

La via del cuore

Tra il fare e l'essere maestri: maestria e docenza

Roberto Benetti

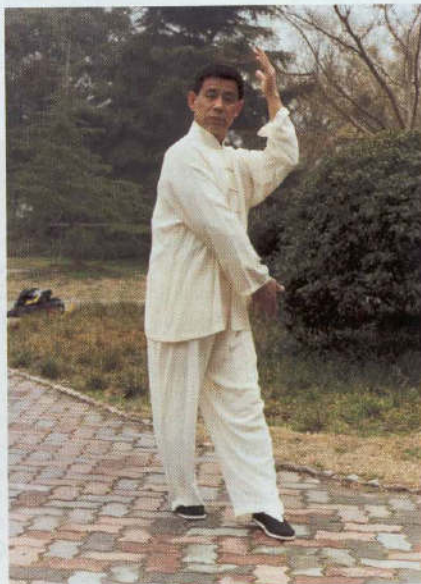
Le riflessioni che seguono cominciarono lentamente ad affiorare dentro di me quando iniziai a insegnare *tai ji quan* autonomamente, ovvero in corsi organizzati e tenuti da me. L'inizio fu graduale, condividendo con altri i miei saperi; nel differenziale fra i miei saperi e quelli degli altri cominciai a crearsi naturalmente una separazione fra chi sa di più e chi sa di meno (o non sa), ponendo il primo in naturale superiorità rispetto agli altri. Lo scambio di saperi si trasformò sempre di più in insegnamento di saperi, fino a diventare trasmissione di saperi. Ciò che mi colpì maggiormente è che coloro che mi stavano attorno e imparavano da me cominciarono a chiamarmi "maestro" senza che mi fossi mai definito tale; l'unico "titolo" di cui mi fregiavo (e mi fregio) era quello di "istruttore", dal momento che avevo seguito i corsi istruttori della scuola Neidan di Bologna del maestro Flavio Daniele e regolarmente riconosciuti dalla Pwka (Professional wushu kung fu Association). Cosa era avvenuto? Perché

mi veniva naturalmente riconosciuto un titolo importante senza che avessi sostenuto alcun esame specifico o corso per diventare maestro?

Cominciai a pormi una serie di domande alle quali ho cercato nel tempo di dare risposte: che cosa significa essere maestro di arti marziali? Come si diventa maestri? Che cosa rende maestro un praticante? Come si fa a riconoscere maestro chi, fino a poco fa era tuo compagno di corso, o addirittura tuo allievo?

Iniziai a informarmi, chiedendo ad altri istruttori o maestri e leggendo le più importanti riviste del settore. E arrivai ad alcune considerazioni. Innanzitutto il fatto stesso di insegnare un'arte, di avere degli allievi che apprendono, ti rende automaticamente maestro per definizione. Infatti maestro è *chi insegna un'arte, una scienza o una dottrina; chi eccelle per scienza o abilità in qualche cosa tanto da poterla insegnare ad altri o da essere preso per modello.*

Ma per insegnare bisogna prima apprendere; quindi vanno scelti una scuola o un maestro che insegnino attraverso percorsi didattici ben definiti e completi. A tal proposito si possono individuare percorsi che non si escludono a vicenda, ma che seguono impostazioni differenti. Si può seguire un corso strutturato per gradi che attraverso una combinazione di anni di pratica, tecniche e/o forme apprese, porta gradualmente all'acquisizione del titolo di istruttore. Questa strada mi ricorda da vicino quella che si segue quando si aspira al tanto agognato "posto" che ti sistema per tutta la vita, ti consente di metter su famiglia, comprare la casa, lasciare definitivamente le sabbie mobili del precariato per approdare alla terra promessa del posto fisso, sicuro, inossidabile. E' così anche nelle arti marziali: il titolo di istruttore comincia ad aprirti qualche strada in più, si comincia a gestire autonomamente il proprio corso, si aprono nuovi corsi, si acquista sempre maggior fiducia in se stessi, finalmente si comincia a essere riconosciuti e vedere riconosciuto anche il duro lavoro degli anni passati. E' una via lineare relativamente semplice da seguire perché è sempre dritta, anche se in salita, e si vede chiaramente dove si arriva e perché. E' una via abbastan-



Il maestro Quian Zhao Hong di Shanghai dello *xing-yi quan* dei dieci animali e delle sei armonie in una tipica posizione dello stile

za "democratica" perché dà a tutti le stesse possibilità di raggiungere l'obiettivo.

