

Le fasi del processo di apprendimento marziale

Nelle arti marziali è molto importante, inizialmente, apprendere le basi in modo corretto, per poi svilupparle attraverso un costante allenamento, arrivando, in ultima analisi, ad implementare le conoscenze acquisite autonomamente.

Questo processo evolutivo si fonda sul principio tradizionale giapponese del SHU-HA-RI.

Nella prima fase, il budoka esegue le istruzioni del maestro (o dell'insegnante) come gli vengono trasmesse, limitandosi a copiare i movimenti per apprendere la tecnica e l'efficacia del metodo marziale in questione (SHU).

Col tempo, perfezionerà ed espanderà le conoscenze acquisite, migliorandone l'esecuzione e realizzando una propria padronanza specifica (HA).

L'ultima fase, che comunque non va considerata un traguardo finale, ma solo una meta di passaggio, prevede l'elaborazione personale e autonoma delle tecniche apprese, reinterpretandone i contenuti (RI).

La via delle arti marziali non segue le regole standard della società odierna, dove ogni percorso prevede un traguardo e un premio. L'arte marziale è un sentiero che non consente di intravedere mai la meta, pur sapendo che esiste. Se si deciderà di percorrere questo sentiero, si avrà la possibilità di dare una dignitosa e autorevole "direzione" alla propria vita. (Josef Pfeifhofer)