

VIET-CHI POST No. 39

01 Ottobre, 2009

Report sulla forma

SU-LO: KY-MON Quyen, The Exceptional Form (La Forma Straordinaria)

a cura del *VCP Team e Khiem-Long*

(continua dal VIET-CHI POST No. 38)

Che cos'è la forma KY-MON e perché è così straordinaria?

KY-MON è una forma (forma di allenamento, kata in giapponese e chuan in cinese) riservata ai soli istruttori. Per questo motivo, se si vuole imparare, è necessario essere istruttori di qualsiasi disciplina all'interno o all'esterno delle 8 discipline appartenenti al Viet-Chi.

Al contrario di ciò che può apparire, questo non rappresenta un privilegio, ma piuttosto un lavoro molto duro da svolgere, quindi una bella scelta da fare. Dato che questa forma di allenamento così speciale è riservata ai soli istruttori, non riporteremo le spiegazioni di come si esegue, ma daremo solo alcune informazioni a riguardo. Il termine KY in vietnamita significa, nel nostro contesto di lavoro, eccezionale, straordinario, misterioso, inusuale, eccellente, mentre MON significa "la porta". Quindi ci si può aspettare che questa non sia una porta qualsiasi all'inizio di un percorso normale. Questa porta straordinaria Ky-Mon è aperta solo di tanto in tanto e il sentiero che si imbocca è un sentiero in salita.

Come ogni forma del sistema delle 8 discipline Viet-Chi, anche la forma Ky-Mon deve soddisfare i requisiti metodologici del Bat-Nguyen – gli 8 principi della forma vietnamita – e deve presentare i 9 aspetti dell'allenamento, che sono formalmente dettati dal metodo di allenamento Cuu-Doan. Di solito



una forma (kata in giapponese, chuan in cinese) di qualsiasi insegnamento essa sia, può essere classificata in una delle seguenti categorie: lenta, dolce, o dinamica, oppure sotto uno dei seguenti obiettivi di allenamento: interno o esterno. La forma Ky-Mon è così straordinaria perché, con le sue 18 sequenze, rientra sia nelle tre categorie che nei due obiettivi di allenamento sopra menzionati. È stato scelto proprio il numero 18 per la costruzione delle sequenze, poiché rappresenta una buona struttura matematica che fornisce possibilità multiple di mutamento durante i processi di insegnamento e di allenamento. Ogni sequenza ha il suo nome, il suo significato ed il suo scopo tecnico. Devono essere, inoltre, inseriti metodi di respirazione ed il

collegamento ad una coerenza fisiologica. A seconda delle capacità e della formazione di coloro che apprendono, possono essere dedicate diverse lezioni per ogni singola sequenza. Per esempio, la prima

sequenza, che porta il nome di “*Essere un istruttore*”, ci insegna la tecnica Corretta per iniziare qualsiasi forma del Sistema Viet-Chi, il Comune metodo della respirazione, il Simbolismo del Su-Lo An (Il Sigillo dell’Istruttore), le Tre Linee Guida per gli istruttori e come la corretta postura di apertura ed il movimento vadano in accordo con un buon funzionamento fisiologico del nostro corpo. Dopo il movimento d’inizio, le sequenze successive, che affrontano l’allenamento interno (noi-cong) e le tecniche esterne (ngoai-cong), apriranno molteplici vie di apprendimento ai nuovi arrivati, i quali potranno poi dare risposte concrete ad alcune delle domande che si sono spesso rivolti.

È facile capire, a questo punto, perché l’allenamento della forma Ky-Mon sia riservata ai soli istruttori. Se si desidera diventare un buon istruttore, è necessario imparare la forma Ky-Mon.

Se avete buoni amici, insegnanti di altre discipline corpo-mente o di arti marziali diverse, potete invitarli a partecipare allo stage del Gran Maestro. Una raccomandazione però: non invitate persone che vogliono ottenere tutto senza nessuno sforzo.

VCP Team e Khiem-Long, Settembre 2009

Nella foto potete vedere da sinistra a destra: TUE-TINH Loc-MAI (collabora per la Correttezza Politica dei testi), il Gran Maestro Phan Hoang e Tue-Viet HA (pratica l’Agopuntura e collabora per i temi che riguardano l’energia ed i meridiani). La foto è stata scattata nel settembre 2009.