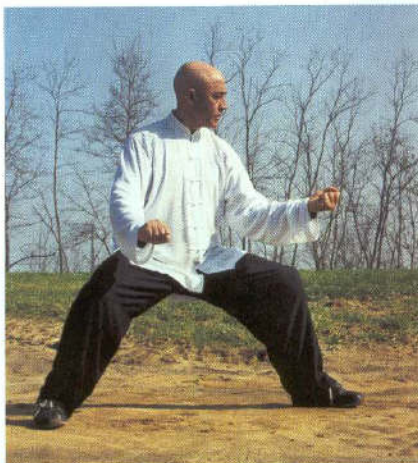
Finalmente, ci si sente arrivati... al punto di partenza! I tuoi allievi cominciano a chiamarti "maestro", ma il tuo vecchio maestro come ti chiama? Quando e come si passa da istruttore a maestro? Chi ti riconosce tale titolo?

Molti istruttori a questo punto si staccano dalla loro scuola di formazione perché al suo interno rimangono ancora e soltanto istruttori, in quanto sempre allievi del maestro della scuola, mentre seguendo un percorso proprio sono riconosciuti automaticamente come "maestro". Alla fine l'essere maestro, istruttore o allievo è un sottile gioco intrecciato di riconoscimenti!

In un modo o nell'altro si arriva a diventare maestri... ma ora comincia il bello! Perché si scopre che si è sempre gli ultimi arrivati, e si scopre che il tempo in tutto questo processo gioca un ruolo fondamentale. Infatti, le capacità non bastano di fronte a tanti anni di pratica: ciò che conta è *quante* forme conosci (non importa come le esegui, secondo quali principi), *quante* gare hai vinto, *quanti* allievi hai, *quanti*... eccetera. In alcuni ambienti (o federazioni) si instaura addirittura una specie di *nonnismo delle arti marziali*. L'aspetto qualitativo rimane molto spesso subordinato a quello quantitativo.

Ovviamente, non si può fare di tutte l'erbe un fascio, perché alla fine sono sempre le singole persone, siano esse maestri o allievi, che vivono in prima persona la pratica. Questo non è un giudizio sul tipo di percorso, ma un'osservazione sui comportamenti della maggioranza degli esseri umani che si trovano a vivere certe situazioni; per esempio, osservate come cambia l'atteggiamento di chi, dopo anni di precariato, entra finalmente in ruolo e si rilassa perché si sente arrivato, rinviando a un domani l'aggiornamento della propria professione. E' di questo che sto parlando. Questo percorso è più "esterno", nel senso che appunto chi lo segue ricerca proprio questo, ovvero preferisce innanzitutto accumulare gradi ed eventualmente in un secondo tempo perfezionare la propria pratica.

Esiste anche un percorso che considero più "interno". Qui si coltivano fin dall'inizio le qualità di ciò che si apprende, non ci si prefiggono obiettivi particolari se non quelli di una propria crescita interiore, di un maggior benessere globale, non solo fisico ed emotivo, anche spirituale. Anche in questo percorso possono esistere un programma didattico e l'apprendimento di forme, ma tutto ciò è marginale rispetto a questo obiettivo e diventa mezzo per raggiungerlo. Dal proprio maestro non si cerca di imparare soltanto, ma di assorbire tutto ciò che egli trasmette. Attenzione: trasmette, non insegna!



Il maestro Flavio Daniele in un passaggio della forma pao chui (colpo di cannone) del tai ji di stile chen

Infatti l'essere maestro è legato alla pratica di un'arte: nelle botteghe artigiane c'era il maestro artigiano che trasmetteva l'arte ai propri discepoli, non solo l'arte del fare, ma soprattutto l'arte dell'essere artigiano, che consisteva nell'abbracciare totalmente l'arte scelta e dedicarsi ad essa per tutta la vita. Pazienza, dedizione, devozione, fervore erano alcune qualità che negli anni si dovevano sviluppare per impadronirsi dell'arte, per acquisire la maestria; che non si raggiungeva attraverso un esame, ma scaturiva attraverso la combinazione di quelle e altre qualità, assieme alla propensione, alla capacità e all'in-



Il maestro Wang Zhi Xiang guida della scuola Nei Dan per il tai ji stile yang nella posizione il gallo d'oro sta su una gamba sola

Corsi e programmi della Nei Dan school:

- 1) Corsi settimanali di *tai ji, xing yi quan e lan shou* - martedì e giovedì ore 19-22 - palestra ex scuole Sirani, via Ca' Selvatica 9, Bologna
- 2) Corsi formazione istruttori di stile Chen e Yang di tai ji quan a Bologna e Torino
- 3) Corsi formazione istruttori di *xin yi quan* a Roma, Bassano del Grappa (VI) e Taranto
- 4) A Bologna corsi su *nei gong* ("lavoro interno") e *qi gong* marziale; sulla forma dello stile Chen di tai ji quan e sulla forma tradizionale dello stile Yang
- 5) Seminari a Asti (Yang e Chen), Tonino (*xing yi quan*) e Arquata Scrivia (AI)

Per informazioni tel 051239578/3478701436; sito web: www.taichineidan.com; e-mail: neidan@libero.it.

