

Novembre 2021



NEWSLETTER DISCIPLINE ORIENTALI

La voce del tao

Andrà tutto bene (?)

La lunga notte della pandemia non è ancora finita. Siamo passati attraverso la retorica dell' "andrà tutto bene" e "ne usciremo migliori". Nessuna delle due. Non è andato tutto bene, abbiamo pagato un prezzo alto, alcuni altissimo. A parte il primo lockdown dove si respirava un'aria di solidarietà, di comunità, ben presto ha prevalso il sentimento individuale. Vorremmo tornare alla "normalità", ma ancora non possiamo, ce lo ricordano le facce senza volto coperte dalle mascherine, ce lo ricordano le paure su cosa potrebbe ancora succedere, ce lo ricordano le divisioni sul *green pass*, gli scontri sociali. Eppure settant'anni fa, nel dopoguerra, nonostante il paese fosse devastato, questo paese, questo popolo, ha dato il meglio di sé, ha fatto comunità, si è stretto nella ricostruzione fisica e morale. Perché oggi non è andata e non sta andando così? Gli analisti avranno da dibattere

a lungo su questo fenomeno. La mia impressione è su questo punto che ci siamo arrivati diversi: la nostra era già una società decadente. Allora c'erano ideali forti, diversi ma confluenti, oggi no, non c'è una *vision*, è davvero come dice Benasayag, il "periodo delle passioni tristi". La guerra è stato un dramma per tutti, la pandemia no. C'è chi è rimasto garantito e chi no. Chi addirittura ha visto incrementare i propri profitti. La sofferenza non è stata uguale per tutti. E se anche c'è stato qualche sussulto di umanità, appena passata la buriana siamo tornati ai nostri egoismi, alle nostre indifferenze, alla gestione intima delle nostre paure. Si sa che la storia non viaggia in linea retta. Se prendiamo in considerazione lunghi periodi storici vediamo un progressivo miglioramento, ma in questi segmenti c'è un andamento discontinuo, avanzamenti e recessioni, stasi A parte qualche vocazione ambientalista, quali sono i grandi ideali di questo tempo? Qual è

la visione (utopica) di una società del futuro? A cosa si dovrebbero appassionare i giovani? Da tempo Galimberti dice che c'è "una perdita di gravità valoriale". E in questo tutti sono chiamati a sedere sul banco degli imputati: la famiglia, spesso assente, distratta o inadeguata; la scuola, incapace di attrattiva e progettualità; lo stato, spesso insipiente e burocratico; la politica, incapace di dare una visione del futuro, prevalentemente dedita alla propaganda e alle personali carriere; gli ordini confessionali, in trincea a difendere le loro vecchie rendite, salvando un minimo di filantropismo e carità. Cosa rimane? Forse i corpi intermedi, l'associazionismo, non con enorme vitalità, ma qualcosa c'è. Noi siamo lì, e occupando il nostro pezzettino possiamo fare poco, ma in questo quadro è un poco molto prezioso, e allora forza, coraggio, al lavoro!

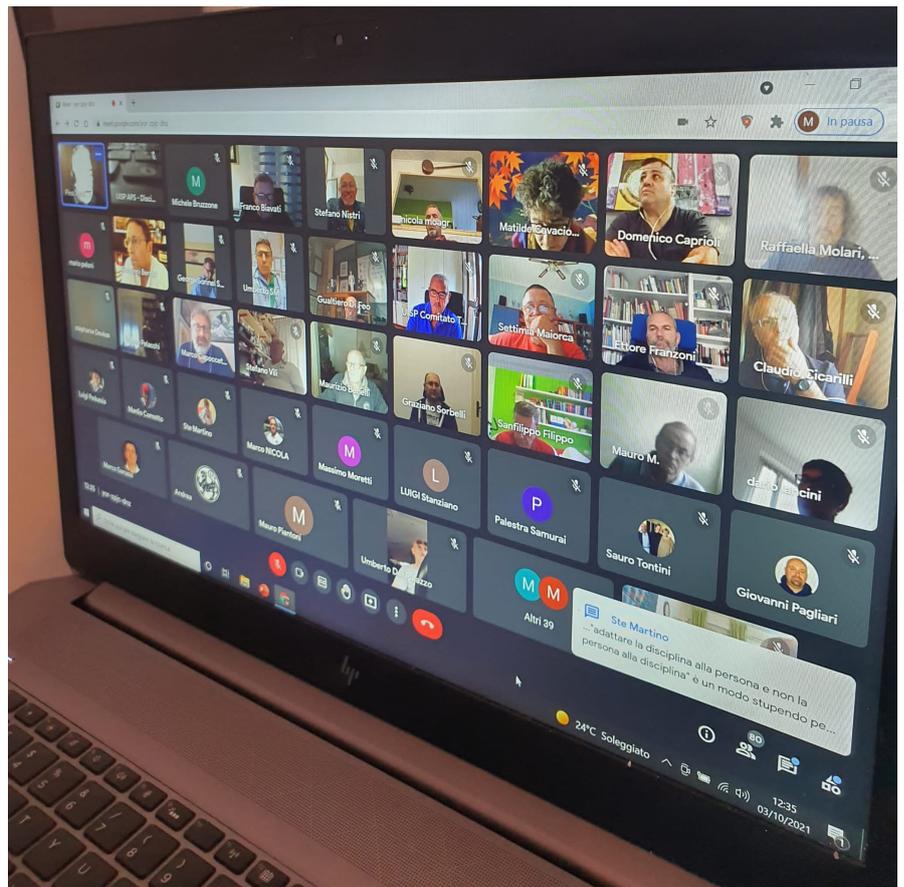
Franco Biavati

Sommario

- Il seminario dirigenti DO
- Il seminario formazione Insegnanti
- Il Judo di *Lino Bellodi*
- Il Trofeo delle Regioni (Karate e Judo)
- Kinomichi, Kail, Kung Fu M° Tong
- I Formati DO UISP
- Cosa ci siamo persi? Del M° Pino Tesini
- "Poematica del principio" del M° Mori. Recensione del Prof. Sergio Raimondo

