



40° JUDO SAMURAI

CONVEGNO

“il Judo e l'educazione”

Sala convegni Hotel Federico II - JESI
SABATO 9 APRILE 2022

Programma:

- Ore 10:00 PRESENTAZIONE OSPITI E RELATORI
- Ore 10:15 **ALFREDO VISMARA**, Maestro di Judo
“educare con il Judo”
- Ore 10:30 **FEDERICO FLAVIANELLI**, Atleta di Judo
“la scoperta dello sport”
- Ore 10:45 **CARLO CLEMENTI**, Genitore di Judo
“il punto di vista della famiglia”
- Ore 11:00 **LUCIA MORICO**, Bronzo Olimpiade Atene 2004
“la mia esperienza...”
- Ore 11:15 **FRANCO BIAVATI**, Dirigente Discipline Orientali UISP
“il valore aggiunto delle arti marziali”
- Ore 11:30 **CLAUDIO COPPARI**, Dirigente Judo Samurai
“il nostro Progetto”
- Ore 11:30 - 12:00 Domande, risposte e interventi

Interverranno gli OSPITI:

- Dott. FABIO LUNA, Presidente CONI Regionale
- Dott.ssa GIORGIA LATINI, Assessore allo SPORT Regione Marche

Il valore aggiunto delle arti marziali

Franco Biavati

Siamo in periodo di emergenza, anzi di pluri emergenza: pandemia, guerra, inflazione/rincari ... e questo polarizza giustamente la nostra attenzione, facendoci, però, talora sottovalutare le emergenze del domani prossimo.

Sappiamo che parte della salute degli italiani si lega al loro stile di vita, ivi compreso la loro pratica motoria. Il recente rapporto dell'Osservatorio di Banca IFIS (ma indirettamente anche il rapporto SVIMEZ), dichiara che neanche un italiano su tre pratica sport, solo il 27 % della popolazione maggiorenne. E quel che è peggio è che più della metà degli sportivi attivi ha almeno 45 anni. I giovani fanno sempre meno sport. Avanza l'obesità giovanile, la sedentarietà, arretra la pratica femminile, si allarga la forbice tra Nord e Sud, sia per gli indici della salute che per quelli dell'impianistica. In cinque regioni del Sud sono più i sedentari che gli sportivi. Le aree con più disoccupazione, un tempo motore di rivalsa sociale attraverso lo sport, sono quelle con meno possibilità di fare attività. Siamo il quinto Paese più sedentario d'Europa, e siamo un paese del G7 con poco presidio nella scuola primaria, tranne per qualche eccezione di singole Regioni, ma non c'è un intervento di sistema. La pandemia ha certamente aggravato una situazione che era già grave; scontiamo limiti e ritardi culturali e strutturali.

Pur rappresentando il 3,6% del PIL; pur essendo un elemento fondamentale del welfare; nonostante sia un accertato “corpo intermedio”, così utile in tempi di crisi degli “istituti primari”; nonostante tutto questo, lo sport, la cultura motoria, in questo paese, ancora non riesce ad avere la giusta considerazione.

Molta pratica sportiva è lasciata all’iniziativa individuale o alle società sportive, allo sport di base, par’altro pochissimo sostenuto. Noi rientriamo in questa categoria semi-invisibile, ma dobbiamo esserne orgogliosi. Dobbiamo essere consapevoli dell’importanza del nostro ruolo. Siamo importanti nel campo vasto della pratica fisico-motoria. Le arti marziali hanno uno specifico che in qualche modo è un valore aggiunto.

Spesso le arti marziali vengono considerate come discipline individualistiche. È una convinzione errata. Anche se è vero che c’è un tratto del percorso individuale, che tutti i grandi maestri hanno individuato come luogo del *rafforzamento* (ovviamente non solo fisico). Del resto solo se si è abbastanza *forti* (comprendete il termine) si può sorreggere un altro.

Nell’*Hagakure* e ancor di più nell’opera di *Musashi* compaiono regole molto chiare ed imperative dal punto di vista etico e comportamentale, le stesse, che molti anni dopo, nell’occidente, furono assunte dal *codice cavalleresco*. Non dimentichiamo che l’imprinting delle arti marziali avviene nei templi, prima Taoisti e poi Buddisti, la cui spiritualità ha guidato la formazione dei *monaci guerrieri*. La contestualizzazione sociale Confuciana ha fatto il resto.

Anche per chi non sa nulla di tutto ciò, attraverso una buona pratica, di una autentica arte marziale, ha inevitabilmente assorbito, almeno parte, di questa filosofia, anche se non esplicitata.

Regole e precetti hanno sempre fatto parte integrante della formazione nelle arti marziali, ma Jigoro Kano è andato ben oltre, ne ha fatto un *sistema educativo*. Dire questo oggi sembra banale ma nessuno a quel tempo si era nemmeno sognato di legare una pratica fisica, guerriera, ad uno sviluppo complessivo della persona: *corpo, mente, cuore* (Shin gi tai). Era avanti? Oh sì! Per certi aspetti è avanti ancora oggi.