Sono in libreria editi dalla Luni i due nuovi libri di Flavio Daniele: *Il potere segreto del corpo nelle arti marziali* e *La forma antica del tai ji stile Chen*.

Esercizi di "Nei Gong"**Lavoro interno per lo sviluppo del potere del corpo**

Per preparare il nostro corpo a una pratica corretta delle arti marziali (dal karate al judo, passando per il kung fu e il tai ji quan) ci vogliono degli esercizi specifici e ben strutturati, in grado di agire non solo a livello fisico (muscoli, tendini, articolazioni e ossa), ma anche a livello energetico (circolazione del qi nei canali) e mentale (un migliore equilibrio psicofisico). Gli antichi esercizi di Nei Gong (lavoro interno) servono a questo. Rendono il corpo potente ed elastico, sviluppano l'energia interna e il potere della mente.

Realizzata dal maestro Flavio Daniele

Divisa in 4 vhs:

- Volume I - La forza elastica
- Volume II - La forza a spirale
- Volume III - La forza esplosiva

In preparazione:

- Volume IV - La forza dell'asse centrale

Costo euro 31,00 cad.

bauetto completo

(4 vhs) euro 110,00

La cassette sono da richiedere alla Sport Promotion, via Mauro Macchi 28, 20124 Milano, fax 0266713975, info@sportpromotion.it. Si ricorda che dal costo del materiale vanno aggiunte le spese di spedizione pari a 10,00 euro.



telligenza creativa individuale. Quindi, essa non derivava soltanto dalla mera esecuzione meccanica del fare di questa o di quell'arte!

Su questo punto è importante capire bene la differenza sia nell'insegnamento sia nell'apprendimento tra l'essere istruttore/discente o maestro/discepolo, partendo dalla seguente definizione. Istruttore: "Colui che fa apprendere nozioni di una disciplina mediante un insegnamento teorico o pratico". Discente: "Chi impara". Maestro: "Chi insegna un'arte, una scienza o una dottrina; chi eccelle per scienza o abilità in qualche cosa tanto da poterla insegnare ad altri o da essere preso per modello". Discepolo: "Un giovane che apprende un'arte presso una bottega artigiana oppure chi segue l'insegnamento di qualcuno riconosciuto come maestro e ne divulga i principi."

L'istruttore dunque insegna nozioni, tecniche, metodi al discente, che attraverso uno sforzo volontario e cosciente acquisisce conoscenze, abilità tecniche, un metodo di lavoro. Ma in questo processo lineare manca il "cuore"! L'istruttore è certo di amare realmente ciò che fa, di credere in ciò che dice oppure sta semplicemente compiendo il suo onesto lavoro? E il discente, a sua volta, è realmente interessato a ciò che sta imparando, sta entrando nella disciplina che gli viene trasmessa oppure anche lui fa il suo dovere di bravo studente diligente e coscienzioso?

Invece, la via del maestro è la via del cuore. Un maestro non insegna soltanto conoscenze o tecniche, ma trasmette sensazioni, saperi ricchi di esperienza, momenti unici e impetibili, e per trasmettere tutto ciò lo strumento più potente ed efficace è il cuore! Il maestro apre il suo cuore per dare, per trasmettere e per ricevere. Il meccanismo funziona soltanto in ricetrasmisione; altrimenti, vi è solo l'illusione della trasmissione e, nel migliore dei casi, la realtà soltanto dell'insegnamento, ma più spesso di un grande inganno per se stesso e per l'allievo. La via del cuore è la via della chiarezza e della verità che scaturisce dall'esperienza dei fatti, dalla realtà vissuta, non interpretata. Il discepolo da parte sua impara certo nozioni e abilità tecniche, ma soprattutto apre il suo cuore per ricevere e per dare; si fa penetrare, permeare dalle "trasmissioni" del maestro che si imprimono in modo indelebile nel suo sistema corpo-mente: è come un libro bianco, aperto come il suo cuore, pronto per essere impresso. Egli assorbe totalmente la trasmissione del maestro per poi restituirla nel modo più puro possibile il prodotto del suo lavoro. In questo meccanismo del ricevere/trasmettere, dello scambio non speculativo ma di esperienza si gioca il rapporto maestro-discepolo. Al di fuori di questo, vi può essere, se va bene, la serietà di un onesto