Il Seminario Dirigenti DO del 3 ottobre 2021

La nostra organizzazione (ADO prima e SdA DO poi) ha sempre avuto ben chiara l'importanza che riveste un gruppo dirigente motivato e preparato. La complessità di una struttura con 25 settori diversissimi tra loro e interna ad un'Associazione grande e solidamente organizzata come la UISP può generare spinte centrifughe difficilmente governabili se non si ha cura dello spirito di appartenenza e del riconoscimento del valore di ogni disciplina. Questa consapevolezza ci ha permesso di superare con serenità i cambiamenti dovuti alle modifiche statutarie e mantenere alta la cura per le attività. Un'altra prova ci attende: la pandemia da covid 19 ha messo in ginocchio il mondo sportivo e la ripresa sarà faticosa per molte ASD. La responsabilità che ha il quadro dirigente è quella di saper essere vicino e supportare sia i territori che i settori. E' da queste considerazioni che si è pensato di non lasciare al caso la preparazione dei nostri dirigenti ma avviare un percorso di accompagnamento per l'acquisizione di conoscenze e competenze rivolto non solo ai tecnici ma a tutti quelli che hanno un ruolo di responsabilità nella nostra Struttura. Il primo appuntamento lo abbiamo avuto domenica 3 ottobre con un seminario online. La scom-



nessa era rischiosa: la forma online di per sé non è entusiasmante e un incontro alla domenica e per di più tutto il giorno è decisamente impegnativo. Posso tranquillamente dire che la scommessa è stata vinta. La partecipazione ha avuto punte tra le 90 presenze del mattino e le 80 del pomeriggio e, cosa non abituale in queste situazioni, c'è stato un assoluto rispetto dei tempi. Erano previsti e ci sono stati dieci interventi che hanno spaziato dalla politica sportiva e associativa a tematiche amministrative e organizzative, ad argomenti pedagogici e didattici. L'organizzazione della nostra SdA è stata esaminata sia dall'interno sia nel contesto UISP e sociale. Una nota particolare merita il "faccia a faccia" (moderato da Spartaco Bertolotti) tra Franco Biavati e il

Presidente FIJLKAM Domenico Falcone. Il clima serrato ma sereno del confronto, il reciproco rispetto pur nell'ovvia scherma dialettica, la condivisione dell'importanza di temi come quello della formazione, dimostrano quanta considerazione il nostro Settore ha nel contesto nazionale delle Arti Marziali. Parafrasando Rousseau: per far crescere le DO bisogna conoscere le tecniche ma anche conoscere l'organizzazione. Anche il viaggio più lungo inizia con il primo passo e noi lo abbiamo fatto e bene, peraltro non partiamo da zero, anzi, il seminario ha dimostrato che strada ne è già stata fatta, e molta.

Manlio Comotto



Seminario UDA per la Qualifica Insegnanti 2021

Siamo alla 3° edizione di questa formula nazionale del segmento UDA (Unità Didattica di Apprendimento) che assieme a UDB e UDD compone il percorso per acquisire la qualifica di Insegnante. È la formazione “trasversale”, ossia l’attenzione a quelle materie non specifiche della disciplina (che sono proprie dell’UDD) ma molto utili per svolgere consapevolmente il ruolo di Insegnante (Educatore). Il seminario che si è svolto a Riccione è stato molto corposo: 4 giorni residenziali, 32 ore, 11 materie, 9 docenti. Su queste materie in occasione dello Stage Insegnanti di Modena si svolgono esami, da aggiungere a quelli tecnico-didattici disciplinari. Da molti anni come Discipline Orientali investiamo mol-

to sulla serietà e la qualità della formazione in generale e specificamente degli Insegnanti, per il ruolo cruciale e delicato che svolgono. Non è così nelle altre organizzazioni in Italia e a dire il vero, non c’è nemmeno una sorveglianza su questo tema. Con la riforma della formazione dell’UISP sono cambiate una serie di condizioni ed è diventato conveniente un modulo nazionale di formazione insegnanti. Noi siamo un’associazione e mettere assieme soprattutto nei processi formativi associati di varia provenienza geografica e disciplinare è un valore aggiunto di grande valore culturale ed associativo. Questo format ci permette di dare un’offerta di alto profilo e ad un costo decisamente basso. Lo stes-

