

## **A Confiança em si**

por Guy Sahri ©

Como muitos jovens acariciam o sonho de se tornarem uma Nadia Comaneci, Cathy Freeman ou um Mark Spitz... em soma de ser um excelente atleta. Um ser humano tocou pela graça batendo recordes, pois ele ganhou vitórias, um pequeno feito, mas que caracteriza os grandes, o acesso ao topo do pódio, captando multidões?

Como muitos jovens querem, como eles, conhecer as honras, a fama e a riqueza? Mas como conseguir a melhor parte dessa Elite que vive com sua paixão? Pouco pessoas...

A vida de uma prática desportiva de alto nível com frequência semelhante à de um Monge, fazendo sacrifícios, treinamento diário longas e intensas dietas. Sua vida familiar não é o Senhor ou Senhora Tout le Monde (não é uma vida simples): fins de semana são muitas vezes reservados para competições, as viagens são comuns...

Este é o preço à pagar por ser o nível mais alto... Um período curto e muitas vezes incerto sobre a carreira de um campeão. Curto, de acordo com as disciplinas (entre 15 e 25 anos), aleatório, dependendo dos Clubes, renovação de contratos. Os contratos que tem a duração determinada...

Tendo um passo à frente em Patricia Carvalho como atleta de alto nível demonstra que o próprio clube exclusivo de alto nível desportivo conta, na verdade, com poucos membros.

Alguns atletas, que muitas vezes, têm de pensar muito no início de sua conversão. A duração da carreira varia entre disciplinas, mas é geralmente bastante curto, por vezes abreviada por uma lesão fatal.

O punhado de eleitos sabem muito bem. Poucos são os atletas de Alto Rendimento que descobriram a sua disciplina de opção no futuro.

Patricia Carvalho sabe bem, e que se revelou na última WKF World Championship 2006 em Monterrey, no México com um 3º lugar em Kata por equipes. Na frente como seus estudos, sua família e o desporto com um percurso exemplário, é preciso tempo para conceder uma entrevista, para transmitir conhecimento, aprender, para abrir os caminhos inexplorados de sua Arte Marcial. Esta é uma entrevista cheia de emoções envolta com as cores do sol Baiano...

**Guy Sahri: Por que ter escolhido « Katá » no Karatê e não « Kunitê »?**

**Patricia Carvalho:**

*No início da minha carreira como atleta, era possível fazer parte das duas modalidades, tanto Katá quanto Kunitê, porém, com o passar do tempo, novas regras de competição foram implantadas, e com isso foi ficando mais difícil conciliar ambas as modalidades, então eu tive que escolher, e um dos fatores que me levaram a tomar essa decisão, naquela época, foi a minha altura: 1,56 e 54Kg, e também minha mãe que apesar de me apoiarem até hoje à prática do esporte, ficavam muito preocupados em eu não me « machucar ». Afinal em sempre era a menor da competição naquela modalidade...*

**« Quando entrei no Karatê... »**

**Guy Sahri: O Karatê é uma paixão?**

**Patricia Carvalho:**

*Com certeza o Karatê é uma das minhas grandes paixões, assim como minha família e meu marido. Lembro-me que em 1987 quando entrei no Karatê, minha mãe resolveu me colocar paralelamente*

*numa escola de Balet e até que eu gostava, afinal, como todo bom « Baiano », dançar faz parte da cultura, mas o legal mesmo era vestir meu Kimono e ir dar socos e chutes... (Risos)*

*Após alguns anos, naturalmente, o Balet foi perdendo espaço para o Karatê, mas posso te deixar claro que, a dança classica num geral também somou para o aperfeiçoamento constante da minha modalidade esportiva. O Karatê é simplesmente « demais »... (Riso)*

### **« Uma visão bem aplicada... »**

**Guy Sahri: Você pratica as técnicas, pensando em guardar o espírito da luta, na execução dos seus Katás?**

**Patricia Carvalho:**

*É claro que penso assim, afinal, Katá significa « luta imaginária ». Eu aprendi que ao executar um Katá com o Espírito de Luta é primordial. Uma visão bem aplicada, agressividade na aplicação « Bunkai », dos golpes. Enfim, o atleta, na minha concepção, deve transmitir uma realidade de que está verdadeiramente lutando, buscando estar o mais próximo da perfeição possível, guardando as técnicas corretas. Eu procuro apresentar um Katá, expondo minhas características que aprendi no decorrer dos anos aqui em Salvador, na Bahia...*

