

### Strumento di revisione

Insegnare è uno strumento di revisione molto efficace. Ho fatto sempre in modo che i miei ragazzi insegnavano l'uno all'altro così potevo vedere se loro facevano i movimenti nel modo corretto. Tutto questo è perché io credo che solo se una persona ha colto tutta la meccanica del movimento nel modo giusto essa potrà essere in grado di insegnarla ad un'altra persona. La cosa interessante è chi fa l'insegnante deve sempre ricaricare e ripassare l'informazione senza essere cosciente di quello che fa il suo cervello in quanto impegnato a fare altro. L'insegnamento causa questo effetto collaterale che a sua volta aiuta ad imparare.

Secondo il dizionario "insegnare" vuol dire "condividere le conoscenze". Cioè vuol dire che chi insegna condivide semplicemente le conoscenze accessibili a lui.

Mi capita spesso di avere qualche allievo che viene da me e si allena per una settimana e poi ritorna a casa per altri sei mesi per poi ritornare da me per le nuove istruzioni. In questo caso consiglio sempre di trovare un amico che può diventare un compagno di allenamento per fare insieme "i compiti" assegnati per casa. Facendo in questo modo uno è costretto di insegnare "il gioco" al proprio amico e così entra in azione lo strumento di revisione. Spesso questi allievi accettano più amici a partecipare alle loro "serate dei compiti". Così nasce un nuovo "kwoon".

La prima volta che ho cominciato ad "insegnare" e anche dopo che ho "finito" di imparare "tutto il sistema" non riuscivo ancora a digerire ed assimilare tutta l'informazione accumulata negli anni di apprendimento. Ancora adesso ho tanto da ricaricare e da ripassare e tanti errori da commettere sperando di imparare da essi. Sono stato estremamente fortunato ad avere lo stesso gruppo di persone con le quali fare "i compiti" per tanti anni e loro a loro volta sono state fortunate ad essere coinvolte nella evoluzione così duratura. Guardando indietro nel tempo si capisce che ci siamo divertiti tantissimo! Certo che non pensavo di diventare un grande Si Fu. Mi piaceva la mia capacità di portare ognuno dei miei compagni ad un livello abbastanza alto e così poter fare i miei "compiti". Tutta la mia vita è stata una serie di "incidenti", alcuni molto piacevoli, altri meno. Il modo in cui io facevo i miei "compiti" era molto accidentale e se qualcuno mi chiedeva quale era il mio metodo, di solito rispondevo "si!", oppure "il metodo di non aver metodo", che forse era una spiegazione debole.

Nino Bernardo

### **Puro Wing Chun**

Nei giorni nostri per trovare qualsiasi cosa basta andare online...il miracolo dell'internet e di www! Mi piacerebbe fare un'analogia. Uno spacciatore di droghe illegale potrà sempre attirare un nuovo cliente dicendogli che la sua "roba" è la più pura che c'è sul mercato. E anche permetterà al suo nuovo cliente di testarlo. Purtroppo visto che lo spacciatore è illegale non c'è la possibilità di provare se quello che dice è la verità, o no?

Vi sembrerà sorprendente ma possiamo farlo. Ho cercato la parola "droghe" su Google e ho passato mezz'ora a leggere tutte le informazioni più incredibili sulle droghe: la storia, gli effetti collaterali, ecc.

Quello che vorrei scrivere di Wing Chun (la riproduzione fonetica dal Cantonese che può significare "bella primavera" o "eterna primavera") e che oggi è la più crescente arte marziale al mondo. È cresciuta molto rapidamente in questi sessant'anni tramandata da un grande "maestro" a centinaia di migliaia di altri. E anche se non mi considero come un maestro credo comunque di essere nella lista. Vi dirò di più, in quella lista sono presenti alcuni nomi che io provo difficoltà ad associare con essa.

E cosa può fare un futuro praticante?

Diventa una confusione per chiunque non solo per lui. Ho provato a scrivere "puro wing chun" su Google e ho trovato circa quattordici pagine piene di scuole, maestri e libri. Ogni scuola professava

a possedere la vera autentica versione, ogni maestro era il migliore ed alcuni sono stati anche allenati in segreto da qualche grande maestro ma alcuni anche da maestri ancor più grandi. E allora viene una domanda: ma puro Wing Chun esiste? Con rispetto parlando, ma Yip Man aveva imparato una cosa vera? E perché allora i suoi allievi predicano le cose diverse? Aveva insegnato a qualcuno in gran segreto? Ho ha preservato “la roba seria” per i suoi figli? O aveva un allievo “migliore” o “preferito”? Sono solo alcune domande che mi vengono in mente ma c’è ne anche un’altra... Come fa uno a scoprire dove trovare il Wing Chun genuino?

