

WING TSUN: La logica di un'

Ho cominciato a praticare il Wing Tsun nel 1998 e vorrei parlarne, dopo questi anni di pratica, analizzandolo da un punto di vista inusuale; il punto di vista della "Logica" con la L maiuscola. Occorre però che faccia subito una premessa per sgombrare il campo da equivoci: le riflessioni qui svilup-



di
Aldo Antuori
- SALERNO

pate non sono rivolte ad esperti di gabbie da extreme fight, né a quelli che frequentano i blog tematici in cui ci si esercita nel gossip marziale, per cui consiglierai a coloro che si riconoscono in una di queste due categorie di non proseguire nella lettura, perché rimarrebbero delusi. Detto questo che cosa centra la "Logica" col WT? Innanzitutto diamo una definizione di "Logica" prendendo in prestito quella di Piergiorgio Odifreddi - docente di Logica all'università di Torino ed alla Cornell University -: "la Logica è lo studio del pensiero (espressione) attraverso il linguaggio al fine di stabilire i valori di verità di una proposizione". Affinché esista la Logica è necessario che ci sia un linguaggio. Per il linguaggio Aristotele individuò i termini del discorso, che hanno senso isolatamente e con i quali si costruiscono le proposizioni e le chiamò categorie. Aristotele considera le categorie grammaticali quali: sostantivi, aggettivi (quantitativi e qualitativi), relazioni, avverbi (di luogo e di tempo), verbi ausiliari (essere e avere) e forme verbali (attive e passive) con le quali costruire le proposizioni del linguaggio naturale. Analogamente possiamo considerare le posizioni ed i movimenti nelle forme Siu Nim Tau, Cham Kiu e Biu Tze come i termini semplici del discorso nel linguaggio del WT e le azioni di difesa / attacco come le proposizioni che si costruiscono con esso. Le forme insegnano al praticante le basi del WT: la corretta postura dei movimenti riflessi quali il Tan Sao, il Bong Sao, il modo di portare correttamente attacchi come

il Tut Sao o il Fat Sao nella I^a forma; la coordinazione e la dinamicità nella II^a con gli spostamenti, la forza esplosiva nella III^a. Sono dunque queste le basi del WT, necessarie, ma non sufficienti, per costruire una proposizione (cioè una azione di difesa e/o attacco).

Il passo successivo dell'applicazione della Logica al linguaggio naturale è stato quello di costruire proposizioni sensate. Crisippo (III sec.p.e.V), esponente della scuola della Stoà, arricchì la Logica delle nozioni di Sintassi Semantica e Semiotica che stabilirono e definirono le regole e le modalità di interpretazione da applicare alle proposizioni del linguaggio naturale. Nel WT l'equivalente delle aree individuate da Crisippo sono i "4 principi della tecnica" e i "4 principi della forza" che i praticanti di WT ben conoscono. I principi della forza e della tecnica costituiscono le modalità (Sintassi) con cui si costruiscono le proposizioni nel WT; esse debbono essere fluide e naturali (CHI SAO - contatto, braccia incolate) così come è fluido e naturale parlare. La Sintassi del WT viene insegnata con la pratica del LAT SAO (distanza senza contatto) e del CHI SAO che rendono concreti i principi della forza e della tecnica. Risulta evidente l'importanza della conoscenza e della padronanza delle categorie semplici individuate per il WT acquisite attraverso lo studio e la pratica delle forme. Con il CHI SAO il praticante impara a rendere fluido e naturale il suo

modo di esprimersi nel WT coniugando opportunamente i principi della forza e della tecnica. Il LAT SAO cala il praticante in un contesto interpretativo ancora più concreto, obbligandolo a riconoscere e a dare un senso alle proprie azioni e a quelle dell'avversario. Rimane da affrontare l'ultimo punto che ha rappresentato e rappresenta il problema chiave dei "Logici" di ogni

epoca, da Parmenide agli Stoici, dagli Scolastici a Kant, fino ad arrivare ai "Logici" del XX secolo quali Tarski e Gödel: stabilire la validità di una proposizione per poter decidere della sua verità. Per mantenere l'analogia con il linguaggio naturale e studiare il WT attraverso la "Logica" dobbiamo considerare che una proposizione, anche se corretta dal punto di vista Sintattico Semiotico e Semantico, potrebbe esprimere un paradosso. Il più famoso, nel linguaggio è di decidere l'assoluto di una proposizione, per cui essa può essere vera in un universo ma per altri risultare falsa.

Infatti il criterio di verità, enunciato da Platone e adottato da Aristotele, richiede una corrispondenza tra linguaggio e mondo.

Per definire la verità di un linguaggio si deve quindi specificare, esattamente, la struttura di un mondo possibile a cui esso si riferisce. La soluzione dei paradossi può quindi venire solo da una teoria che colleghi le affermazioni del linguaggio ai fatti del mondo scomponendole da affermazioni astratte ad affermazioni via via più concrete, fino a ridurle ad affermazioni su stati di fatto (Kripke).

Stabilire un criterio di verità per un'applicazione WT, e quindi per il WT, significa verificare la sua efficacia in un dato contesto scomponendola nei suoi elementi semplici.

