

PROGETTO "IL TEMPO E LO SPAZIO NEL KARATE"

MODALITA' EVOLUTIVA DELLE TECNICHE DI DIFESA

per cinture Marroni e Nere – dai 14 anni in poi

del M° Vittorio Chiavazzoli

Nei miei quasi 50 anni di pratica del Karate ho passato varie fasi di studio personale sul Karate, dapprima come allievo principiante, poi come agonista, poi come insegnante e che da 20 anni è diventata la mia professione.

Il tempo dedicatogli, mi ha fatto vivere interpretazioni diverse di pratica, per ricerca personale introspettiva e, da qualche anno ormai, ho studiato un metodo applicativo che ritengo evolutivo sulle tecniche di difesa; una modalità che va aldilà dello stile, in quanto riguarda l'uso nel tempo e nello spazio delle tecniche di difesa.

Mi sono sempre chiesto se l'evoluzione, come Karateka, riguardasse solamente la conoscenza della metodologia, o del sapere eseguire i Kata e i Kihon nel modo corretto, mantenere il sapere degli stessi movimenti e forme, cercare di sviluppare la massima potenza con il maggior controllo nell'esecuzione di tutto ciò... o come motivare coloro che partecipano alle lezioni.

Sicuramente tutto ciò è di fondamentale importanza, sia per la parte agonistica, che quella amatoriale; chi pratica Karate amatoriale non è interessato alla parte competitiva e ad un certo punto si fa delle domande... del tipo:

Una volta arrivo al traguardo di cintura nera e che non pratico l'agonismo, oltre ad andare avanti con l'apprendimento tecnico, voglio dare un senso a ciò che ho imparato?

Mi spiego meglio... prendiamo ad esempio il Gedan-Barai... o l'Age-Uke... li uso ancora per difendermi da un solo attacco?

Il tempo e lo spazio che uso in allenamento, mi rende veramente capace di difendermi i caso di situazione reale, oppure posso usarli in modo diverso e maggiormente efficace?

Nello spazio e nel tempo reale, riesco veramente ad usare la tecnica "pura e tradizionale" per come mi è stata insegnata?

La risposta che ho trovato, attraverso il mio studio, è SÌ... ma non in modo didattico o come si fa in un allenamento.

La differenza qual'è? E' che riesco a difendermi da più colpi, con la stessa parata...

chi mi aggredisce non userà solo un braccio... o una gamba... ma entrambi...

chi mi aggredisce ha il vantaggio del tempo di azione e sa quando porta l'attacco, mentre io devo prima vedere... e poi agire di conseguenza facendo uso di tutte le mie risorse.

Questo studio, per essere compreso meglio, è adatto per essere proposto alle cinture marroni e nere, da 1° dan in poi, perché è necessario avere una buona conoscenza e pratica della tecnica.

Non è... e non vuole essere un "nuovo stile"... è una interpretazione diversa, ma logica e funzionale, adatta ai praticanti di ogni stile, che mostra quanto è efficace il Karate per la difesa, nella realtà dei fatti.

Nulla viene stravolto... non si imparano nuove tecniche... si impara ad usare al meglio ciò che già sappiamo, con una nuova visione e consapevolezza.

"...le cose non cambiano, se le facciamo sempre allo stesso modo..." (cit.)