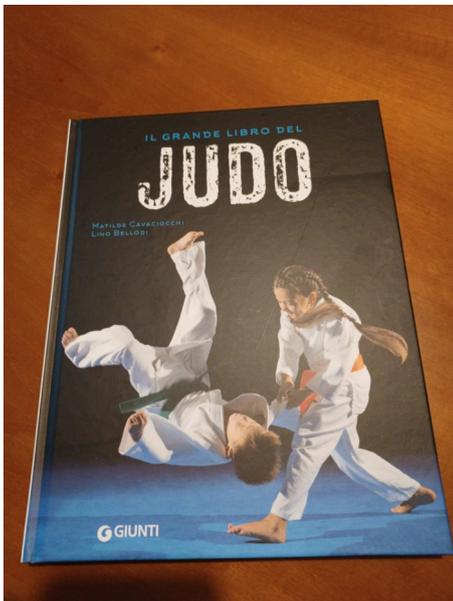
so soggiorno, grazie alla disponibilità dell’Hotel, ci permette di tenere un costo accessibile senza lesinare sui servizi. In più per equità abbiamo differenziato le quote in ragione della maggior distanza dal luogo del seminario. Finora l’esperienza è stata molto positiva e ci qualifica come Ente serio anche su questo importante fronte. La prima edizione registrò 90 partecipanti, la seconda 40, così come quest’ultima (dovendo garantire adeguate norme anti-covid). Un dato buono, se consideriamo la situazione ancora complicata: le palestre appena riaperte (quelle che ce l’hanno fatta) e con un ritorno dei praticanti molto lento. (F.B.)

Classe 2021 pagine seguente >

	Partecipanti	Media età	% Donne	Reg/Disc	% Lauree
2019	90	43,8	26%	11/13	46%
2020	40	37,8	18%	8/12	37%
2021	40	40,1	30%	9/11	33%



Classe 2019 ↑
Classe 2020 →



Recensione “Il grande libro del Judo”

Per i tipi della Giunti Editori di Firenze, nel mese di ottobre appena trascorso, è uscito Il grande Libro del Judo, un'opera a quattro mani che racchiude la passione, l'esperienza e le competenze (acquisite in tanti anni di pratica e di studio) di Matilde Cavaciocchi e Lino Bellodi. Rivolto in particolare alle ragazze e ai ragazzi, a partire dagli otto anni, ma utile a chiunque voglia accostarsi ad un mondo ricco di sollecitazioni, il libro è un viaggio in più direzioni dentro il Judo, per far conoscere l'anima di questa disciplina che, partita dal lontano Giappone, ha saputo radicarsi nei luoghi più diversi e in persone di ogni età. Gli autori ne hanno ripercorso la natura e la storia, facendo conoscere la vita e il pensiero di Jigoro Kano, il Maestro fondatore, e la costellazione di allie-

vi che fin dall'inizio hanno condiviso e diffuso la sua lezione; hanno inoltre equamente lasciato spazio sia alla dimensione culturale ed educativa del Judo, sia alla pratica che mette in opera gli indirizzi di fondo della disciplina. Da un lato, perciò, è stata tracciata la mappa valoriale del Judo, indicatrice di una via non violenta, grazie alla quale chiunque può sfruttare al meglio la propria energia, senza barriere e senza preclusioni, rafforzarsi nella sua interezza di cuore mente e corpo per progredire insieme agli altri: un messaggio dalla forte ricaduta etica e sociale in tempi in cui è proprio il tessuto delle relazioni umane a mostrare strappi e lacerazioni. Dall'altro lato, unitamente alla descrizione dei luoghi e delle occorrenze necessarie alla pratica, il libro presenta un itinerario graduale, a piccoli passi, mirato alla conoscenza diretta degli elementi fondamentali di quest'arte, come il saluto, le prese, gli spostamenti, gli squilibri, le cadute, le posizioni, e, in un crescendo di complessità, alcune delle tecniche più importanti, in piedi e a terra, spiegate con la cura per ogni singolo passaggio e movimento: una propedeutica arricchita da qualche esempio di lezione, proposto per sottolinearne la dinamica e la

consequenzialità. A dimostrazione di quanto sia vario il paesaggio del Judo, non mancano interviste, brevi intrusioni nel mondo delle gare e dei campioni dei nostri tempi, ma anche nelle rappresentazioni che ne hanno dato le arti, il cinema, il fumetto. Ne esce un quadro vivace e approfondito che vuole porsi come invito a coltivare con consapevolezza le proprie passioni, alimentandole continuamente con la conoscenza, senza restare alla superficie delle cose. Ad emergere, infine, è proprio la speranza che fin da piccoli si possa vivere il tatami come il luogo geometrico in cui amicizia, gentilezza, rispetto, autocontrollo, collaborazione e perseveranza si coniughino con la gioia del movimento, dell'esercizio fisico e possano essere un bene comune da portare ovunque, anche fuori dalla materassina.

Zena Roncada Bellodi



**Seminario UDA
Insegnanti DO
4/7 novembre
Riccione
Classe 2021**

“Trofeo delle Regioni di Karate e Judo”

Sabato 30 e domenica 31 ottobre 2021 presso il complesso sportivo Komodo di Campegine RE, si sono svolti rispettivamente i Trofei delle Regioni di Karate e Judo. Un evento straordinario studiato per la ripresa. Una iniziativa che fosse controllabile nella partecipazione e nei costi e nel contempo che aiutasse la ripresa dell'attività facendo focus sul territorio, sulle Regioni. Nel Karate sono state presenti 5



regioni ma solo 3 con squadre complete. Il lungo periodo letargico si è notato sia negli atleti sia nell'arbitraggio, ma nel complesso è stata una bella manifestazione, liscia e senza incidenti. Il Kata a squadre maschili ha visto prima la Toscana, poi il Piemonte e l'Emilia. Nel Kata a squadre femminili vi erano solo due squadre, la Toscana e l'Emilia, ma quest'ultima è stata squalificata perché non ha eseguito il Bunkai. La classifica del Kumite a squadre maschili ha visto la vittoria dell'Emilia, poi Toscana e Piemonte, nel femminile Emilia,



