.
9. Mieux vaut se faire taper dessus dans la roda que dans la rue.

**Bimba est décédé le 5 février 1974. Il reste l'un des symboles de la culture afro-brésilienne.**

Tu peux en découvrir plus dans mon livre : [clique ici](#)