L'autore Roberto Benetti tra il maestro Daniele e il maestro Wang Zhi Xiang, sulla sinistra il maestro George Xu e l'istruttore Giuseppe Carone

insegnamento, basato su regole di lealtà e rispetto reciproco, ma senza la tenera e calda atmosfera che solo il cuore riesce a creare; se va male, ci si può imbattere, da allievi, in personaggi affetti da sindrome di onnipotenza, di psicopatologia del sublime, che cercano di dominarti e di clonare loro stessi attraverso l'insegnamento usando l'arte come pretesto e quindi sfilandola a pura merce; da maestri, si rischia di attomiarsi di allievi che non aspettano altro che saccheggiare le conoscenze del maestro, solo per il fatto di aver pagato o a causa di un "contratto" sottoscritto all'inizio del rapporto. In realtà non esistono maestri e non esistono discepoli in quanto categorie: esistono i *maestri* (di se stessi), che, attraverso il loro percorso, illuminano quello di chi vuol farsi illuminare ma che sanno essere allievi quando c'è qualche cosa da imparare da chiunque, anche dal più piccolo e dal più inesperto degli allievi; esistono i *discepoli* ovvero coloro che si aprono umilmente, corpo, mente e spirito, all'influenza e al modo di essere di chi è più avanti di loro, non nel tempo o negli anni di pratica o nell'età anagrafica, ma nella pratica dell'esperienza, e che per questo motivo viene riconosciuto come maestro. Nella scuola Nei Dan di Bologna ho trovato un percorso didattico ben preciso che si caratterizza per far coesistere e operare in armonica simbiosi l'aspetto descrittivo e razionale con quello intuitivo e simbolico, mettendo in moto i meccanismi mentali, i processi energetici e gli esercizi fisici necessari per attivare e realizzare il passaggio dal *saper dire* al *saper fare*.

Roberto Benetti insegna e pratica *tai ji quan* e *nei gong* a Vicenza, San Giovanni Lupatoto (Vr) e Padova, e ha fondato l'associazione Pmc, Percorsi nel movimento corporeo, che segue i programmi di studio della scuola di arti marziali Nei Dan di Bologna, diretta da Flavio Daniele. Per informazioni: tel. 044564863/3200974030; e-mail: pmc.taichi@libero.it.



Le tre vie del Tao

di Flavio Daniele

Un filo conduttore sottende le varie vie di conoscenza, dalle arti marziali alle varie tecniche di meditazione e, al di là degli aspetti esteriori, tutte le metodologie hanno una rilevante base comune che rimanda a una non sostanziale differenza tra un approccio esclusivamente mentale e un approccio esclusivamente fisico alle vie di conoscenza. Il lavoro comprende tre parti: nella prima viene esaminato il movimento nelle sue componenti fisiche, energetiche e mentali. Si mette in risalto come spesso la scienza e la saggezza antica dicano la stessa cosa,

con due linguaggi differenti — una usa un linguaggio logico-razionale, l'altra simbolico-analogico —. Nella seconda parte vengono evidenziati il sottile rapporto e il legame tra la materia e l'energia da un lato, e tra l'energia e la mente dall'altro. Nella terza e ultima parte, viene descritto come lavorando sul nostro vissuto interiore si eleva il nostro livello di chiarezza e consapevolezza. È un testo utile a tutti coloro che con amore e dedizione seguono una via (tao): a chi, "Guerriero", aspira a qualcosa di più dalla pratica delle arti marziali; a chi, "Cercatore", è dedito allo studio delle discipline esperienziali di ricerca interiore (tai ji quan, yoga, zen, meditazione) e a chi, "Saggio", aspira alla verità e alla saggezza insita nei grandi sistemi filosofico-religiosi orientali (taoismo, buddhismo, induismo) e 13,00.

Le cassette sono da richiedere alla Sport Promotion, via Mauro Macchi 28, 20124 Milano, fax 0266713975, info@sportpromotion.it. Si ricorda che dal costo del materiale vanno aggiunte le spese di spedizione pari a 10,00 euro.