Queste poche parole per dare l’idea che le arti marziali non sono solo un’attività fisico-motoria, non sono solo uno sport, non sono solo un insieme di indicazioni metodologiche o regole di gioco. Siamo di fronte ad un impianto immenso e profondo, un messaggio universalistico capace di creare un cittadino consapevole ed utile al contesto sociale.

La “tradizione” non è l’archeologia di una disciplina marziale, ma la sua chiave di lettura, il DNA, che può evolvere, ma dal quale non si può prescindere. Non tutte le ere sono uguali e egualmente produttive: è irripetibile, per esempio, il periodo attorno al 500 a.c. quando furono coevi Socrate, Siddharta e Confucio, così lontani fra loro, ma con una incredibile affinità e

profondità di pensiero e posero le pietre fondanti della filosofia; allo stesso modo, per le arti marziali, fu un periodo magico tra la fine dell'800 e le prime decadi del '900 in quell'angolo di oriente.

Ho intitolato questo mio breve intervento "*il valore aggiunto delle arti marziali*", ossia, in che modo può fare la differenza lo studio dell'arte marziale (ho già definito il perimetro). Come possono essere di qualche aiuto?

Accennerò velocemente due temi: la fragilità ed il conflitto.

La fragilità

La pandemia ci ha mostrato, se mai ce ne fosse stato bisogno, quanto siamo fragili, in equilibrio precario, tenuti assieme da un insieme instabile di zeppe economiche, sociali, relazionali, abitudini ... tutte cose esogene, esterne da noi, sulle quali non abbiamo sempre il controllo. Ghandi aveva provato a spiegarci che (la dico così): *potremmo anche bastarci*. Praticare bene un'arte marziale ci propone un viaggio dentro di noi; ci permette di conoscerci. Il corpo non mente e non possiamo mentire a noi stessi alla lunga. Questo può essere anche scomodo o talora doloroso ma nei momenti di crisi non ci fa trovare disarmati, con maggiore probabilità sappiamo come reagire e trovare le energie necessarie. Questo lavoro non è comparativo, ma assoluto. Conoscere noi stessi, volerci bene, saperci rafforzare e valorizzare. Non è l'unico modo, ve ne sono altri, dalla meditazione a percorsi auto realizzanti, ma noi conosciamo questo. Ed è obbligo precisare che sto parlando di una pratica continuativa, intensa, consapevole, sotto la guida di un bravo maestro e affrontando integralmente l'arte marziale e non solo qualche stralcio.

Il conflitto

Ci sono due tipi di conflitto:

- uno prevede la distruzione di una delle parti o di tutte le parti;
- l'altro predispone ad un confronto che ha lo scopo, parafrasando Eraclito, di divenire ad una sintesi superiore.

La filosofia delle arti marziali non è un vago buonismo ma la forza di una convinzione che contiene l'onestà intellettuale di vedere anche le ragioni altrui. Quando nel processo formativo si dice che il primo contendente siamo noi stessi, intendiamo che dobbiamo superare i nostri limiti, ivi compresi egoismi, miopie, egocentrismi ... fare i conti con le proprie paure ci permette di vedere più lucidamente e non agire in maniera irrazionale. La civiltà di un popolo si misura attraverso il suo sistema educativo, profondo, plurale e libero. Nell'era moderna si è investito di più sul sistema educativo ma su quello intellettuale, non lo si è fatto parimenti su quello

emotivo, anzi molti non ne riconoscono nemmeno il valore. Invece è fondamentale; per questo vediamo anche persone colte non in grado di gestire situazioni. Il processo emotivo in buona parte passa dal corpo. Le arti marziali, con molta cautela, si propongono anche questo. Non sto parlando solo dell'educazione ai buoni sentimenti o alla gestione delle proprie reazioni – cose importanti - ma del fare i conti con sentimenti profondi, ancestrali, collocati nella parte più antica del nostro cervello, dove risiede l'*eros* ma anche il *tanatos*, la nostra volontà costruttiva e distruttiva/autodistruttiva. Le arti marziali si ponevano non solo l'obiettivo di una elevazione culturale della persona ma anche quella antropologica. Temo che questa ambizione, se esiste ancora, sia relegata a poche nicchie, ed è un vero peccato, oggi di questo equilibrio ce ne sarebbe tanto bisogno.

È avvilente vedere come di fronte ai fatti di queste settimane la storia sembri tornare indietro.

Per finire, se mi posso permettere, darei un solo consiglio a chi pratica arti marziali Spazzare via le sovrastrutture, tipicamente occidentali, e contemporanee. Sento spesso i ragazzi attorcigliarsi in quesiti o considerazioni superficiali, inutili o dannose. Togliamo di mezzo molta di questa roba, dobbiamo ritrovare l'essenza, quindi

praticiamo, praticiamo, praticiamo.

Grazie