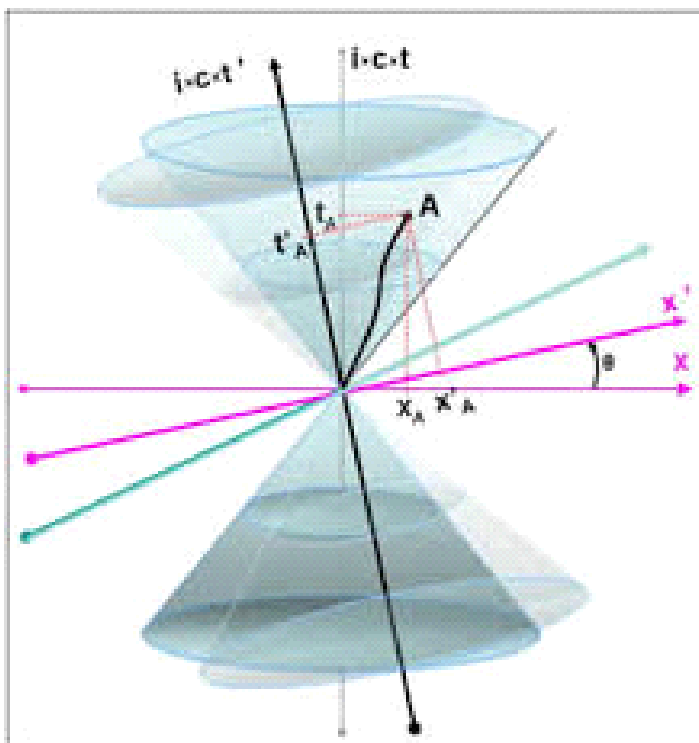
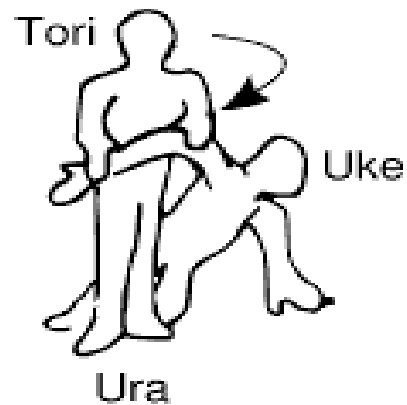
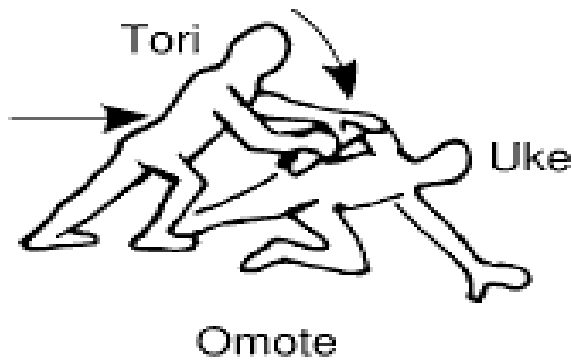
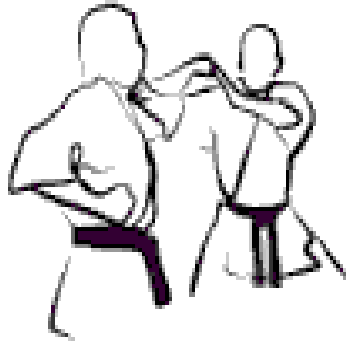


間合い





Tesi

3°Dan (段)

Cronotempo all'interno della pratica

Definizioni di Spazio

Spazio e tempo sono due concetti molto noti e utilizzati nella nostra quotidianità ma quando qualcuno ci chiede la definizione di tempo e di spazio le cose si complicano un po'. Le definizioni di tali concetti sono variati nel susseguirsi di anni in base al uso che si voleva fare di tali concetti. In questo paragrafo cercheremo di dare una definizione di spazio e tempo.

Lo spazio è un concetto astratto di "luogo infinito al interno del quale sono collocate le cose i corpi, energie-materie" ossia, luogo/posto di estensione limitato o illimitato libera o occupata che tutti gli esseri viventi percepiscono e capiscono. Per potere rapportarci abbiamo stabilito delle semplici regole, inventando dei parametri spaziali definite come dimensioni ed in base a essi stabiliamo ogni volta come interagiamo con le cose che ci circondano.