Piemonte e Toscana. Il Trofeo delle Regioni del Karate è stato vinto dalla Toscana. La domenica è stata la volta del Judo. Presenti 6 Regioni, alcune con squadre doppie. Anche qui nessun incidente se non per uno stiramento al quadricipite femorale. La gara ha avuto tempi ragionevoli, anche in questo caso la lunga pausa dagli allenamenti si è notata sia negli atleti sia negli arbitri: è normale che fosse così. Fin dall'inizio non abbiamo puntato sull'eccellenza per questa prima edizione ma sul risveglio del nostro corpo associativo. Molti hanno pagato a caro prezzo la pandemia, peraltro non finita e c'è bisogno di stimoli positivi per riportare le persone in palestra e rimettere in moto l'attività, metafora anche della nostra vita. Credo sia una iniziativa da ripetere con alcuni miglioramenti, per esempio il Kata all'inizio, magari su 3 tatami in modo da svolgerli in un contesto di maggior calma e concentrazione. L'introduzione del kata nel contesto di questa manifestazione è stato

un esperimento a mio avviso positivo. 10 coppie partecipanti di livello medio — mi dicono i tre Maestri giudicanti, Franzoni, Bufalini e Moscato — con alcune punte di valore. Nelle squadre maschili hanno vinto il Lazio, poi Emilia, Marche e Toscana. Nel femminile prima la Liguria, Toscana, Emilia. La classifica generale ha visto vincitore del Trofeo il Lazio, poi Marche, Toscana, Liguria, Emilia e Piemonte. Voglio ringraziare tutti gli atleti, le



società sportive partecipanti, gli ufficiali di gara, generosi come sempre, e da ultimo ma non certo ultimo, il M° Vincenzo Mordacci (per gli amici il Toto), perché ha reso possibile il funzionamento delle due giornate, mettendosi a disposizione in prima persona. Siamo tornati ... speriamo non succeda qualcosa che ci blocchi ancora. (FB)

Nuove discipline nelle Discipline Orientali UISP

KINOMICHI

Il Kinomichi, o metodo Noro, è una pratica d'affinamento del corpo e della mente basata essenzialmente sui principi dell'Aikido, da questo si differenzia totalmente per metodo e finalità. La relazione e il contatto con gli altri assumono un aspetto rieducativo del giusto tono muscolare volto ad un miglioramento generale della sensibilità. I movimenti sono suddivisi in due grandi classi simboliche che rispecchiano la tradizione Taoista della percezione della natura: terra e cielo. I due principi opposti del maschile e del femminile che costituiscono l'equilibrio dell'individuo e dell'universo. Il Kinomichi è stato creato dal Maestro Masamichi Noro, a Parigi nel



1979, è il frutto della fusione della tradizione marziale orientale con la sensibilità estetica della ricerca del benessere della cultura occidentale. Ancora poco conosciuto in Italia, fatta eccezione per gli specialisti della sfera motoria, il Kinomichi apre prospettive sorprendenti nel campo della ricerca della consapevolezza corporea e si inserisce a pieno titolo fra quelle correnti filosofico-umanistiche che mirano ad una ricomposizione della scissione **m e n t e - c o r p o**. Il termine Kinomichi significa letteralmente: "Via dell'energia Vitale": KI = energia vitale, NO = di, MICHI

= V i a

Il Metodo Noro-Kinomichi è un percorso suddiviso in settori o livelli d'iniziazione, pensato come una ricerca sull'individuo che parte dai pochi elementi di base della prima iniziazione, per svilupparsi in infinite varianti, nelle fasi successive. Le tecniche che conservano sia la forma sia il rigore della tradizione orientale, aprono lentamente, come fossero chiavi d'accesso, porte inaspettate, sulla sensibilità e sulla capacità di relazione con gli altri. In tal senso il Maestro Noro esorta al superamento della tecnica in se, andando a cercare il significato della sua creazione, ben oltre i limiti della forma. Così facendo pone il Kinomichi su un gradino diverso da ciò che fin ora le arti marziali hanno saputo esprimere.

Il nostro Responsabile è il **M° Giovanni di Cicco**.



Il M° di Cicco inizia la pratica con il M° Masamichi Noro nel 1997/98. Nel 2001 diventa responsabile del Kinomichi per L'Italia (nominato direttamente dal M° Noro). Ha inoltre conseguito il titolo di Renshi presso la DNBK di Kyoto. Dalla FFAAA Francese ha ottenuto il Brevetto Federale Francese per l'Insegnamento.

KALI

Kali Filippino. "Scuola **AKADEMYA FMA**". Stile di riferimento: **KALI FILIPPINO ABANIKO TRES PUNTAS CLASSICAL ARNIS**.