Durante i miei seminari e stage io chiedo a tutti di ascoltare con attenzione e non credere ad ogni cosa senza prima pensare e chiedersi se quello che dico ha un senso. E sottolineo che non è solo una questione di credere ma piuttosto di essere o non essere d’accordo con quello che è stato detto.

L’altra cosa importante è che tra le persone che vengono per imparare da me non ce ne sono neanche due uguali. Lo stesso tra le persone che impararono dal mio Si Fu non ce n’erano due uguali. Si può dire che abbiamo tutti imparato la stessa lingua ma abbiamo tutti la calligrafia diversa e parliamo tutti in un modo diverso. E per di più esistono anche diverse interpretazioni di quello che è stato imparato. C’è gente che viene dall’esperienza marziale precedente ed entra nel Wing Chun già con il programma installato. Anche altri programmi personali già installati giocano un ruolo importante nella formazione di ogni individuo. Con questo io intendo la religione, le tradizioni, l’educazione, la famiglia. Tutto questo inevitabilmente porterà a tanto temuta sindrome di “io ho ragione, lui ha torto” che a sua volta causerà la rabbia politica.

Come fa un praticante potenziale a decifrare il messaggio e a scegliere da chi imparare? Tanti sono costretti per anni ad imparare da un maestro “sbagliato” prima di trovare quello “giusto”. Il vecchio detto “il maestro appare quando l’allievo è pronto” è un possibile frutto di tutte le ricerche di un maestro “giusto”. Ma anche abbandonando un maestro “sbagliato” per quello “giusto” ti rimane l’esperienza precedente che influenzerà il nuovo apprendimento complicando ancor di più le cose. Per mia esperienza, quando cerchi qualcosa non lo trovi. Appena smetti di cercare ecco che appare. Credo che lo stesso principio si può applicare anche per il Chi Sao. Quando voglio eseguire una tecnica non riesco a farlo ma appena smetto di pensarci ci riesco subito. E allora il segreto è non pensarci? Una cosa da fare è certa: studiare ed esercitarsi fino a sviluppare un’abilità sufficiente per “creare una situazione ideale” che permette di eseguire la tecnica desiderata.

Un’altra cosa importante è riuscire a vedere quello che è stato mostrato e a sentire quello che è stato detto senza vedere e sentire quello che si vuole. Succede spesso quando si impara. Quando l’informazione viene reinterpretata spesso cambia il senso di essa e la stessa cosa riguarda le tecniche. Credo che tutta l’informazione deve essere chiarita per capirla e tutte le tecniche devono essere personalizzate. In questo caso gli allievi possano avere lo spazio per sviluppare il loro genio piuttosto di diventare i cloni del maestro.

Quando insegno io voglio che i miei allievi capiscano il modo in cui mi hanno insegnato e come adesso interpreto quello che ho imparato. Il mio Si Fu spesso non era d’accordo con le tecniche del suo Si Fu. Questo mi sembrava un modo un po’ dispettoso ma adesso capisco che non era così, lui cercava semplicemente di fare alcuni punti più chiari per i suoi allievi. In questo modo lui ha creato un precedente che ha influenzato anche me e adesso dico sempre ai miei allievi di non credere subito ma prima di prendere una decisione ascoltare con molta attenzione e poi decidere di essere d’accordo o meno.

E per finire la mia analogia di Wing Chun con le droghe vi dico che lo spacciatore dirà sempre che la sua è quella più pura che esiste. E anche chi promuove Wing Chun farà così. Ognuno di voi alla ricerca del puro Wing Chun dovrà fare molta attenzione nel cercare e provare.

Nino Bernardo

### **Un vero vero Affare**

Quando un nuovo allievo, o come lo chiamo io “una vittima fresca”, comincia il suo percorso, lui o lei deve memorizzare la prima forma. All’inizio la forma è grezza, poi passo dopo passo diventa più raffinata ed accordata, il processo che richiede tempo. Per non far annoiare l’allievo gli viene “somministrata” qualche tecnica di base. È molto importante che tale tecnica di base non

interferisca sullo sviluppo dell'allievo che a quel punto non è consapevole del fatto che tutti quei esercizi servono solo per mantenere il suo interesse e l'entusiasmo e così prevenire la perdita di un allievo/cliente.

