

# L'EQUILIBRIO NELL' ESSERE ALLIEVI

- di Shin Dae Woung -

"Vorrei fornire alcune indicazioni, frutto della mia esperienza, per chi venisse a trovarsi nella condizione di allievo.

Sebbene questi consigli si rivolgano in particolare agli allievi della mia scuola, ritengo che possano essere utili anche per i praticanti di altre discipline e a chiunque si trovi ad essere allievo in qualunque situazione di vita, per trovare un equilibrio nella condizione di allievo.

La prima cosa da fare è una giusta e ponderata scelta; si deve valutare innanzitutto chi deve essere il vostro insegnante, informandosi e dandosi il tempo necessario per la scelta, ma una volta scelta la persona che vogliamo che ci insegni, dobbiamo avere in lui totale fiducia; non accordare a quella persona, una volta scelta, una fiducia incondizionata, equivarrebbe all'andare dal medico e non fidarsi delle sue diagnosi o delle cure che ci propone.

Soprattutto bisogna essere fedeli al proprio insegnante; è un atto di superbia e di profonda scortesia nei suoi confronti, ricevere insegnamenti da un maestro ed integrarli con conoscenze acquisite altrove; significherebbe anche in questo caso non avere fiducia e mettere in dubbio le sue capacità.

Si può trovare il proprio maestro in molti modi e forme differenti; anche la natura, il vento, gli alberi, o qualsiasi altra cosa magari non umana può essere presa come maestro, ma comunque la fiducia è indispensabile.

Il secondo passo è il conquistarsi, a propria volta, la fiducia dell'insegnante; ovvero ottenere in cambio del proprio sforzo iniziale, che l'insegnante sia felice di insegnare a colui che si propone come allievo.

Ogni specialità, ogni disciplina esistente, ha le proprie esigenze, ogni insegnamento ha le proprie regole, ma parlando di arti marziali ove la conoscenza trasmessa può essere dannosa per altri, è indispensabile e necessario che chi insegna si fidi, a sua volta, di chi apprende.

Cercherò ora di elencare alcune norme di comportamento che potranno essere di aiuto all'allievo per il corretto apprendimento della disciplina nella quale si applica:

1. Innanzi tutto bisogna dimostrare educazione nei rapporti con le persone e, oltre ai modi garbati, è opportuno chiedere, cosa che fanno in pochi, quali sono le norme di comportamento in palestra. Per chi trovasse scontato o ovvio questo suggerimento, faccio notare che in tutte le palestre sono elencate tali norme ma in pochi si danno la pena di leggere il foglio su cui sono scritte.
2. Ricordatevi sempre che prima di avere bisogna dare; perciò se volete ottenere qualcosa dal vostro insegnante, dovete innanzitutto offrire qualcosa, fosse anche solo la vostra disponibilità prima di esigere qualsiasi tipo di insegnamento.
3. Importantissimo, il rispetto e la disciplina sono dei punti chiave dell'apprendimento. Anche se non condividete i modi o le idee o la didattica del vostro insegnante, cercate di accettare ugualmente di buon grado i suoi metodi. Una scuola di arti marziali, che vi piaccia o no, non è una democrazia; il più anziano o il più bravo guidano, tutti gli altri seguono. Non si deve quindi contestare in palestra la condotta dell'insegnante o il

metodo da lui adottato; se avete fiducia sapete che c'è un fine ben chiaro in ogni azione dell'insegnante. In secondo luogo discutere o contestare in pubblico la sua condotta dimostrerebbe solamente la vostra debolezza nel non reggere la disciplina e arrecherebbe disturbo ai compagni di corso, danneggiando l'allenamento. Non dimentichiamo che l'allievo va per imparare, non per insegnare! Lo stesso discorso vale anche per gli allievi più anziani. Rispettate sempre la gerarchia.