Direttore Tecnico e Referente organizzativo: **M° Davide Vecchi-**



AKADEMYA FMA è una scuola di Arti Marziali che nasce per promuovere lo studio, la divulgazione e la conoscenza delle Arti Marziali Filippine Arnis Kali Eskrima. Le Arti Marziali Filippine sono discipline antichissime di origine tribale che hanno acquisito influenze marziali dalle dominazioni: Arabe, Spagnole Giapponesi e Americane, da sempre il paese è al centro di rotte commerciali che hanno permesso scambi culturali e marziali anche con India, Indonesia, Malaysia, Cina, Corea e Borneo; si compongono di più di 600 stili, sistemi e sottosistemi, la caratteristica della nostra scuola è lo studio di sistemi tradizionali ma con un approccio scientifico, pragmatico e logico, grande enfasi viene data (con progressiva intensità) alla parte dello "sparring" vero banco di prova di ogni sistema. Come in tutte le scuole classiche sin dai primi gradi lo studio è parallelo tra la parte armata e la parte di mano-mano (mano nuda). I gradi (antas) per noi sono solo un modo per organizzare un programma ricco e vasto,

di grande interesse per la scuola è la parte immediatamente operativa, che noi chiamiamo “focus del grado” ovvero il principio che sta all’interno della parte tecnica e che ha applicazioni universali. In sintesi i programmi di Akademya FMA si basano nella parte armata sullo studio del bastone singolo, coltello, dos puntas, doppio bastone, machete, karambit, balisong, dos manos, sibat, kapi-kapi, armi in doppio e spada y daga. Nella parte di mano nuda o mano- mano: Panantukan o Dirty Boxing il pugilato filippino; Sikaran – Sipa/an tecniche di calcio; Dumog - Buno - Ipit tecniche di lotta, proiezione, corpo a corpo.

QWAN KI DO

*Provvisoriamente, in attesa che si concluda il contenzioso legale sul legittimo detentore in Italia del nome, la disciplina UISP prende il nome di **Kung Fu del M° Tong**.*

Il metodo Kung Fu PHAM XUAN TONG è stato fondato dal maestro vietnamita Pham Xuan Tong ed è il frutto di tutta una vita di ricerche ad

opera di uno dei maggiori esperti di arti marziali in Occidente. Il maestro Pham Xuan Tong ha, infatti, beneficiato in tenera età degli insegnamenti del Monaco cinese Chau Quan Ky il quale lo ha designato come successore testamentario della sua scuola shaolin wo mei e ha fatto altresì tesoro degli insegnamenti dello zio maestro Pham tru e di altri famosi maestri vietnamiti arrivando ad una sintesi che nel Kung Fu PHAM XUAN TONG trova un omaggio al suo primo maestro, ricordandolo foneticamente nel nome.



Il M° Pham Xuan Tong

Oggi il Kung Fu PHAM XUAN TONG è riconosciuto dal Vietnam ed attraverso la International Qwan Ki Do Federation è diffuso in più di trenta paesi nel mondo tra i quali Cina, Usa, Canada, India, Marocco, Francia, Inghilterra, Italia, Germania...

[Scarica l'Opuscolo sul Kung Fu PHAM XUAN TONG sul sito:](http://www.uisp.it/discorientali/pagina/aodjqhq888)

<http://www.uisp.it/discorientali/pagina/aodjqhq888>



Riferimento per il Settore Kung Fu PHAM XUAN TONG UISP DO: **M° Migliore Davide**

2° Campionato Nazionale di SANDA UISP

Domenica 24 ottobre al Komodo di Campegine si è svolta la 2a edizione del Campionato di Sanda. I numeri, com'era prevedibile, sono stati inferiori rispetto all'anno precedente, ma buon livello e nessun incidente. Ho chiesto al M° Claudio Albieri (tra i massimi esperti italiani di questa disciplina e organizzatore dell'evento) “cos'è che spinge questi ragazzi ad alzarsi anche alle 5 del mattino per venire a combattere?” “ la voglia di mettersi alla prova — ci dice Albieri — mi ricordo era così anche per me, quando da giovane combattevo, anche se in

condizioni diverse”. “Cosa intende dire?” Il Maestro ci spiega: “Il regolamento cinese del Sanda è del 1979, ma arriverà in Italia solo 10 anni dopo. A quel tempo si combatteva con un regolamento ibrido, un misto tra Kick e i regolamenti di sport di combattimento del periodo.

Oggi ha un logica intrinseca alla disciplina”. Il clima tra gli atleti era sorprendentemente cordiale, nonostante gli incontri fossero duri. Un bell'esempio di corretto

atteggiamento verso la pratica. Grazie al M° Albieri in UISP abbiamo costruito una classe arbitrale ampia e competente, invidiataci dalla stessa Federazione. Un buon lavoro su una disciplina non diffusissima ma bella, un lavoro che ora abbiamo ripreso. (FB)



I *FORMAT* delle Discipline Orientali UISP una proposta per il territorio

I “format” sono dei *protocolli disciplinari od interdisciplinari* attinenti alle discipline orientali che possono essere proposti sul territorio. Sono moduli “preconfezionati” (molti dei quali già sperimentati), costruiti secondo una logica ed una sperimentazione, che tiene conto di una soglia minima di qualità ma anche della fattibilità economica ed organizzativa. Cionondimeno possono essere ulteriormente rimodulati in base alle necessità specifiche del territorio.

Vedi sul nostro sito:

<http://www.uisp.it/discorientali/pagina/ndhhdgsgsssaafaffaaaa>

F1 – *BenEssere* (le pratiche orientali al servizio del rilassamento e del benessere).

F2 – *Difesa attiva dell’anziano* (migliorare la qualità della vita).

