

APPRENDIMENTO E INSEGNAMENTO DELLE ARTI MARZIALI

alcune considerazioni sulla relazione tra Maestro, allievo e materiale didattico

di Roberto Benetti

Qual è il ruolo dell'esperienza diretta dell'Allievo con il Maestro nel meccanismo dell'apprendere, e del Maestro con l'Allievo nel meccanismo dell'insegnare?

Quanta importanza riveste l'ausilio di materiale didattico nel processo di apprendimento/insegnamento?

Come si passa dalla lettura/visione/studio di un testo/videocassetta di Arti Marziali all'apprendimento di un principio/forma?

Le problematiche che emergono determinano la necessità di costruire una mappa interattiva che colleghi la parola (scritta e parlata) al Corpo (inteso come manifestazione corporea), seguendo l'iter: acquisizione dell'informazione da un materiale (es. libro o videocassetta) – interpretazione – comprensione intellettuale – comprensione gestuale – efficacia gestuale.

E' necessario, quindi, sviluppare un processo didattico che affronti le difficoltà di insegnamento/apprendimento nella trasmissione di un sapere che non è soltanto cerebrale ma anche vissuto sul proprio corpo in quanto ogni corpo ha proprie capacità e potenzialità percettive.

In questo processo di apprendimento/insegnamento, è fondamentale conoscere, per l'allievo, e riconoscere, nel Maestro, i Principi universali che sono all'origine di tutte le Arti Marziali, in particolare per quelle cosiddette "interne" (Taiji Quan, ecc.).

Si tratta dunque per il Maestro di tradurre costantemente i Principi nella loro manifestazione corporea indipendentemente dall'Arte marziale praticata, sia essa interna od esterna. Bisogna far capire che i Principi (per definizione) sono uguali per tutti ma la loro manifestazione nel corpo può variare a seconda della persona e dello stile praticato e quindi, del Maestro, non va copiato soltanto il movimento ma ne va compreso il percorso interpretativo dal Principio alla sua manifestazione.

Il Maestro e l'allievo

Il Maestro o l'istruttore deve tener comunque conto delle diverse tipologie di allievi in termini di stili di apprendimento. La metodologia dell'insegnamento deve combinare tecniche e modalità diverse fra di loro, anche opposte, per coprire la maggior parte delle tipologie. Quindi, nell'insegnare una postura o un movimento, oltre ad una spiegazione razionale, scientifica, va affiancato un approccio intuitivo e sensitivo possibilmente basato su esperienze corporee già interiorizzate. Si può ricorrere ad immagini o forme verbali, che suscitino nell'allievo sensazioni immediatamente riscontrabili nel proprio corpo. La "spiegazione" deve estendersi a 360 gradi; la capacità del Maestro si riscontra anche da questo e non soltanto dalla sua competenza o abilità tecnica.

L'allievo da parte sua deve quindi interpretare per sé tale percorso partendo dalla manifestazione scaturita dall'applicazione dei Principi. Deve sapere qual è il modo migliore per lui di apprendere e valorizzarlo, lasciarsi "penetrare" o meglio "permeare" dal Maestro, pur mantenendo la propria identità e personalità. Si devono creare le condizioni migliori per uno scambio "osmotico" fra Maestro e allievo, ma anche fra allievo e allievo; spirito di collaborazione ed una sincera voglia di apprendere con un buon pizzico di umiltà e pazienza completano l'atmosfera nella quale viene a crearsi il processo di apprendimento. Infine, l'allievo deve studiare, ovvero capire per interiorizzare i Principi.

Nell'osservazione e nella ripetizione dei movimenti compiuti dal Maestro l'allievo attraversa una fase di imitazione nella quale la manifestazione esterna del movimento costituisce soltanto una faccia del movimento complessivo. Infatti le persone sono sostanzialmente simili fra loro nella

ARTI D'ORIENTE – MAGGIO/GIUGNO 2002

media, pertanto non vi saranno differenze significative nella manifestazione corporea del principio applicato. Ma se ad esempio abbiamo un maestro piccolo di statura che esegue posizioni molto basse relativamente alle nostre dimensioni, il volerlo imitare solo dall'esterno richiederebbe uno sforzo inutile oltre che dannoso nel cercare di raggiungere le sue prestazioni.

