

• A.S.D. Bushido Tivoli •

# La lampada e l'orologio

Vi sarete chiesti subito cosa mai abbiano in comune la lampada, l'orologio e l'Arte marziale del karate. Più di quanto si possa immaginare.

Nel lungo percorso di formazione di un praticante di arti marziali la 'lampada' può sicuramente essere associata alla funzione del Maestro. Partendo dalla più buia inconsapevolezza di tutto ciò che riguarda l'Arte Marziale il praticante riceverà nel tempo la luce della conoscenza attraverso gli insegnamenti del Maestro. Prima a essere individuata sarà la tecnica, dapprima incerta poi sempre più definita. Seguirà insieme ad essa lo sviluppo della forza che congiuntamente porterà il praticante a una chiara consapevolezza dei gesti, dell'azione e dell'autocontrollo per gestire qualsiasi situazione egli debba affrontare. L'essere allenato a comprendere agire e reagire sarà un ottimo strumento anche nella vita quotidiana. Certo la *via* illuminata dalla lampada sarà tanto più ampia, chiara e completa quanto il Maestro sarà capace di guidare il praticante verso la conoscenza e la maturità marziale. Il compito più difficile sarà per il praticante e per il Maestro interagire sempre affinché la luce non venga mai meno grazie allo spirito di

condivisione della pratica del karate.

L'orologio rappresenta lo scorrere del tempo della pratica, delle sue tappe, dei successi e degli insuccessi nell'avanzamento verso la conoscenza. Allenamento dopo allenamento, passo passo, il praticante aumenta il proprio bagaglio tecnico e comportamentale fino ad arrivare a sempre più definiti, ma non definitivi, livelli di conoscenza dell'Arte. Affronterà vittorie e sconfitte per rafforzare la propria consapevolezza dei gesti e delle azioni. Allo stesso tempo la pratica scandirà lo scorrere della vita del praticante perché essa sarà sempre in stretto rapporto alle proprie attività quotidiane. Ne condizionerà il tempo di condivisione con la famiglia, con lo studio, il lavoro e il tempo libero. La luce della lampada e i riferimenti scanditi dall'orologio accompagneranno sempre il praticante nel suo percorso. Siano essi sempre efficienti nel vostro!

Dopo esserci seduti a riflettere su alcuni aspetti della pratica marziale, possiamo alzarci di nuovo e proseguire la marcia trovandoci ora all'inizio di un nuovo anno di pratica. Da subito lo sforzo della nostra Scuola, grazie all'entusiasmo del Maestro e del suo staff di Insegnanti Tecnici affiliati alla

*Bushido Tivoli* quali A. Duvalli (I-shinden shin dojo), G. Cera (Karate G.C) e A. Giga (Bushido) con il gruppo di etnia Rumena, è stato realizzato un *Mini Trofeo della Befana del "Gioco Sport"* effettuato il 5 gennaio u.s. nella palestra comunale di Vicovaro, dove una animatissima compagine di oltre 80 bambini ha dato vita a un intenso pomeriggio. Accompagnati dalla Befana e da un Babbo Natale in *guantini da combattimento* hanno interagito con i loro istruttori dando un'ottima dimostrazione della loro competenza nell'apprendimento dei fondamentali della pratica sportiva e marziale davanti all'attenta presenza dei propri familiari.

Durante il mese di gennaio la Scuola sarà coinvolta in varie attività sportive oltre quella canonica di preparazione marziale. Prima tra tutte la partenza di Gabriele Cera, insieme a una rappresentativa internazionale dello CSEN, per una importante competizione di karate di alto livello che si terrà a Dubai.

A tutti l'augurio di un radioso anno di pratica con il piacere di continuarlo a farlo insieme al Maestro Alberto.

Pino Gravina