F3 – *Sicurezza Donna* (dare gli strumenti alla donna per comprendere il contesto e reagire)

F4 - *La prevenzione della violenza in ambito educativo*

F5 - *Autodifesa Responsabile* (l’uso responsabile dell’autodifesa per le forze dell’ordine)

F6 – *A scuola con garbo* (uno strumento educativo per gli Insegnanti)

F7 – *Judo Handicap*

F8 - *Attività giovanile* (giocare apprendendo)

Cosa ci siamo persi ?

Per i Judoka della mia generazione, (ho messo il primo *gi* cucito da mia nonna nel 1951), capitava, per esempio, che in una lezione di Shime Waza si studiasse abitualmente, sotto la guida di vecchi Maestri — alcuni dei quali avevano vissuto l'epoca d'oro del Judo — i KAPO. Cito questi Maestri con grande rispetto, qualcuno dei quali ho avuto l'onore di conoscere personalmente e davanti al loro nome dovrebbe comparire il titolo di SHIAN: OTANI, MICHIGAMI, AWUJAZU, SUGIYAMA. KOIKE, KAWAISHI, DAIGO.

Con tutti loro ho assistito a lezioni dove si studiavano i punti vitali: KYUSHO e KATSU ATSU GIZAI (tecnica per uccidere e per ridare la vita); la conoscenza del corpo, come rianimare da uno shime, da un atemi o come ridurre una lussazione; il massaggio; e cosa fondamentale l'uso del KI e del KIME.

Ho lasciato per ultimo il mio Maestro ABBE Kenshiro, l'Uomo che mi ha acceso la luce sul Judo ma soprattutto quello che mi ha insegnato sul Tatami, mi ha trasmesso il messaggio più importante, "se guardiamo con gli occhi attenti troviamo in tutto qualcosa che vale la pena vedere".

Mi ricordo lo Stage estivo di Beauvallon che ospitava Judoka di tutta Europa dove il Maestro KAWAISHI, allora Direttore del Collegio delle Cinture Nere di Francia, teneva lezione su quanto sopra e il Maestro Tadashi ABE (Aikido) ci faceva riflettere su KI e il KOKIU NAGE.

Alla sera, alla fine della lezione ci si manipolava a vicenda sotto la guida dei Maestri.

Ecco questo è quello che ci siamo persi, pensando che una medaglia ci avrebbe riempito il tatami, ma non è stato così, anzi.

Nessuno studia più gli ATEMI, la DIFESA PERSONALE, LA RESPIRAZIONE e L'ENERGIA. Facciamo "potenziamento" perché non abbiamo più nulla da dire sull'aspetto culturale ed educativo del Judo.

Il Maestro Mikonosuke Kawaishi che negli anni a cavallo della seconda guerra Mondiale ha contribuito a far crescere sia tecnicamente che organizzativa-

mente il Judo Francese, ha scritto 5 libri tutti molto interessanti uno in particolare "Il mio Judo segreto". È uno dei pochi scritti su quanto ho detto prima; è un libro che in molti dovrebbero leggere per rendersi conto di quello che abbiamo lasciato per strada.

Il Judo agonistico è sempre più figlio dei regolamenti. Quelle che continuiamo a chiamare gare di KATA sono diventate la "Ginnastica Artistica" del Judo. Su questa strada fra qualche tempo ci accorgeremo che ci siamo persi il Judo.

Pino Tesini



Sergio Raimondo legge “Poematica del principio – Tai Chi” di Massimo Mori

Sin dal titolo, il denso volume *Poematica del Principio Tai Chi* di Massimo Mori non si presenta certo con intenti divulgativi. Per 371 pagine il lettore si trova infatti immerso in un diluvio di scibile che necessita di una padronanza lessicale di notevole livello. La lettura risulta però piacevole proprio perché, libera da vincoli accademici e da impegni didascalici, l'esposizione induce una scoperta continua di accostamenti possibili tra concetti, sensazioni, filosofie, suggestioni.

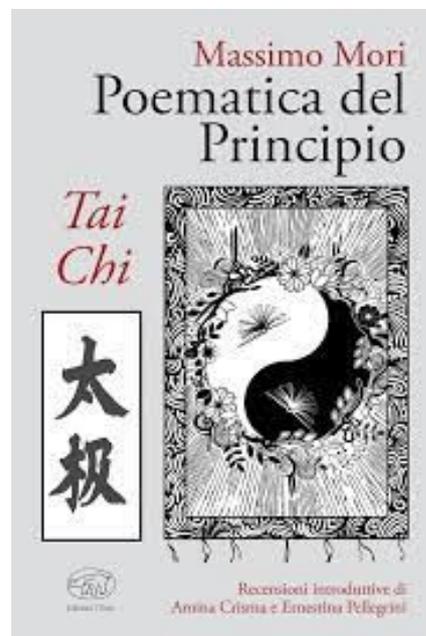


Il soggetto chiave di tutto il testo è il *tai chi* (*taiji nella più moderna traslitterazione hànyǔ pīnyīn*), cioè il principio supremo, espresso dagli emblemi *yin/yang* componenti fondamentali di tutte le correnti dell'antico pensiero cinese. Obiettivo dichiarato è l'articolazione di un paradigma olistico riscontrabile in tradizioni diverse e sperimentabile nel presente, mentre si abbandona un orientalismo di maniera. Un proposito non nuovo, specialmente dopo che Edward Said ha ben avvertito le coscienze critiche dei rischi di riferirsi superficialmente alla cultura orientale dimenticando come essa sia più rappresentata che capita nella sua percezione da parte del sapere occidentale. Mori avanza però nel suo intento con sorprendente creatività utilizzando citazioni colte mai banali che spaziano dalla teologia alla filosofia teoretica, dalla fisica alla letteratura, ma anche richiamando conoscenze popolari come film di successo