Il sistema considerato come tale viene "installato" passo dopo passo e con dei metodi precisi. Una volta "installato" e "funzionante", i nuovi "strumenti" e "il software" che li accompagna verrà "caricato". È chiaro che ad ogni allievo viene insegnato durante tutto il percorso formativo come usare ed applicare ogni nuovo strumento e "software" e, finito il percorso del sistema, esso comincia a manifestarsi nel allievo che a sua volta diventa gradualmente il maestro/l'esperto. Non esiste una precisa durata di ogni "corso" poiché dipende dal "hard drive" dell'allievo e dalle condizioni precedenti. A volte "l'hard drive" di alcuni allievi "respinge" i programmi, gli strumenti o il software. Un maestro con esperienza riesce di solito a tenere sotto controllo questi problemi. Appena un allievo finisce "tutto il sistema" il suo programma rimane ancora sotto grezza forma perché non ha passato ancora il processo di rifinitura e gli strumenti e il software non sono ancora pienamente capiti ed applicati. Come un esempio può servire una persona che ha vissuto per tanti anni in un paese straniero ma non parla ancora la lingua o la parla alla maniera di "Tarzan". Esiste anche un detto "uno comincia ad imparare a guidare dopo che ha passato l'esame di guida". Detto questo, tutti sappiamo che esiste la gente che non sa ancora guidare anche se ha già passato il suo esame di guida molti anni fa. E la cosa più pericolosa è che questa gente crede di poter guidare. Poi esistono quelli che si hanno "finito" tutto il sistema ma non solo non sono stati raffinati ed accordati ma hanno anche collezionato strada facendo un bel po' di virus. Wing Chun è un sistema molto completo e sofisticato ma grazie alla mancanza dell'apprezzamento gode di una reputazione abbastanza sfortunata. Sono già molti anni che io insegno e parecchie persone hanno frequentato le mie lezioni. Alcuni hanno i loro "kwoon", scuole e anche accademie. Se qualcuno di voi vorrebbe verificare d'autenticità di qualche istruttore non esitate di chiamarmi e chiedermi la mia opinione. Ogni istruttore si trova in una situazione molto delicata e corre dei rischi nel ferire il proprio ego in quanto esiste una credenza popolare che un Maestro di Kung Fu possiede una particolare "conoscenza" e "saggezza". Questo perché ogni fresco allievo di solito si lascia nel assoluto timore del maestro. Ho notato questo quando ho incontrato per la prima volta il mio Si Fu, Wong Shun Leung, e ancora adesso sono sopraffatto da lui. Questa cosa l'ho notata anche nei miei freschi allievi ma anche nei miei allievi più vecchi. E tocca a me di spiegarli che è soltanto uno stato mentale, una fase da passare e che loro dovrebbero essere intimoriti non dal maestro ma dal meraviglioso sistema che stanno imparando. Devo sempre ricordare a loro che ho intrapreso la via del Kung Fu perché non ero sicuro in me stesso e solo dopo aver praticato per tanti anni che la curiosità e l'interesse hanno preso posto dell'insicurezza e mi hanno aiutato a capire e a sviluppare il profondo rispetto per il mio insegnante e per il sistema e la sua intelligenza.

Poi esiste anche un classico individuo che come tanti altri è pieno di venerazione per il suo maestro e comincia a ripetere alla maniera di un pappagallo tutto quello che dice il maestro e tutti i suoi amici cominciano alla loro volta a venerare questo individuo. Lui si trasforma in maestro copiando il suo insegnante e ripetendo tutto quello che dice. E così va avanti affinché il nostro individuo diventa una perfetta copia del suo maestro. I suoi allievi credono che lui è quello vero, il vero McCoy, un vero affare. E per mantenere questa immagine probabilmente i suoi allievi non vedranno ne incontreranno mai il loro maestro altrimenti la verità uscirà fuori e questo maestro si ritroverà in una situazione difficile ed imbarazzante. E così lo aspetta un compito poco invidiato di guidare via i suoi allievi lontano dal incontrare o vedere quel vero affare.

Secondo me esistono quattro categorie principali di chi pratica. Quelli che hanno completato il sistema, non insegnano ma soltanto praticano nei "kwoon" o con altri praticanti. Quelli che hanno finito e hanno aperto i loro "kwoon" dove insegnano e praticano. Quelli che non hanno finito ma insegnano ai piccoli gruppi ed esercitano lo strumento di revisione e continuano ad imparare da un Si Fu. E infine quelli che insegnano a tempo pieno senza aver finito l'apprendimento di qualsiasi sistema e non hanno nessuna intenzione di farlo.

Ho smesso di rilasciare "i certificati" nel 1993. Adesso semplicemente scrivo una lettera allo studente in questione parlando del suo tempo trascorso con me, spiegando quello che è stato fatto e

quello ancora da “arrotondare” o finire nel programma che abbiamo cominciato insieme. Queste lettere sono personali e sono senz’altro le testimonianze del tempo trascorso negli allenamenti e dei temi appresi. Però queste lettere non possono essere considerate come “certificati” che autorizzano ad insegnare. Ogni persona che dichiara di aver imparato da me tutto il sistema deve essere in possesso di tale lettera scritta da me. Se tale lettera viene usata come una testimonianza è importante esaminare ogni dettaglio del suo contenuto. E non esitate di contattarmi per chiedere la mia opinione sulle persone in questione.

Nino Bernardo