Nello spazio per convenzione noi osserviamo le tre dimensioni, altezza, larghezza, profondità. Noi interagiamo con le cose che ci circondano attraverso il variare di queste tre dimensioni, stabilendo ogni volta se ci stiamo allontanando-avvicinando da un oggetto presente nei dintorni.

Lo spazio si potrebbe distinguere in esterno e interno, non inteso come quello utilizzato in architettura. Spazio interno inteso come un luogo non visibile esistente al interno della nostra coscienza corporea e mentale dove risiede il nostro *io* più profondo i nostri valori e principi, luogo di pace e tranquillità dove ogni individuo può rifugiarsi per riflettere e fare le proprie scelte liberamente senza essere influenzato.



Spazio esterno inteso come esistenza libertà di movimento, di espressione, spazio per essere e vivere e spostarsi.

Sia spazio interno che esterno sono luoghi inviolabili nessuno ha il diritto di entrare lo spazio di qualcuno senza un invito o un permesso. Tale spazio interno ed esterno è sacro deve essere rispettato e qualvolta ne fosse bisogno difeso, rispettando sempre lo spazio di esistenza, di opinione di un altro individuo. Questa è la base di preservare la sicurezza di un individuo, principio fondamentale nella pratica delle arti marziali e pilastro della nostra società.

Definizione di Tempo “Ma-ai” (間合□)

Un termine abbastanza noto tra i praticanti di arti marziali è il termine “Ma ai” “proveniente dal principio del Zen *Ma*, vuoto. *Ma ai* viene definito nelle arti marziali come intervallo o spazio tra due avversari. Questa potremo caratterizzarla come una definizione semplice, un pò povera oserei dire, almeno per chi pratica un’arte marziale. *Ma ai* racchiude una serie di altri concetti molto importanti per lo studio

delle arti marziali come angolazione, ritmo di attacco anche tempo che serve per percorrere tale distanza.

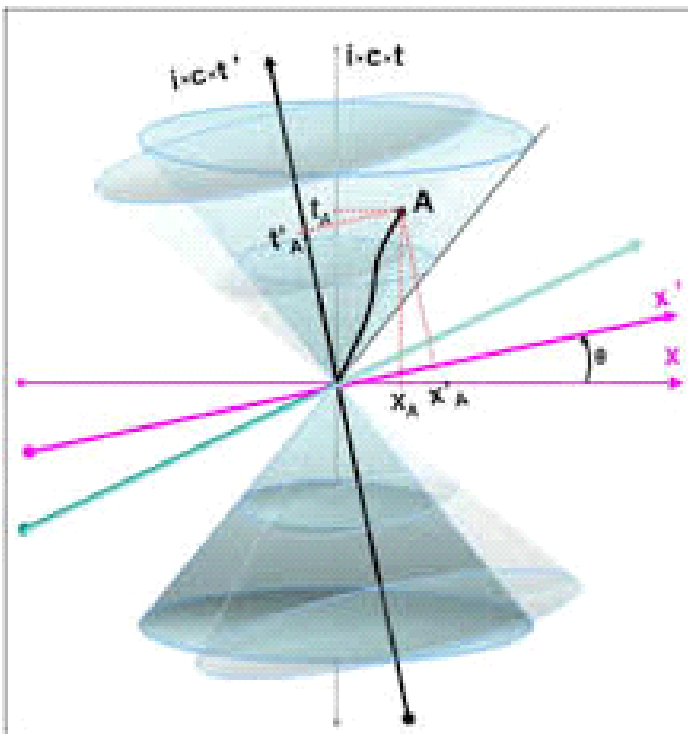


Ci risulta che il concetto di distanza, termine che valuta lo spazio viene sostituito da un altro concetto quello del tempo, intervallo di tempo che serve per fare qualcosa. Come definiamo il concetto di tempo.

Il tempo è un argomento molto dibattuto in ambito scientifico, filosofico, Religioso e molti altri, riguardando la sua forma (lineare, ciclico) riguardando il verso ossia lo scorrere del tempo, addirittura mettere in discussione la esistenza stessa del tempo.

