

Le Cinque Virtù

Le Cinque Virtù (del Kung Fu), che sono declamate ad ogni inizio ed ogni fine di lezione, sono:

**Saggezza
Compassione
Sincerità
Coraggio
Pazienza.**

Il significato del declamare queste virtù non è un voler affermare:

"Noi possediamo queste virtù!",

ma, al contrario:

"Noi siamo consci di non possedere queste virtù, ma siamo qui a lavorare per acquisirle!".

Il significato di queste virtù si ritiene, tradizionalmente, molto esteso, in quanto si afferma che nessuno possa dire di conoscere in modo esaustivo il loro significato. Inoltre, il loro significato può e deve variare per ognuno dei praticanti, nel senso che ognuno di noi si deve chiedere cosa voglia dire

PER SÉ STESSO,

essere paziente, coraggioso, sincero, compassionevole e saggio, quando si trova al lavoro, con la famiglia, con gli amici, ecc.

Riporto comunque di seguito una mia interpretazione delle Cinque Virtù, per come ho potuto comprenderle praticando col Maestro.

La caratteristica delle prime quattro virtù elencate (Saggezza, Compassione, Sincerità e Coraggio) è che esse non si possono acquisire istantaneamente, con uno sforzo di volontà.

Non è sufficiente che io dica: "Da ora voglio essere saggio" per diventarlo; non è sufficiente che io dica "Da oggi non voglio più avere paura" per diventare coraggioso, ecc. Invece la virtù che sta alla base di tutte, la Pazienza, è l'unica che dipende solo da un mio sforzo di volontà.

Allora sono io a dover scegliere e decidere consciamente di avere

PAZIENZA

nell'apprendere l'Arte marziale. Pazienza vuol dire avere la costanza di seguire tutti gli insegnamenti del Maestro, di allenarmi a casa, di non stancarmi di ripetere innumerevoli volte le stesse forme, di copiare sempre l'esecuzione del Maestro e non pensare di fare meglio da solo, mantenendo sempre il giusto rispetto per il luogo di pratica, per i compagni più anziani, per il Maestro, e soprattutto per l'Arte. Se applicherò la Pazienza in questo modo, sicuramente apprenderò correttamente l'Arte marziale.

Se avrò imparato correttamente l'Arte marziale e ne sarò consapevole, non dovrò più aver paura di confrontarmi con gli altri in nessuna situazione, neppure la più estrema, e quindi avrò acquisito il

CORAGGIO.

Avere coraggio non vuol dire non avere mai paura; la paura in una situazione di pericolo è una reazione naturale legata all'istinto di sopravvivenza, guai se non ci fosse. Avere coraggio vuol dire affrontare le cose anche quando fanno paura, anche quando sono sgradevoli e vorremmo fuggire e non doverle fronteggiare.

Se avrò il coraggio di confrontarmi con gli altri in ogni situazione, non avrò più bisogno di mentire (né a me stesso, né agli altri), potrò pormi di fronte agli altri come effettivamente sono, con i miei pregi ed i miei difetti, ma senza bisogno di indossare delle "maschere" per nascondermi a me stesso e piacere agli altri, come facciamo un po' tutti, anche se spesso inconsciamente. In questo modo avrò acquisito la

SINCERITÀ.

Nella condizione in cui posso fronteggiare gli altri con coraggio e sincerità, posso essere compassionevole con loro. Posso capire che quando qualcuno mi attacca, o mi aggredisce o mi ostacola in un qualsiasi modo, in realtà sta manifestando la sua paura e la sua insicurezza. Posso avere

COMPASSIONE

di lui e semplicemente lasciare che il suo problema rimanga suo, aiutandolo se posso, ma senza cadere nella trappola di farmi coinvolgere dalla sua ira o da altri suoi sentimenti negativi, che non accetto che egli trasferisca su di me.

Per finire,

se avrò avuto la **PAZIENZA** di studiare a lungo, con perseveranza, e di apprendere correttamente l'arte marziale,

se così facendo avrò vinto le mie paure e acquisito il **CORAGGIO** di rapportarmi con ogni evento della vita,

se in questo modo mi sarà possibile confrontarmi sempre con **SINCERITÀ** con gli altri, senza maschere e finzioni,

se di conseguenza avrò imparato a provare **COMPASSIONE** per le debolezze di chi mi assale o mi ostacola,

allora, avrò acquisito la **SAGGEZZA**, cioè la capacità di comprendere tutte le cose che mi circondano e che mi succedono per quelle che esse veramente sono e non per come i condizionamenti legati alla mia educazione, alla mia fede religiosa o politica o sportiva, ai mass-media, ecc., me le fanno vedere.