



# M.A.W.A.S.H.I. KARATE-DO MILANO



## ELEMENTI PER UNA COERENTE ESECUZIONE DEI KATA WADO E INDICAZIONI PER UN CORRETTO GIUDIZIO ARBITRALE LE POSIZIONI LA TECNICA L'ESECUZIONE LA RESPIRAZIONE

Premessa: purtroppo riguardo la scuola Wado ryu esistono e persistono alcune false credenze delle quali è indispensabile sbarazzarsi per capire appieno le peculiarità dello stile. Una di queste è la convinzione che il Wado ryu si pratichi "in piedi". Chiunque abbia praticato il Karate Wado ryu con Maestri Giapponesi e/o più semplicemente, come oggi è possibile e sempre più diffuso, abbia visionato dei filmati (alcuni segnalati sulle nostre pagine Facebook) concorderà su questo punto. Infatti le esecuzioni a cui si può assistere in alcune competizioni si rifanno all'errore ancestrale di credere che la scuola Wado sia più adatta al combattimento e, poiché tanti atleti di kumite del passato e del presente provengono da questo stile, che le posizioni basiche siano allora più sollevate di altri. Non è esattamente così; la verità probabilmente, e più miseramente, risiede nel fatto che moltissimi praticanti del passato si sono limitati ad osservare delle immagini dei Grandi Maestri, magari già in età avanzata, facendo considerazioni avventate circa quello che sembrava, loro, essere la giusta posizione dello stile (discorso, questo, fatto da eminenti esperti giapponesi). Un caso eclatante di malinteso dovuto alla errata interpretazione delle fotografie è rappresentata dalla parata alta shuto uke, la quale non va eseguita come appare nelle immagini, falsata dalla prospettiva; così infatti non avrebbe senso, mentre deve essere conclusa più bassa, come la logica impone (vedi foto). Invece dai video segnalati in rete, come detto, in cui si propongono esecuzioni di kata in occasione di alcuni campionati giapponesi e addirittura esecuzioni in parallelo di uno stesso kata in diversi stili (vedi foto), si potrà osservare che il karate è unico e la differenza sta solo nei principi delle scuole create dai Fondatori.

Per quanto concerne la tecnica, essa viene eseguita e portata né più né meno come nelle altre scuole di karate. Anche in questo caso bisogna sfatare una sorta di leggenda metropolitana. Purtroppo sono molti gli atleti che, per la fretta di concludere la tecnica o per scarsa conoscenza di fondo o ancora più semplicemente per disattenzione, eseguono dei movimenti estremamente veloci e limitati evidenziando solo la parte finale della tecnica, al punto che anche ad un occhio attento sfugge il significato reale della stessa. Non è così; nel kata come nel kihon, si deve vedere tutta la costruzione della sequenza, compreso il caricamento, al contrario è un errore. La tecnica deve ovviamente essere portata con le modalità di effettuazione proprie dello stile e difatti la specificità dell'esecuzione del gesto Wado risiede nella contemporaneità, nella sinergia tra movimento corporeo, posizione finale ed esecuzione della tecnica. Il 90% delle tecniche dei kata Wado rispecchiano le modalità appena descritte e dall'unione di questi principi deriva l'esplosività, il kime.

La scuola creata dal Maestro Otsuka si distingue dalle altre per come viene interpretata l'azione che si compie. Per un occhio inesperto potrebbe essere ingannevole l'apparente mancanza di contrazione, staticità, rigidità proprio perché nel Wado ryu deve essere sempre presente la sensazione, la volontà di partecipazione di tutto il corpo nell'azione stessa. Da qui la differente angolazione del busto nella tecnica finale: quello che sembra quasi uno sbilanciamento in avanti altro non è che la volontà di colpire e compenetrare l'avversario (non si dimentichi l'origine della scuola, il jujitsu). Il tutto deve essere effettuato con una corretta respirazione che deve essere normale, per nulla forzata. Essa è logicamente importante, ma non è assolutamente enfatizzata con suoni o esalazioni sonore, eccezion fatta per la prima parte del kata Seishan, di derivazione Naha-te, in cui la contrazione-decontrazione è sottolineata da una profonda e in parte rumorosa respirazione, che potrebbe essere leggermente udita. Tutto ciò detto non deve fuorviare e far dimenticare che, comunque sia l'interpretazione, il kime di esecuzione rimane imprescindibile.

Per quanto sopra, è doveroso sottolineare che nel giudizio dei kata Wado alcuni criteri inseriti nel Regolamento Arbitrale cui far riferimento, improntati soprattutto alla valutazione dei kata Shotokan, non tengono conto delle specificità della scuola Wado.

Prescindendo dalla considerazione che l'arbitro dovrebbe conoscere il kata che deve giudicare, c'è da tener conto che, al momento attuale, ciò non è ancora possibile visto l'elevato numero dei kata stessi e che spesso i giudici sono praticanti di stili differenti; l'apprendimento di quanto esposto in questo articolo circa le posizioni, la tecnica, l'esecuzione e la respirazione è sicuramente ciò che dovrà essere tenuto in seria osservazione ed appresa dal corpo arbitrale ai fini di una corretta ed imparziale valutazione finale che tenda a premiare l'atleta che meglio interpreta lo spirito del Wado-ryu. Tralasciando invece l'argomento piuttosto spinoso concernente l'esecuzione specifica e cioè senza entrare nel merito delle considerazioni se prediligere una corrente piuttosto di un'altra o come e quali tecniche devono essere eseguite in un kata, così come il giusto ritmo ecc. Troppe nubi incombono e le perplessità di ritornare, un giorno, a quanto il Maestro H. Otsuka ci ha lasciato in eredità sono molte. Personalmente ritengo validissime le esecuzioni come vengono realizzate nelle tre grandi Organizzazioni mondiali, Wado-ryu Renmei, Wado Kai, Wado Kokusai, dove alcune differenze, benché ci siano, non sono fondamentali e non snaturano l'essenza della scuola Wado nel suo intimo. In ultimo val la pena fare una precisazione in merito alla lista dei kata. Quelli riconosciuti dagli organismi internazionali Wado, negli ultimi quarant'anni ormai, sono 15: i cinque Pin an, Bassai, Chinto, Jion, Jitte, Kushanku, Naihanchi, Niseishi, Rohai, Seishan, Wanshu. Un tempo ne venivano praticati anche altri, ma ormai non rientrano più nelle liste di nessuna Federazione internazionale di stile. Solo la FESIK, per semplificare l'apprendimento da parte delle cinture bianche più giovani e permettere loro di gareggiare fin dai primi mesi ha inserito in elenco un kata basico, il kihon kata. Altri, eseguiti alla maniera dello stile da cui provengono, nulla hanno da condividere con le peculiarità del Wado ryu.



Esecuzione corretta della parata shuto uke



Esecuzione, da sinistra verso destra, kata Kanku dai/Shotokan-Kosokun dai/Shito ryu-Kushanku/Wado ryu

Marco Mutascio