Affermare che un MAN SAO che intercetta un pugno si trasforma in un BOM SAO o in un TAN SAO è una proposizione vera in funzione dell'evento pugno.

arte marziale

Ed è proprio quello che fa il logico matematico\filosofo Kripke quando con il suo teorema di indefinibilità stabilisce che le proposizioni debbono essere correlate al mondo reale. La correlazione che il WT ha con il mondo reale è molto forte perché è una conseguenza naturale delle sue definizioni e delle sue componenti. Non esistono tecniche o applicazioni segrete nel WT che risultino vere in assoluto, ma solo applicazioni che sono vere in funzione del collegamento con il mondo reale. La pratica del CHI SAO, ad esempio, viene utilizzata per acquisire la capacità di adeguarsi all'avversario, per assorbire la sua forza, aggiungere alla sua la propria e restituirla. Il CHI SAO, però, non funzionerebbe se lo si praticasse, per arrivare ad un paradosso, con un extraterrestre che avesse più di due braccia. Il principio elementare di

assorbire la forza dell'avversario è vero in assoluto, la sua applicazione è vera in funzione della sua correlazione con i fatti del mondo. Potremmo quindi dire che il WT è vero in quanto un continuo divenire (Eraclito). Per essere vero il WT dovrebbe esserlo in tutti i possibili mondi (le ultime ricerche nella Fisica submolecolare ci dicono che ne esistono di infiniti) e questo è improbabile. Per spiegare agli scettici le sue teorie sulla relatività e mettere in chiaro nell'articolo "Fisica e realtà" del 1936 il ruolo della Logica nella fisica moderna, Einstein scrisse: "La Fisica è un sistema logico in evoluzione e l'evoluzione procede nella direzione di una crescente semplicità nei fondamenti logici..."

Se sostituiamo la parola "Fisica" con "WING TSUN", dopo queste considerazioni, il periodo, anche se potrebbe

sembrare irriverente, rimane coerente. Irreverente potrebbero aver trovato questo articolo quelli che, pur appartenendo alle categorie menzionate all'inizio e nonostante il consiglio di non proseguire nella lettura, l'abbiano comunque fatto.

A coloro che abbiano trovato irriverente accostare un'arte marziale alla Logica ed alla Filosofia ricordo che il WT ha radici profonde nelle tre principali correnti filosofiche orientali: Buddismo, Confucianesimo e Taoismo, come gli appassionati e i praticanti di WT certamente sanno. E per rafforzare questo legame voglio citare un aneddoto che riguarda la vita di Platone: Platone, il cui vero nome era Aristocle, era così appassionato di lotta e culturismo che sviluppò delle spalle così larghe da meritarsi, dal suo allenatore, il soprannome di Platone (Piattono).

Donne e Violenza:

la migliore difesa è la prevenzione

di

Carmela D'Amico

- CASERTA

sentire un po' meno la sofferenza, per riuscire a riprendere il controllo. La personalità violenta si manifesta quando incontra una personalità debole; il violento non criminale e il criminale si manifesta in un ambiente in cui può essere forte: l'ambiente familiare o luoghi appartati e poco frequentati. Troppo spesso le donne sono indifese, fragili, in balia della cattiveria degli uomini che, approfittando della superiorità fisica, scaricano la loro violenza contro le donne. Sono loro che stuprano, picchiano, umiliano, in alcuni casi fino ad uccidere. Gli uomini che usano violenza lo fanno per mantenere o rafforzare il loro potere nei riguardi delle donne ed è un "crimine", ma continua ad essere da loro considerata una questione privata. Secondo il codice internazionale dei diritti umani, tutti i governi hanno la responsabilità di prevenire, indagare e punire gli atti di violenza sulle donne in qualsiasi luogo si verificano impegnandosi a rendere più forti le donne, per garantire loro indipendenza economica e protezione dei diritti fondamentali.

Ma, se vogliamo che ogni donna sia libera di vivere la propria vita, che si senta al sicuro dalla violenza, è indispensabile darle gli strumenti necessari per difendersi e, quando è necessario, contrattaccare: per ottenere questo è necessario che la donna possieda un bagaglio di nozioni e strumenti che la mettano in condizione di avere una maggiore consapevolezza di sé, per imparare a riconoscere segnali di pericolo e situazioni a rischio, per evitarli o almeno per riuscire a fronteggiarli con alcune tecniche difensive di base. Per sviluppare una mentalità difensiva la "difesa personale" non deve limitarsi all'insegnamento di tecniche fisiche, ma affrontare ogni aspetto della sicurezza e puntare principalmente sui fattori psicologici che possono condizionare le donne che si trovano a dover affrontare una situazione di pericolo reale: autostima, consapevolezza di sé, determinazione, controllo dell'emotività. E, soprattutto, bisogna insegnare alla donna ad utilizzare l'arma numero uno che tutti quanti abbiamo a disposizione per evitare l'aggressione e per difenderci, la prevenzione: è necessario imparare a sviluppare una mentalità difensiva utile in ogni circostanza della vita.



Le notizie sugli abusi e le violenze verso il sesso femminile negli ultimi periodi sono diventate allarmanti. La violenza contro le donne è diffusa, non appare in diminuzione, è una piaga globale ed un fenomeno molto esteso. Esiste in tutti i Paesi, attraversa tutte le classi sociali, i livelli di istruzione e tutte le fasce d'età. Essa comprende: la violenza domestica, gli stupri, il traffico di donne e bambine, l'induzione alla prostituzione e la violenza perpetrata in occasione dei conflitti armati, stupri sistematici, schiavitù sessuale e maternità forzate. E' uno dei meccanismi tramite i quali vengono costrette ad una posizione subordinata all'uomo. L'argomento è delicato e difficile da trattare, poiché le donne che subiscono violenza si sentono confuse, si vergognano, hanno paura e mettono in atto delle strategie per difendersi dal dolore, delle barriere che aiutano a