### **« Eu aplico isso na vida... »**

**Guy Sahri: Qual é o seu principal defeito?**

**Patricia Carvalho:**

*(Risos)... Certamente é a minha busca da perfeição. As vezes quando não consigo fazer alguma Técnica da forma e do jeito que estou idealizando, juntos ao meu Técnico Sr. Ubirajara Rangel Da Silva e meu marido, fico muito chateada. Agora, o lado bom desta « busca pela perfeição » é que eu aplico isso na vida, tanto nos meus estudos, quanto em minhas atividades, mas é preciso ter cuidado em saber administrar a dosagem da perfeição aplicada em cada área, afinal, não é todo mundo que gosta ou tenta ser perfeito. Às vezes me sinto como integrante do seriado « Monk » com Tony Shalhoub...*

**Guy Sahri: Qual é a sua principal qualidade reconhecida pelos seus Instrutores?**

**Patricia Carvalho:**

*Segundo meu Técnico, o Sr. Ubirajara Rangel Da Silva e meu marido, sou disciplinada e perseverante... Consigo traçar objetivos esportivos junto à eles e atingi-los. E na vida pessoal a mesma coisa, não desisto nunca enquanto não alcançar minha meta...*

**Guy Sahri: Como passa teus dias de treinamento por os Campeonatos do Mundo 2008 em Tóquio?**

**Patricia Carvalho:**

*Procurou ser uma excelente atleta individualmente, mantendo meus treinamentos diários, já planejados pelo organizador do meu Clube, aqui em Salvador, na Bahia. Estamos visando uma das competições mais importantes do Karatê, sendo que antes do Campeonato Mundial de 2008. Já estarei disputando o Campeonato Pan-americano Adulto que será realizado na cidade de Caracas no Venezuela e estarei representando o Brasil tanto no Katá Equipe.*

*Com relação ao Campeonato Mundial de 2008, a Seleção Brasileira decidiu que farei parte da Equipe Adulto Feminina, porem não decidiu ainda quem representará o Brasil na modalidade Katá Individual, nesta competição.*

*Nossa equipe encontra-se uma vez por mês na cidade do Rio de Janeiro ou São Paulo para treinamento durante 2 dias, visando o Campeonato Mundial de 2008!*

### « Aplicar meus conhecimentos... »

**Guy Sahri:** Quais são os objetivos que você gostaria de fixar hoje, para um futuro relacionado à sua carreira desportiva?

**Patricia Carvalho:**

*Antes de mais nada, pratico o Karatê para a vida, procuro aplicar meus conhecimentos no dia-a-dia, e tenho consciência de que um dia terei que parar de competir mas nunca parar de treinar... Passarei também meus conhecimentos hereditariamente, para meus futuros filhos e futuros alunos. Uma vez formada, trabalharei na área de Marketing Esportivo, não quero guardar tanta coisa boa que aprendi.*

### « Quase 100 alunos... »

**Guy Sahri:** As Mulheres tem sofrido por muito tempo com relação aos Homens, de todas as maneiras. E com relação à prática do Karatê, hoje, qual é a tua opinião sobre este assunto?

**Patricia Carvalho:**

*Comecei a praticar karatê em 1987 onde no meu primeiro clube só haviam 3 meninas, éramos: eu, e as duas filhas do professor, e os outros quase 100 alunos eram homens!! Eu não me recordo de ter passado por nenhuma situação constrangedora ou um tanto discriminada, a não ser os meninos « aliviarem », ao entrar em confronto comigo, pois na época eu fazia Kunitê e Katá, e como eram poucas as meninas, eu terminava tendo que treinar com meninos. Já na minha família, ninguém nunca questionou à respeito, inclusive meus pais sempre me apoiaram a prática de uma atividade física e desportiva, e desde pequena eu pude deixar claro que era o Karatê minha Arte preferida...*