Il materiale didattico

Analogamente la lettura/visione di qualunque testo/video di Arti Marziali (in particolare per quelle interne), per essere utile e non soltanto una mera lettura di lettere e parole, o visione di movimenti, richiede una specifica capacità di traduzione/interpretazione/applicazione che equivale a quello che in palestra si cerca di imparare da un Maestro con l'esperienza diretta.

LA LETTURA DI UN TESTO STA ALLA SUA INTERPRETAZIONE NEL CORPO COME LA COMPrensIONE INTELLETTUALE STA ALLA COMPrensIONE GESTUALE

E' importante, a questo punto, saper individuare e scegliere un testo/video che illustri in modo chiaro, preciso e comprensibile i Principi e la loro applicazione.

L'ultimo libro del M° Flavio Daniele, **I TRE POTERI SEGRETI DEL TAIJI QUAN: CORPO - MENTE – ENERGIA**, può essere preso come esempio per cercare di costruire una possibile mappa interattiva - interpretativa, ovvero come poter apprendere anche attraverso un testo.

Questo libro svela, con un linguaggio adatto al praticante occidentale di qualunque Arte Marziale, gli antichi segreti del Taiji Quan, ovvero l'applicazione pratica dei Principi che stanno alla base di qualunque manifestazione gestuale. Finora questi segreti erano stati racchiusi in poche frasi criptiche nei Classici del Taiji Quan che soltanto la trasmissione diretta di qualche Maestro di alto livello ha potuto in qualche modo rendere accessibili.

Infatti, gli insegnamenti e le informazioni in esso contenuti non sono frutto di traduzione o semplice rielaborazione, ma di esperienza diretta dell'autore con grandi Maestri cinesi tuttora viventi, eredi della più autentica tradizione marziale.

E' un testo "applicabile" a qualunque Arte Marziale o disciplina psicofisica in quanto corredato di molto materiale fotografico e con disegni e illustrazioni che chiariscono rendendo evidenti, certe e scientifiche le spiegazioni teoriche esposte.

Due videocassette didattiche sugli esercizi di Nei Gong e Zhan ssu jin completano il materiale didattico.

Tornando quindi al problema iniziale, la domanda da porsi ora è la seguente: "adesso che ho un testo chiaro che capisco, come faccio a tradurlo, ad interpretarlo correttamente nella pratica man mano che lo leggo, e come faccio a fissarlo nel corpo e nella mente"?

PRESUPPOSTI FONDAMENTALI SONO:

- **VOLERE APPRENDERE ED ESSERE DISPOSTI A FATICARE ANCHE INTENSAMENTE**
- **SAPER RICONOSCERE E SEGUIRE CHI, SU QUESTA STRADA, E' IN GRADO DI GUIDARCI.**

Partendo quindi dal libro in oggetto, già una corretta comprensione del titolo ci consente di non fare un primo grande ed ingenuo errore: tenere separato il Corpo dalla Mente e dall'Energia non tenendo conto che formano un unico corpus indissolubile ed inscindibile pena l'incompletezza della mappa interpretativa (p. 61 ... *i tre poteri sono intimamente interconnessi...*).

Lo studio di questi tre aspetti potrà anche essere effettuato separatamente ma l'interpretazione/applicazione dovrà avvenire considerandoli complessivamente (vedi p. 55 "Differenziazione ed integrazione").

ARTI D'ORIENTE – MAGGIO/GIUGNO 2002

Quello che conta è capire quale percorso sia da preferire per raggiungere un risultato e soprattutto in che modo si costruisce un percorso di lettura/interpretazione/applicazione corretto e realmente efficace.

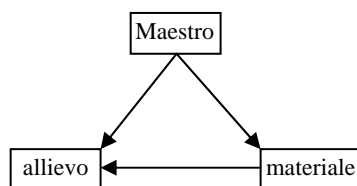
La lettura dovrà avvenire come se “entrassimo” all’interno del libro, di ogni singola pagina, fra insiemi di singole pagine, allo stesso modo in cui si entra in un ipertesto. L’approccio è di tipo multidimensionale in cui ogni parte di noi è coinvolta: gli occhi che leggono, il cervello che elabora, le mani che girano le pagine, il nostro corpo che cerca di applicare quello che la nostra mente recepisce, il tutto inserito nel nostro stato d’animo del momento.

