



*Un lungo viaggio incomincia con un passo
Lao Tze*

L'Associazione in passato

Moltissimi di noi, al momento in cui si sono avvicinati all'Associazione, ed in realtà possiamo tranquillamente dire "alle arti marziali interne", non conoscevano neppure il significato di tali parole. Qualcuno aveva già visto o sentito parlare di Taiji, di Qi-Gong ma rimanevano concetti nebulosi e soprattutto lontani. Per qualcuno di noi era di difficile accettazione l'idea (tipicamente occidentale) che l'uomo si differenzi dagli altri esseri per le facoltà del suo intelletto e quindi il suo obiettivo principale è un atteggiamento di controllo nei confronti della natura che è considerata ostile. Eravamo all'oscuro che esistesse una dimensione

energetica, una forma di rispetto profondo ed importante anche se provavamo un profondo sentimento di amore per la vita e magari avevamo cercato di trasmetterlo alle persone che ci circondavano senza sapere esattamente come fare.....ad un certo punto, sorrisi, allegria e gentilezza non bastavano più per soddisfare il bisogno di comunicare agli altri e soprattutto a noi stessi....era iniziata la Ricerca.

Ci sono momenti nella vita delle persone in cui accadono "cose" perchè devono accadere, magari senza che ce ne rendiamo conto: tutto ciò ha avuto bisogno di una lunga preparazione, magari iniziata da altri, quindi quel preciso attimo ha avuto bisogno di un grande intrecciarsi di vite e la classica frase "nulla succede a caso" appare molto più reale. L'incontro con il nostro Maestro Joao Mira è stato per tutti noi un po' questo, perchè improvvisamente ha portato una luce diversa, ci ha donato un nuovo modo di pensare, e una nuova dimensione con la quale raffrontarci che ci ha permesso "un nuovo modo di essere".

L'Associazione oggi.

Oggi noi viviamo una realtà associativa fatta di pratica, di lavoro con il corpo, di teoria, di studio, di Ricerca personale. Qualcuno trova nel Taijiquan il modo per esprimere la sua dedizione alla vita, una vera manifestazione di amore, gioia, gratitudine, di sintonia con la vita.

Qualcuno trova nella ricerca della "forma più tonda" l'intuizione che il nostro corpo non è fatto di soli muscoli, nei 5 elementi e nei movimenti ripetuti, trova la consapevolezza sempre più grande di avere veramente un corpo, una consapevolezza però che non è solo mentale, ma anche fisica, realizzando così il principio di lavorare con il corpo per trasformare il cuore, un corpo che non è solo muscoli ed ossa, ma anche cuore, intenzione, Qi, vuoto.

C'è chi cerca nella posizione corretta del corpo e nella ricerca dell'uso minimo della forza di ottenere il massimo dell'efficacia e dell'efficienza e quindi sentire, percepire il trasferimento del Qi all'interno del proprio corpo; fondamentale ancora è l'intenzione, la presa di coscienza delle relazioni tra corpo, Qi ed intenzione.

Qualcun altro vede nella Cerimonia del Tè lo strumento dell'unione tra l'uomo e la natura, tra l'intenzione e l'agire, tra quello che siamo realmente e la ricerca di quello che vorremmo essere.

Qualcuno ancora sente la necessità di arrivare ad una visione unitaria, dove non c'è posto per un pensiero logico e lineare di frammentazione, per poter capire veramente la dimensione del sacro; la riscoperta dell'unità che porta all'armonia con la vita che è in primo luogo una scoperta fisica, che passa attraverso il riscoprire la memoria del sacro respiro comune a tutto l'universo.

Quanto lavoro, diverso per ognuno di noi, ma accomunato dalla stessa intenzione.....

L'Associazione domani.

In ambito orientale (daoismo, buddismo, induismo) il corpo e la mente vengono visti come unità e la ricerca di perfezionamento dell'essere umano nasce in un'ottica in cui il controllo e la direzione dei propri istinti avviene tramite una maggiore consapevolezza, conoscenza ed accettazione del proprio corpo come veicolo di vita e di conoscenza, attraverso l'unione dell'essere umano con la natura (che è dentro e fuori di noi).

Essere sostenuti dalla stabilità del proprio corpo, nel rispetto delle giuste linee di forza, governate dalla legge di gravità, può fare nascere in noi una fiducia che ci permette di abbandonarci, il "mollare la presa, il non agire". Un corpo stabile, che si muove come l'universo, avendo un unico asse, che riscopre in ogni sua parte l'appartenenza a qualcosa di molto più grande, che riscopre la memoria del raccoglimento, la memoria dell'apertura del cuore, la memoria dell'umiltà, dell'ascolto.

Un lavoro interno di ricerca ed di studio dell'origine del Qi, dell'intenzione, del vuoto, un lavoro che deve essere fatto con tutto il corpo, convergenza di tutte le forme, unione, un lavoro che da esterno comincia a diventare interno.

Perché l'Associazione.

Aiutarci nel nostro lavoro di crescita personale attraverso l'esercizio delle proprie facoltà intellettuali, la conoscenza ed il lavoro sul proprio corpo.

Aiutarci a raggiungere "l'abbandono alla vita" scacciando quella sottile paura dovuta alla mancanza di stabilità; nel lavoro fisico essere attenti sul piano corporale, controllando il rispetto degli assi con cui si scarica il peso, per il corretto radicamento al suolo e la costante unità nel movimento: non ci sono esercizi da fare, posture da tenere, ma solo il rispetto di poche leggi, così fiorisce la disponibilità interiore, la fede, l'umiltà e si semplifica la propria vita.

Aiutarci nella ricerca di una **nostra** personale soluzione: provata e collaudata, adatta a noi, magari anche attraverso il porci delle domande: ma è quello che fa per noi?

Aiutarci nel nostro lavoro di trasformazione della forza muscolare in arte interna, un lavoro marziale anche se fatto a piccoli passi.

Aiutarci a trasmettere il nostro "stare bene" anche ad altre persone.

Tutto ciò non può rimanere solo un'esperienza personale, la **Condivisione** è il vero **Strumento**questo può essere fatto solo da un gruppo di persone che condividono lo stesso cuore, la stessa via. Ognuno di noi senza l'associazione è capace di proseguire solo un cammino personale, ma insieme, oltre alla crescita individuale possiamo sentire che siamo una forza, una calamita, una potenzialità, un'unione di diversità che genera un incontro tra lo yin e lo yang.....un gruppo, anche se piccolo, forte e tenace e con forti legami.

Grazie Joao!

Perché ci ha insegnato anche una delle cose più importanti, la libertà di essere liberi di affidarci a noi stessi, alle nostre intuizioni e alle nostre sensazioni.