4. Adattabilità nei confronti dell'insegnante. Ci sono moltissimi modi di insegnare una disciplina, vuoi che sia il Kung Fu o il Taijiquan o qualsiasi altra cosa; si può insegnare sgridando o con gentilezza, ma in ogni caso si deve accettare il metodo dell'insegnante che abbiamo scelto con disciplina e abnegazione. L'insegnante è come un ponte tra noi e la disciplina che stiamo praticando; che sia stretto, largo, scosceso o sconnesso, è nostro compito attraversarlo con pazienza. Certo, un insegnante impara molto anche dagli allievi, ma non è un diritto degli allievi cercare di cambiare il proprio insegnante."

Io preferisco utilizzare un metodo molto umano e aperto nell'insegnamento; amo farmi conoscere dai miei allievi, mostrare loro come vivo e come sono fatto. Purtroppo, però, a volte questo gesto di fiducia e di apertura produce l'effetto opposto in alcuni che, anziché distinguere la vita quotidiana dalla pratica in palestra, giungono ad identificarla.

Significa che non riescono più a distinguere quello che l'insegnante è nella vita privata da quello che invece rappresenta in palestra; non distinguono l'uomo con cui si può essere amici, ridere e discutere, dal maestro, che incarna una tradizione, un metodo, una disciplina per la quale non si discute, ma la si accetta, a cui è dovuto il massimo rispetto e serietà.

Spesso, spessissimo capita di assistere anche ad atteggiamenti poco seri in palestra durante l'allenamento. Per esempio quando l'insegnante dimostra forme ed esercizi per gli allievi, ma questi si distraggono e guardano per aria anziché prestare la massima attenzione per trarre il massimo profitto dalla dimostrazione.

Questo atteggiamento di distrazione è molto più frequente di quanto non si pensi e, anche se fatto in buona fede, può risultare agli occhi dell'insegnante arrogante e mancante di rispetto.

Ancora un esempio: se l'insegnante pratica con gli allievi, è norma ovvia seguire i suoi movimenti cercando di cogliere anche i particolari della sua esecuzione. Seguirlo con molto ritardo o peggio anticiparne i movimenti, equivale ad ignorarne l'esempio, ed è ancora una mancanza di rispetto.

Vediamo ora quali sono gli altri passi che l'allievo deve compiere per rendere giusto il proprio comportamento:

- **Cercare di ripetere le tecniche già apprese il più possibile.**

Non si deve solo chiedere una nuova tecnica o nozione ad ogni allenamento; memorizzare una sequenza non significa necessariamente conoscerla. Solo praticando infinite volte, provando la gioia di eseguire la tecnica conosciuta, si arriva al vero apprendimento e questo richiede tempo e pazienza.

- **Cercare di andare in profondità nello studio della disciplina,**

Non solo aprendo e comprendendo la tecnica, ma sforzandosi di sentire la forza interiore e lo spirito dell'arte. Bisogna cercare di "leggere tra le righe" nell'esecuzione dell'insegnante, cercare di capirne lo spirito, cogliere l'essenza dello stile, accorgersi anche delle sfumature e dei movimenti meno visibili.

- **Mai sentirsi come un cliente.**

Anche se abbiamo pagato per avere le lezioni in palestra, non si deve ritenere che la lezione o la tecnica nuova siano un fatto dovuto. Chi è allievo deve sentirsi allievo; l'arte marziale si insegna e si impara bene per sentimento e non per commercio.

- **Cercare di non mancare mai agli allenamenti.**

Si deve far sentire al maestro o all'insegnante che si ha desiderio di imparare, che la disciplina ci appassiona.

- **Accettare con coraggio i propri errori e nello stesso tempo non nascondere i propri dubbi.**

Spesso i dubbi non subito chiariti si ingigantiscono a tal punto da diventare ostacoli enormi sulla strada dell'apprendimento; in Oriente si dice che chi non pone domande può aver capito tutto o non aver capito niente, ma difficilmente la condizione di allievo si accompagna con la chiarezza immediata. Il timore può quindi soffocare la ricerca di chiarezza e spingerci fino a fare finta di aver capito solo per fare bella figura. Domandare, quindi, qualifica l'allievo dando prova al maestro di pratica e ricerca impegnata."