Una delle definizioni del concetto del tempo è quella della fisica moderna che lo definisce come "la distanza tra due o più eventi collocati nelle coordinate dello spaziotempo quadridimensionale. Tale definizione ci mostra che il tempo non può essere compreso se non come una parte del *chorotempo*. Un'altra definizione del tempo che tutti gli esseri possono sperimentare con i propri sensi è il *cambiamento dello spazio*. Come vediamo queste due definizioni mettono a confronto due eventi uno registrato nella nostra memoria e uno che viene registrato in quel momento, tra questi due eventi si crea uno spazio al quale si attribuisce un valore discreto.

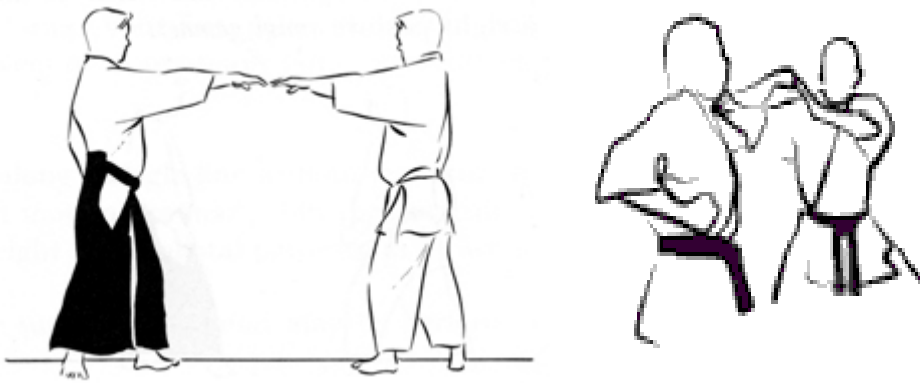
Vediamo che tutti e due i concetti considerati non possono essere definiti da soli ma devono sempre essere relazionati tra di loro devono coesistere. Non è possibile valutare il tempo senza lo spazio. Se non varia il luogo o gli esseri e gli oggetti all'interno del luogo il tempo non può essere valutato. Ma anche la valutazione dello spazio può essere sostituito dal tempo. In conclusione possiamo dire che questi due concetti fanno parte di un unico sistema definito con la presenza di ambedue i concetti denominato spaziotempo o chorotempo quadridimensionale, in quanto considera le tre dimensioni che caratterizzano lo spazio (lunghezza, altezza e profondità) più la quarta che è il tempo.



Studio dello Chorotempo all'interno della pratica

Abbiamo concluso nel paragrafo precedente che i due concetti di spazio e tempo sono dei concetti che sono in simbiosi perfetta all'interno di un sistema che viene chiamato "chorotempo" termine composto choros ($\chi\rho\acute{o}\rho\omicron\varsigma$), termine Greco per lo spazio e il termine tempo.

Nella nostra pratica del aikido si enfatizza dal inizio l'importanza dello spazio. Spazio o distanza per evitare l'*atemi*, spazio per movevi spostarci, distanza spazio dal centro etc. Spazio che come abbiamo precisato prima può essere definito come un luogo all'interno di un sistema di tre assi lunghezza/larghezza, profondità e altezza. Un sistema che deve essere ricercato in qualsiasi momento della pratica indispensabilmente del livello del praticante.