**Guy Sahri:** A expressão de « Mulher, sexo frágil », continua no Karatê?

**Patricia Carvalho:**

*Do meu ponto de vista não, mas posso afirmar que a Mulher por ser mais emotiva, e mais sensível aos sentimentos do que o Homem. Talvez esse seja o motivo do tal « sexo frágil » mas não por praticar uma modalidade esportiva ou uma Arte Marcial que antigamente só era permitido aos Homens, só que cada vez mais as Mulheres vêm conquistando seu espaço dentro esporte e na vida...*

**Guy Sahri:** A Mulher dinâmica, desportiva, liberal e independente para o esporte, existe?

**Patricia Carvalho:**

*Com certeza, afinal a Mulher sempre teve a mesma capacidade mental e em alguns pontos « física » semelhante ao Homem, costumo afirmar que todo ser humano é 90% adaptação e apenas 10% vocação, o que eu quero dizer é que, tanto o Homem quanto a Mulher tem capacidade de ser independente, dentre outras qualidades, basta querer, e acreditar fortemente, pois o limite está dentro de cada um...*

### « A Mulher busca a leveza e carisma... »

**Guy Sahri:** Na prática do Katá, vemos as mulheres exprimir-se muito mais. O aspecto emocional é questão da personalidade feminina?

**Patricia Carvalho:**

*Sem sombra de dúvidas, o aspecto emocional e a sensibilidade transmitida durante a execução de um movimento dentro do Katá, na minha opinião é característica feminina. O Homem procura de certa maneira ser « mais forte » do que seu adversário, enquanto a Mulher busca a leveza e carisma dentro*

de cada execução. Eu pessoalmente procuro encantar com meu Katá, é como apresentar minhas características incorporadas em golpes de Karatê...

### « Ajudei uma senhora... »

**Guy Sahri: Você pratica o karatê na competição Katá e Bunkai. Você acredita que esta prática pode ser útil numa necessidade de defender-se na rua?**

**Patricia Carvalho:**

*Sim, por que o princípio do Bunkai é demonstrar a essência do Karatê com espírito de luta e dinamismo. No Brasil, no Estado da Bahia temos uma raiz bastante Tradicional, por isso temos uma característica própria, que é a uma certa « agressividade » na execução do Katá e principalmente no Bunkai... Houve uma situação em que eu fui abordada por um marginal, neste dia o Karatê me ajudou, pois mantive a calma, e com palavras de auto-confiança, e total controle da situação. Consegui fazer com que ele fosse embora com apenas um vale-transporte – cerca de R\$2,00 – caso contrário eu teria que entregá-lo todo meu salário que estava na bolsa. Quando percebi que o marginal tinha se afastado, chamei um táxi, e ainda ajudei uma Senhora que também estava no local, que no desespero entregou tudo. No fundo a vontade que eu tinha era de chutar a cabeça dele. Mas como ele estava armado, achei melhor não revidar. O que mais me impressionou nesta situação foi eu ter conseguido pensar tão rápido em tanta coisa, raciocinar no momento de um susto e principalmente tomar a decisão certa para aquela situação. Só posso dizer uma coisa: « obrigada meu Deus por fazer de mim uma mulher e poder praticar uma modalidade esportiva que exige tanto do nosso corpo, mente e espírito »...*

### « Ganhar é apenas uma consequência... »

**Guy Sahri: O que você acha que lhe permite vencer os seus concorrente?**

**Patricia Carvalho:**

*Eu procuro apresentar o Katá da forma que eu treinei, é claro que faço uso de estratégias de competição com o intuito de vencer o adversário, aflorando minhas características, mas o que me deixa extremamente satisfeita é conseguir apresentar meu trabalho com perfeição, ganhar é apenas uma consequência. Uma das coisas que mais admiro nas minhas execuções é a elegância, a postura. Um Katá que deixa isso em evidência – que eu amo de coração – é o Gojushiho-Dai...*