La consapevolezza continua di questo processo è l’ingrediente base per la buona riuscita della lettura/studio/lavoro che stiamo effettuando.

Infine il percorso affinché sia realmente efficace deve essere reversibile ed il più possibile di facile accesso; quindi devo poter partire da un problema pratico di allenamento ed attraverso il libro comprendere come risolverlo e viceversa dalla lettura del libro comprendere i collegamenti fra le varie parti e riuscire a tradurle nella pratica.

L'INTERFACCIA, IL TERZO ELEMENTO OLTRE A NOI ED IL LIBRO/MATERIALE E' IL MAESTRO.

Si viene così a costituire un trinomio, Maestro – allievo – materiale didattico, con ogni elemento intimamente correlato con gli altri due: il Maestro produce il materiale ed insegna direttamente all’allievo; l’allievo a sua volta recepisce l’insegnamento sia sotto forma diretta dal Maestro che mediata dal materiale.



La Trasmissione

Nel meccanismo dell’apprendimento esiste una parola “magica” senza la quale ogni nostro sforzo di apprendere in maniera completa risulterà vano: è la Trasmissione.

Molti praticanti possono avere acquisito delle conoscenze attraverso lo studio autodidatta di libri, manuali e videocassette. Il livello raggiunto può anche essere discreto; ovviamente dipende dalle capacità di chi apprende e dal livello qualitativo del materiale a disposizione. Ma a questo praticante mancherà sempre qualche cosa: la trasmissione diretta di un sapere ottenuta attraverso il contatto reale e immediato con il Maestro/autore del materiale. Nella trasmissione diretta esiste una conoscenza “invisibile” che il discente riceve e il maestro impartisce, attraverso appunto la percezione diretta tramite “tutti” i sensi.

La trasmissione diretta è fondamentale e imprescindibile nel processo di insegnamento/apprendimento; un Maestro può essere tale senza necessariamente produrre del materiale mentre l’Allievo per essere tale deve necessariamente seguire un Maestro.

Tornando al libro preso come manuale di riferimento, questo materiale cartaceo assieme alle videocassette che lo corredano, per quanto fatto bene, chiaro, esaustivo, non potrà MAI sostituire quello che il Maestro mi insegnerà attraverso la pratica sul campo con lui.

Il valore intrinseco di questo testo consiste nel permettere di ritrovare in esso ciò che il Maestro trasmette, accelerando, perfezionando e consolidando il processo di apprendimento.

ARTI D'ORIENTE – MAGGIO/GIUGNO 2002

Ecco perché è stato preso come esempio proprio questo libro, perché ciò che si trova in esso è ciò che il M° Daniele insegna nei suoi corsi. Attraverso la frequenza a detti corsi e con lo studio del libro, è possibile finalmente creare e vivere quella interattività di cui si parlava all'inizio.

Nella mia esperienza personale, posso dunque “entrare” nel libro, nelle videocassette, scambiare con il loro contenuto, testare la comprensione sul mio corpo attraverso la frequentazione del Maestro, e infine correggere ed aggiustare il livello della mia comprensione/conoscenza sia intellettuale che corporea.

Ma al di là della capacità di apprendere e di insegnare il segreto più importante da scoprire è: praticare, praticare, praticare ancora e ancora praticare! Nessun Maestro potrà mai sostituirsi all'allievo in questo!

L'ISTRUTTORE INSEGNA – IL MAESTRO TRASMETTE

Roberto Benetti

Roberto Benetti è docente di Matematica ed insegna e pratica Taiji Quan e Ginnastica Consapevole a Vicenza, dove ha fondato l'Associazione P.M.C., Percorsi nel Movimento Corporeo, che segue i programmi di studio della Scuola di Arti Marziali Nei Dan di Bologna, diretta dal Maestro Flavio Daniele.

Per informazioni: Tel. 0444 – 564863 E-mail: pmc.taichi@libero.it

Per informazioni sui programmi e sui corsi di formazione istruttori della scuola Nei Dan:

Tel. 051 – 239578 / 347 8701436

Sito web: www.taichineidan.com

E-mail: neidan@libero.it