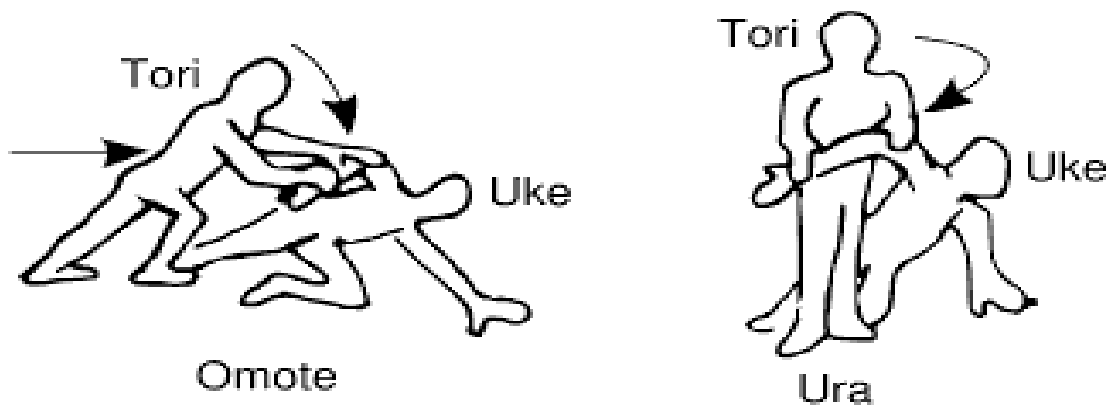
La diversificazione del livello del praticante non è determinata soltanto dalla capacità di trovare questi tre punti che sono i principi della parte tecnica della disciplina ma trovare anche la tempistica giusta per applicarli. Un tempo diverso determinerà uno spazio diverso, l'insieme di questi punti al interno sistema che prima abbiamo chiamato choro tempo determinerà risultato diverso.

Tale risultato può essere diviso in due macrocategorie che possono essere caratterizzate come risultato ricercato e occasionale.

Risultato ricercato inteso come kata, forma, tecnica il quale è un risultato prestabilito e volontario. Tale risultato è raggiungibile se prima sono state stabilite delle variabili discrete come:

- tipo e direzione del attacco,
- tipo di relazione
- tempo di azione
- punto di incontro

Analizzando una ad una le variabili discrete possiamo dire che il tipo e direzione di un attacco sono tsuki, shomen, yokomen, yakuyokomen, aihami, yakuhami e così via. Il tipo di relazione che può essere omote o ura, uchi o soto variabili determinanti per il tempo di azione e punto di contatto che diventano delle variabili determinate. Una volta stabilito le variabili determinanti sia quelle determinate, utilizzando le tre dimensioni dello spazio si possono creare dei spazi i quali determinano l'esito del



risultato.

Nelle situazioni che abbiamo chiamato ricercate si conosce il finale e si deve stabilire la modalità tramite la quale arrivare utilizzando alcuni principi fondamentali della pratica che allo stesso tempo possono essere ritrovati nel sistema quadrimensionale denominato chorotempo. Come abbiamo affermato prima il tempo è determinato dal tipo di attacco e dal tipo di relazione prestabilito. Gli altri principi come la distanza tra il centro di ukè e di tori che può rappresentare la lunghezza, la rotazione del centro che può rappresentare la profondità e la sua altezza del centro dal suolo .

Un risultato occasionale a differenza di quello prestabilito o ricercato ha due fondamentali differenze. Primo in casi molto estremi il tipo di relazione o attacco non è stabilito, anche il tempo diventa una variabile incognita di conseguenza non esistono più variabili determinati e determinate. In una tale situazione di assenza di certezze potrebbe risolversi tramite l'utilizzo dei principi sopramenzionati per gestire una tale situazione.

Utilizzando la lunghezza sia per salvaguardare il proprio spazio e allo stesso tempo determinare il tempo creando in questo modo due dimensioni del chorotempo, ruotando il centro per determinare la profondità e un terzo punto del chorotempo e in fine determinando l'altezza creando anche la quarta dimensione.

Questo secondo il mio parere dovrebbe essere il risultato dello studio della disciplina del aikido spiegato attraverso l'utilizzo del concetto dello chorotempo. Dare le capacità al praticante di creare dei spazi tramite l'utilizzo di alcuni fondamentali principi della fisica.

Tecniche dimostrative

Tachi waza

- shomen uchi ikkyo nikkyo sankyo
- shomen uchi kotegaeshi
- aihami iriminage

hamnia hantachi waza

- ai hanmi hijikimenosae
- katatedori gyakuhanmi shihinage

suwari waza

- yokomenuchi ikkyo
- shomen uchi ikkyo

(Fonte wikipedia, <https://www.pensando.it/wp/filosofia/sullo-spazio-tempo-tra-fisica-e-filosofia>)

(fonte: http://www.mednat.org/new_scienza/spazio_tempo.htm)

Mario Ziamas