Foto: JENNIFER LAST

CAPOEIRA. Capoeiraföreningen i Alingsås besökte Storken under lördagen för att visa upp den afrobrasilianska kampsporten.

Vill locka alingsåsarna till kampsporten

ALINGSÅS: **Under lördagen ville man locka folk till att börja träna capoeira och judo. Detta gjordes i form av ett uppvisningar på Coop, Storken och Maxi.**

Capoeiraföreningen håller till i sex svenska städer, och Alingsåsgruppen är den äldsta. Mellan klockan 11 och 14 i lördags tillbringade föreningen sina timmar med att visa upp vad capoeira faktiskt är. Deras ambition var att få unga engagerade i kampsportsvärlden och börja träna, och på så sätt få fler folk till Alingsås föreningsliv.

– Vi vill visa hur roligt det är. Folk behöver röra på sig, och dessutom inse att det inte alltid går så snabbt. Man måste ha tålamod för att uppnå resultat. Det här är ingenting du lär dig på en vecka, säger Martin Blad, som har varit tränare i föreningen i 15 år.

Hitta kommunikationen

Capoeira handlar mycket om att utmana varandra. På samma sätt som i exempelvis judo använder man olika färger på band för att kunna ha en referens till var man är i sin träning. När man tränar capoeira måste man hitta en kommunikation.

– Man måste ha en ömsesidig överenskommelse och alltid spela med varandra oberoende av hur mycket man kan och hur duktig man är, säger Martin Blad.

Kontrollen i judo

Även Alingsås judoklubb var på plats på samtliga ställen för att visa upp sin sport. Även här kan man se hur långt man har kommit i sin träning genom färgen på bältena. Ju mörkare, desto högre upp på stegen har du kommit. Och liksom inom capoeiran gäller det att läsa varandra och hitta någon form av kommunikation i judon. Man bör ha en fallteknik såväl som kontroll på kastet.

– Judo handlar väldigt mycket om att lära sig. Inte bara tekniken utan sig själv. Sin disciplin och sitt omhändertagande, säger Carlos Vales, tränare i Alingsås judoklubb sedan 15 år tillbaka.

JENNIFER LAST

CAPOEIRA

» **CAPOEIRA** har inslag av musik, dans, akrobatik, kultur, kamp och filosofi, och är en afrobrasiliansk kulturtradition och kampkonst.

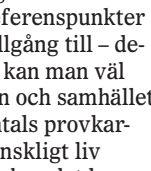
» **KAMPDANSEN** karaktäriseras av konstant rörelse, svepande och cirklande slag och sparkar. Den innehåller även mycket handstående, volter och hjulningar.

» **CAPOEIRAFÖRENINGEN** i Alingsås tränar tisdagar, torsdagar och söndagar varje vecka i Gustav Adolfsskolan.

Foto: JENNIFER LAST

TEKNIK. Inom judo gäller det att hitta en fallteknik såväl som att ha kontroll på kastet.

PSYKOLOGSPALTEN



med Anders Almingefeldt

Alla bidrag kring förståelsen av oss människor är välkomna

Det finns stora hål i alla teorier. Hål stora nog att trilla ut ur, ned genom, och ut i något annat – kanske in i en annan teori. Verkligheten förmår till slut inte längre omslutas av den gamla ordningen. Förvirring, instabilitet och några ögonblick av förtvivlan – tills en ny blick förmår lägga allt till rätta: ett paradigmskifte. Det skrev den amerikanske vetenskapsteoretikern Thomas S. Kuhn en hel bok om. Något nytt bryter ständigt fram; människans natur är inte att stå helt blickstilla och tänka samma tanke – om och om igen. Hon måste vidare. Världen ändrar ständigt skepnad.

Då förslår det inte långt att lite cyniskt skrocka att allt nytt bara är illa tänkt, och bli sittande där likt en kvarglömd semla, som saggat ihop sig, en del av det nya är ju de facto nytt – och riktigt bra. Vissa teorier, även om de bara återger en begränsad aspekt av verkligheten, vidgar ju vår självförståelse på ett bra sätt. Kring en möjlig eller befintlig psykologi. Som ytterligare en pusselbit.

Detta är viktigt, och glädjande. Inom den extra krångliga vetenskapen psykologi – där objektet för vetandet är oss själva, där lika skall förstå lika – finns ju en aspekt som saknas inom till exempel fysiken; när astronomen Copernikus pekar ut solen som den centrala himlakroppen, som de andra cirklar kring, är det ett relativt oberoende faktum, varken solen eller jorden är mottaglig för människans bild av dem. Att jorden, utifrån en teori utformad av en människa om dess centrala plats, skulle ta intryck och få för sig att byta plats med solen är bara möjlig som en rolig spekulativ tanke – det kommer aldrig inträffa.