o la musica di Lou Reed, Demetrio Stratos, Bob Dylan. Chiarisce così come sia necessario che l'auspicato paradigma olistico sia prodotto in via irrinunciabile dall'azione congiunta di filosofia, scienza e arte. In questo modo schiva il vicolo cieco filosofico in cui potrebbe inoltrarsi una visione complessiva inerte di fronte alla necessità umana della scelta, discriminante obbligata fra le molte variabili che sola può orientare il cammino sulla via della conoscenza in termini virtuosi. Intelletto ed emozioni, istinto e raziocinio, corpo e mente, senso e non-senso, separati dal meccanicismo riduzionista newton-cartesiano, trovano qui immediata ricomposizione nell'efficienza universale del ritmo – per dirla con Marcel Granet - generato dall'alternanza complementare tra *yin* e *yang*.

Dopo aver analizzato temi complessi quali la percezione non verbale, il tempo, la meditazione che meriterebbero da soli un'approfondita riflessione impossibile in questa sede, Mori sviluppa un tema che sottende tutto il volume: l'importanza per l'uomo di seguire la via della natura. Approfondendo la lettura di due pietre angolari della cultura cinese, l'*I Qing* (Il libro dei mutamenti) e il *Daodejing* (o *Laozi*), l'autore spiega come la natura capace di unificare corpo, mente e spirito non si palesi in quanto salvifica emanazione divina che accoglie i credenti in un'entità metafisica. Si rende qui manifesta la convergenza tra la cultura classica cinese e i nuovi paradigmi della scienza soprattutto in riferimento alle teorie del tempo, del caos, della predicibilità formulate dal premio Nobel 1977 per la chimica, Ilya Prigogine. Il quale dimostrò con la sua teoria delle strutture dissipative come l'ordine della natura non sia immutabile né tanto meno ispirato da un qualche soffio divino, essendo invece il risultato di una fluttuazione continua. La filosofia daoista illustrata dall'auto-

re condivide anche con la biologia molecolare, la fisica delle particelle, le scienze ambientali una visione della vita che si può definire sistemica. La realtà non è vista come un dato immutabile, qualcosa dato una volta per tutte di cui la ricerca deve solo sforzarsi di comprendere le leggi oggettive già scritte da qualche parte isolando le varie componenti del mondo naturale per poterle meglio delineare. La realtà è invece osservata – e vissuta dallo stesso osservatore che quindi scruta anche se stesso - come una totalità non solo inseparabile ma in continuo mutamento. Questo approccio costituisce la base stessa dell'ecologia. Gli ecosistemi, gli organismi viventi, le strutture naturali sono infatti sistemi complessi caratterizzati da molteplici interazioni tra fattori interni ed esterni ma l'aspetto essenziale della loro sviluppo spontaneo risiede nella capacità di espellere il disordine per ritrovare il proprio equilibrio. Ciò avviene tramite lo sfruttamento del flusso energetico in ingresso - in primis la luce solare -



così da realizzare un nuovo ordine a un più alto grado di stabilità. Questa essenziale capacità di autorganizzazione accomuna la spontaneità riproduttiva degli ecosistemi e degli organi-

smi viventi al perseguimento della Via, del Dao. Si può dire che tanto la natura quanto il bravo praticante conservano la direzione senza avere un fine, la direzione è quella della massimizzazione dell'energia libera disponibile mentre la traiettoria non è determinata. Dopo queste ampie disquisizioni, sempre suffragate da riferimenti a letture di altissimo livello, gli ultimi capitoli si concentrano sulle caratteristiche liberatorie e rigeneranti del taijiquan, esercizio che prevede impegno e perseveranza ma che ottiene i suoi benefici, ormai riconosciuti anche dalla medicina allopatrica, proprio perché non ricorre alla coercizione. Il praticante assiduo ristabilisce l'alternanza ritmica tra gli opposti mediante la non azione propria del daoismo più antico, il che però non significa che egli resti inattivo e passivo, anzi. È infatti consapevole che l'ordine dell'alternanza ritmica è il risultato di un dinamismo continuo caratterizzato da fluttuazioni incessanti, multiple e interdipendenti. Per ottenere questo risultato ogni organismo vivente – un bosco, un lago, una persona, etc. – deve mantenere la propria flessibilità per essere in condizione di cogliere quante più scelte possibili nell'interazione con il proprio ambiente. Si può anche dire che la flessibilità di un sistema, così come la sua conseguente stabilità, dipendono dalla quantità di variabili a disposizione, fluttuanti entro un limite di tolleranza. In definitiva, quanto più è dinamico lo stato dell'organismo, tanto maggiore è la flessibilità che influenza la sua capacità di equilibrio. Perdita di flessibilità significa perdita della capacità autorganizzante, dunque squilibrio, malattia, mancanza di controllo. In questo senso, il benessere dell'individuo scaturisce da un equilibrio dinamico che coinvolge le sfere fisiche, psichiche ed emozionali in continua interazione con il suo ambiente naturale e sociale. Insomma, la capacità di adattarsi a un ambiente che muta è un carattere essenziale degli organismi viventi così come dei sistemi sociali, se si perde questa capacità il conseguente irrigidimento comporta spiacevoli difficoltà. Di con-

