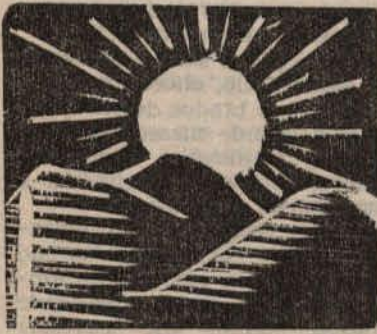


# algumas vantagens do Desporto



Sempre foi uso entre a curiosa fauna intelectual, conceder à *vil carcassa* uma espécie de desprezo, como se fosse ela a culpada de eles não se conseguirem elevar às estratosféricas regiões da pura espiritualidade.

Era o período áureo do espiritualismo, o reinado do antagonismo espírito-matéria. A adoração do espírito puro, quer nas artes, quer nas religiões, trouxe como consequência ser o corpo olhado como um pesado fardo que eles procuravam ignorar. Floresciam por isso os intelectuais sebestos, os místicos que se torturavam na ânsia de purificarem o espírito; e todos eles imantavam na ignorância até dos mais elementares preceitos do azeite.

Mas agora,—que a ciência se tem empenhado em demonstrar toda a falsidade de tal conceito, provando de acordo com a dialética que tal dualidade é um dos vícios que a metafísica imprimiu ao pensamento, e que matéria e espírito se encontram no prolongamento uma do outro—devemos deixar esses últimos vestígios dum mundo que desaba, aos que teimam ainda em habitá-lo, e passar adiante.

E pugnaremos então pela realização dum homem integral, instrumento consciente do papel de modificador do seu meio, que não se refugie no mundo do espírito puro que viva o mundo dum Einstein, dum Romain Rolland, mas que isso não seja pretexto para se evadir daquele onde vivem o nosso sapateiro e o varredor da nossa rua. Queremos um homem que tenha consciência da sua função e eficácia sociais, e portanto que procure aperfeiçoar-se integralmente de modo a totalizar o máximo das suas possibilidades técnicas e sociais.

É um homem que não reconhece no fortalecimento do seu corpo uma das necessidades primeiras, não pode de forma alguma atingir a realização de todas as suas capacidades.

Por isso o desporto não pode ser considerado actividade efémera ou simples passatempo, mas tem, pelo contrário, de ser olhado como elemento preponderante na defesa contra as nefastas consequências inerentes à mecanização do trabalho e ao inevitável sedentarismo de certas ocupações.

Esse sedentarismo forçado dos empregados de escritório, dos estudantes, e da quasi totalidade dos operários, metidos numa sala escura, respirando um ar já servido e repetindo até ao infinito um reduzido número de movimentos, perturba gravemente as funções de nutrição, faculta a instalação das afecções pulmonares, cardíacas e vasculares, do artritismo e de tantas outras doenças.

E todos nós sabemos como as deficientes condições higiénicas e alimentares depauperam as classes trabalhadoras esgotando-lhes o potencial energético indispensável para reagir à acção vulnerante das afecções patológicas.

Ora pela prática racional do desporto, o organismo pode colher intensa melhoria, aumentando, pelo fortalecimento de todos os órgãos, a capacidade de resistência às doenças, concomitantemente com a sua capacidade de trabalho.

Infelizmente, esta função do desporto, na maior parte dos operários é ineficaz, visto que o depauperamento físico consequente ao excesso de trabalho e à alimentação deficitária é levado tão longe que sobre estes organismos a acção do desporto é, por vezes, contra-producente. Mas... *This is another story...*

Todavia, não são só de natureza puramente biológica os proveltos que o homem pode extrair do desporto. A sua acção benéfica é também dilatada nos campos mental e sociológico.

A inter-relação existente entre as funções do espírito e as funções corporais explicam satisfatoriamente o melhoramento que o desporto pode trazer às funções qualificadas de meramente espirituais.

No trabalho escolar isto é particularmente notório. Assim é que na Alemanha, na França, na Checo-Eslovaquia, se concluiu que a capacidade de assimilação intelectual dos alunos aumenta extraordinariamente após as lições de ginástica.

Evidentemente que se trata duma ginástica racional, em

que os jogos ocupam um importante lugar, interessando as crianças e desenvolvendo-lhe as tendências sociais. Não uma ginástica de puro decalque militarista, olhada mais como um espectáculo do que como um factor de aproveitamento global.

Em experiências feitas em Lião sobre um curso de trinta raparigas de dez a doze anos recrutadas entre as menos favorecidas física e intelectualmente constatou-se, após seis anos dum programa criteriosamente escolhido, em que a ginástica, os jogos e os cantos ao ar livre tinham um papel preponderante, a melhoria integral do curso que era conhecido com o nome de Curso de Saúde, e em breve tempo elle ultrapassou em aproveitamento os restantes, conseguindo simultaneamente as crianças robustecer sobremaneira os seus organismos enfraquecidos.

Como orientador da formação moral das crianças, o desporto, principalmente debaixo da tão sedutora forma de jogos, é indispensável nas escolas onde a pedagogia é bem compreendida. Os jogos de equipa são especialmente incitadores das tendências sociais da criança e do homem guiando-os para a camaradagem, abatendo-lhes os exageros do individualismo e mostrando-lhes bem que se devem sujeitar às necessidades e aos interesses da equipa.

Portanto, se quisermos que o nosso organismo e o nosso mecanismo espiritual trabalhem eficazmente, se quisermos atingir o máximo da nossa actividade intelectual, não nos podemos limitar a estudar, refugiados no fundo duma biblioteca. Teremos de descer aos campos de desporto, aos ginásios, teremos de mergulhar os nossos corpos no mar ou no rio, ou de saltar para uma bicicleta e procurar nos campos a pureza de ar que a cidade nos recusa.

FERNANDO SEABRA



## “Sol Nascente” e a imprensa

—O nosso Comentário «Panorama Intelectual Português» foi transcrito pelo *O Diabo* e pelo *Jornal de Ilhavo*.

—No *Noticias de Évora*, José Brandão, na sua secção *Respigado*, transcreveu de *Sol Nascente*: uma passagem do artigo do nosso camarada Rui Monteiro sobre *Erich Maria Remarque*; o nosso eco *A Oeste nada de novo*; e o artigo do nosso camarada Fernando Seabra—*Cinema: Documentários*.

—No *Trabalho* de Vizeu, Daniel transcreve do nosso n.º 40 o n.º 2 da secção *Na linha quebrada da nossa época...*

—O diário *A Ilha* de Ponta Delgada transcreveu o poema

## “Recarte”

Esta organização, dentro dos fins de informação que se propôs, tem-nos prestado bons auxílios. Os nossos agradecimentos.

*Inverno* do nosso colaborador Manuel da Fonseca.

—Outros jornais e revistas se têm referido à nossa revista com palavras de incentivo e camaradagem, transcrevendo muitos deles frequentemente os nossos sumários.

—Agradecemos vivamente.

## 3.ª Exposição Independente dos alunos de Belas Artes do Pôrto

Realiza-se no Salão Silva Porto na primavera de 1940 a III exposição independente dos alunos de Belas Artes, que, à imagem da última exposição realizada em 1931, promete ser uma exuberante afirmação de arte moderna e apresentar publicamente o que pensam e sentem os alunos de Belas Artes, fóra dos academismos e da rotina dos consagrados.