Men inom psykologin är allt möjligt. Teorierna utgör inte bara en beskrivning av en befintlig empiri, de utgör också förslag på sätt att vara människa på. En provkarta. När en ung människa serveras den för tillfället rådande förklaringen till varför han eller hon känner ångest, och hur det tillståndet skall hanteras, så blir det också en verklighet där och då. Teorier skapar verkligheter, de avbildar inte bara – så är det inom psykologin. Ett inre landskap namnges – och vi förstår sedan oss själva med dessa ord. Människan är inte fix och färdig, hon är inte en himlakropp. Vi bör ständigt utmanas med nya utgångspunkter för att förstå oss själva, för att hindra att vi alltför girigt griper efter och sedan förblir sittande med de mest lättköpta endimensionella förklaringarna kring vår personlighet och vårt beteende.

Varje teori bär därför på sitt eget värde – inom psykologin. Oavsett vilka brister, och allmänt torftiga resonemang som de nya teorierna än innehåller, så bidrar de i alla fall till mångfalden. Många röster skall höras, många tankar skall tänkas. Ju fler referenspunkter människor har tillgång till – desto bättre. Sedan kan man väl tänka att kulturen och samhället innehåller miljontals provkartor på vad ett mänskligt liv kan innehålla och hur det kan förstås. Det är bara att göra sig öppen och mottaglig. Det önskar jag alla, särskilt alla unga människor, så att de i sin tur bidrar till mångfalden – och en dag kanske själva utarbetar nya känsliga och begåvade psykologiska teorier om oss människor. Som en gåva till oss äldre med en stelnad psykologi.

Jag gläds redan åt den dagen, tjugo-trettio år på förhand. Då jag med förvåning möts av ett nytt sätt att förstå vår psykologi, där jag sitter på ett sjukhem i Alingsås märkt av ålder, eller halvligger därnere på den spanska solkusten inväntande nästa bouleparti, med en solbränna som inte riktigt förmår dölja mitt nedsupna tillstånd. En ny blick på vårt inre, och plötsligt: uppstigen från de döda, levande igen.

ANDERS ALMINGEFELDT

Äldreboenden fick trubadurbesök

ALINGSÅS: **Det bjöds på musik från mitten av 1900-talet när Martin Persson kom till Noltorpsgården under måndagen. Ett tiotal damer och herrar bjöds på sånger med influenser från USA, Kuba, Trinidad och Tobago.**

Trubaduren Martin Persson var på besök på flera äldreboenden i Alingsås under måndagen. Strax innan lunch besökte han Noltorpsgården där de boende fick lyssna på hans sång och musik. Många av låtarna som spelades kom från 1950-talet men vissa från så tidigt som 1920-talet. Bland originalartisterna fanns Siv Malmqvist, Björn Afzelius, Elvis Presley och Anita Lindblom med låtar på engelska och svenska och influenser från flera hörn av världen.

Publiken var lite svår att få igång på Noltorpsgården men efter ett par låtar blev det uppenbart att sångerna uppskattades och applåderna följde därefter.

Lärare och trubadur

Martin Persson kommer från Varberg men bor i Sandared. Han är lärare i ämnet musik men spenderar majoriteten av veckan åt att spela musik för olika publiker.

– I nio av tio fall spelar jag på äldreboenden, säger Martin Persson. Min pappa jobbade som fastighetsskötare och hjälpte mig att börja spela där.

Det är inte alltid lätt att hitta en publik att spela för. Olika kommuner lägger olika mycket resurser på underhållning och vissa lägger nästan ingen tid alls. I Stockholmsregionen är det inte svårt att hitta ställen att spela på och i Bohuslän är det svårare. Alingsås ligger någonstans där i mitten, vilket gör det möjligt med ungefär ett besök om året.

Till nästa spelning

Efter spelningen på Noltorpsgården gav Martin Persson sig iväg till Bjärkegården i Sollebrunn och till Brunnsgården i Alingsås efter ett besök på Tuvegården under morgonen.

JOEL OSCARSSON
0322-67 00 40
red@alingtid.se

Foto: JOEL OSCARSSON

UNDERHÅLLNING PÅ NOLTORPSGÅRDEN. Martin Persson sjöng på fyra äldreboenden i Alingsås och Sollebrunn.