seguenza, precisa Mori, un maestro efficace, un autentico mentore, può essere solo chi offre ai suoi allievi la possibilità di ottimizzare l'energia disponibile, cioè di utilizzare al meglio le proprie qualità, senza illudere gli allievi che chiunque possa divenire un grande artista. Il volume si conclude con l'esortazione a superare la naturalezza dell'istinto per realizzare condizioni di pace e di dialogo. L'autodisciplina insita nella pratica del taijiquan, infatti, non esalta l'egocentrismo. Si osserva che il praticante coscienzioso pone testarda attenzione al rispetto dei ritmi spontanei dell'ambiente naturale perché sostenuto da una concezione della vita che persegue la collaborazione tra uomo e natura. Allo stesso modo, il praticante coerente si sforzerà di mantenere vivo l'atteggiamento di rispetto e cooperazione anche nelle dinamiche della vita sociale. Reso più sicuro dei propri mezzi perché conscio che la sola fonte di ansie e paure si trova dentro alla sua stessa persona, il praticante perseverante potrà accantonare l'orgoglio e liberarsi dalle catene dell'egoismo. Il processo di autoeducazione si indirizza pertanto verso una coerente assunzione di responsabilità per le stesse modalità con cui si realizza. Prendendo coscienza dell'interdipendenza degli opposti e del loro continuo alternarsi, si impara a riconoscere le proprie responsabilità rispetto al mutare delle circostanze perseverando nella ricerca dell'equilibrio. Con coerenza e determinazione ma senza riferirsi a imperativi categorici definiti da un autore metafisico. Sperimentando invece l'armonia dell'universo espressa dall'alternanza degli opposti yin/ yang che sono tuttavia parimenti complementari, come la notte non esiste senza il giorno e viceversa. Questa teoria non concepisce astrazioni antitetiche per risolvere in chiave metafisica la questione dell'opposizione, ben presente ai filosofi del passato e del presente in ogni angolo di mondo, come dimostra Mori con citazioni continue. Bene-male, vero-falso, bello-brutto, uno-molti, sempre-mai, assoluto-relativo sono coppie equilibrate anzi-

ché espressioni antagoniste, gli opposti si completano invece di escludersi a vicenda. Occorre vivere la risonanza degli opposti complementari nel mondo sensibile, dove passioni e conflitti non sono respinti o negati ma vissuti con forza sufficiente ad assumere la responsabilità delle proprie scelte. Se scegliere significa escludere una possibilità a favore di un'altra, la pratica coerente può permettere di individuare le soluzioni più adatte allo sviluppo di sé stessi come della civiltà, all'incremento di valori condivisibili e condivisi nel rispetto delle differenze. Una prospettiva che faciliti forme organizzative dove si rispecchi la compattezza dei giusti perché in esse è agevole suscitare la coesione sociale. Organizzazioni dove le varie componenti esprimano le proprie potenzialità in un contesto valoriale preciso, vincolante da un lato ma che dall'altro permetta l'emersione di qualità stimolate proprio da tale contesto. Agire con coerenza la risonanza degli opposti rende insomma possibile formulare grammatiche comprensibili a speranze diverse, attratte a un comune obiettivo. Si deve essere grati a Mori e agli altri maestri che come lui hanno dedicato la propria esistenza alla costruzione di un paradigma olistico basato sull'azione congiunta di filosofia, scienza e arte. Una traccia oggi più che mai attuale per sperimentare uno spazio etico percorso da una laicità attenta alla comprensione e al rispetto dell'altro, ad ascoltare le voci dell'altro come premessa per immaginare la pace.

Sergio Raimondo



Sede Nazionale: Bologna
Via Riva di Reno 75/3° 40121

Staff: Franco Biavati, Matilde Cavaciocchi, Manlio Comotto, Zena Roncada .

Per chi vuole inviare articoli o scrivere commenti:
f.biavati@uisp.it

[www.uisp.it/
discorientali](http://www.uisp.it/discorientali)



Campagna tesseramento UISP 2021/2022



La nuova stagione partirà il prossimo 1° settembre.

“La grafica della nuova tessera, contraddistinta dallo slogan Giro di boa, accompagnerà il posizionamento della nostra associazione per tutta la prossima stagione; la gioia nei visi e nei gesti delle bambine e dei bambini, che ritornano a giocare insieme e a socializzare”, spiega Tiziano Pesce, presidente nazionale Uisp.

“Il futuro prossimo è quello che auspichiamo, in un contesto colorato e vivo - prosegue Tiziano Pesce - per provare ad uscire, tutti insieme, dal tunnel della paura, per superare l'emergenza sanitaria e per una vera ripartenza, in un delicato periodo storico in cui ci sarà bisogno di nuove e concrete attenzioni da riservare allo sport sociale. C'è bisogno di un nuovo patto tra istituzioni, cittadini e organizzazioni sociali, ognuno nei rispettivi ruoli, per sostenere la ripresa di uno degli ambiti maggiormente colpiti dalla pandemia. L'Uisp è pronta a fare la sua parte. Un vero e proprio Giro di boa, quindi, un momento di svolta decisiva che dovrà vedere protagonista l'intera grande rete associativa Uisp, con al centro i propri soci, le associazioni e le società sportive affiliate, per contribuire a rendere migliore la qualità della vita delle comunità sul territorio”.