### « O segredo está na divulgação... »

**Guy Sahri: O que você acha necessário para que as competições Katá apresentem mais interesses?**

**Patricia Carvalho:**

*Sou uma futura publicitária e na minha opinião o problema não é o Katá ser interessante, mas sim, despertar o interesse das pessoas em assistir o evento. O segredo está na divulgação da informação que deve ser de forma persuasiva, uma maneira convidativa de mostrar que o público gosta de ver karatê, seja katá ou kumitê. Talvez uma breve comparação entre os muitos filmes de ação que se utiliza de Karatê na hora da divulgação, apresentar de maneira simples e interessante o que é Katá. A saída não é mudar as coisas para agradar alguém, mas mudar o alguém para as coisas se tornarem agradáveis...*

**Guy Sahri: O que você pensa sobre o Karatê daqui há alguns anos?**

**Patricia Carvalho:**

*O Karatê competitivo só tem evoluído. Minha preocupação é que o esporte um dia perca suas reais características e se torne uma outra modalidade esportiva. Sou adepta ao Tradicional, mas flexível quanto à evolução em alguns aspectos. Por exemplo, alguns movimentos de certos Katás foram sutilmente alterados, mas isso não faz com que se perca as características do mesmo, só torna ele um pouco mais « bonito de se ver ». Agora, sinceramente, daqui à alguns anos eu penso no Karatê como uma modalidade Olímpica, e meus filhos fazendo parte desta grande festa esportiva, e eu claro, torcendo por eles... (Risos)*

**« Nossa eterna busca de patrocínio... »**

**Guy Sahri: Você é uma grande competidora, pois até agora detém títulos Internacionais e uma excelente colocação por Katá Equipe no Campeonato Mundial 2004. Qual a sua impressão agora, que você está mais próximo dos melhores do mundo?**

**Patricia Carvalho:**

*Para mim foi uma surpresa muito grande... Eu sempre soube que poderíamos um dia, chegar a subir num podium em Campeonato Mundial, por que, mesmo eu e minhas colegas de equipe sendo « excelentes » atletas individualmente. Na época, duas de nós morávamos na Bahia e a outra em São Paulo. Para você ter uma noção de distância, um vôo direto entre esses estados dura cerca de 2 horas. E nossa grande dificuldade sempre foi e ainda é, nos encontramos para treinar, pois isso só acontece uma vez por mês e dura apenas 2 dias, sem contar a nossa eterna busca de « patrocínio » para ajudar nas despesas com hospedagem, alimentação e traslado, com isso terminamos nos limitando a escolher algumas competições que caibam em nossos orçamentos...*

**« Pela saúde física e espiritual... »**

**Guy Sahri: Você pensa, com o tempo, que o seu Karatê seja mais Tradicional ou mais Desportivo? Permanecerá sempre uma lutadora na alma?**

**Patricia Carvalho:**

*Todo atleta tem uma vida útil como competidor. Um dia não serei mais uma competidora com tanto vigor quanto sou agora, mas serei uma espectadora, com certeza...*

*Sou adepta ao Tradicional como treinamento, por simplesmente ser mais saudável. Na minha opinião o auto-rendimento, essa coisa, de exigir do corpo além do que ele pode, é um tanto prejudicial à saúde. Prefiro praticar esporte pela saúde física e espiritual, pois sempre pratiquei em primeiro lugar, o Karatê para a vida, e a competição é só uma maneira de dar adrenalina e emoção ao corpo e à mente. Uma sensação que só quem é atleta sabe...*

*Eu gostaria de fazer alguns agradecimentos. Em primeiro lugar à Deus por me fazer acreditar nas coisas boas que a vida proporciona, aos meus Pais pela vida que me foi concebida, ao meu marido Fabrice Chiron que é minha mola propulsora nos treinamentos... Meu « patrocinador » após meu Pai Geraldo, que chegou a vender seu carro para que eu viajasse aos 17 anos para o meu primeiro Campeonato Mundial realizado na África em 1996, onde fiquei em 4º Lugar! Também agradeço ao meu Técnico Sr. Ubirajara Rangel Da Silva onde treino a 11 anos, aos meus familiares e amigos que por muitas e muitas vezes fizeram a tradicional « Vaquinha » – arrecadação de dinheiro – para que eu pudesse viajar e competir, o meu « muito obrigada de acreditar » de coração a todos. Eu devo a cada um de vocês uma parte de cada medalha conquistada nesses meus quase 22 anos de prática...*