

Gerarchia dell'Aikido

Nell'Aikido la struttura gerarchica segue il **sistema di classificazione** adottato da quasi tutte le altre Arti marziali.

A seconda del **grado**, che è espressione della capacità tecnica (ma non solo tecnica) dei singoli praticanti, gli allievi sono divisi in **due categorie** :

- i principianti caratterizzati dal grado **Kyu** (nel termine giapponese **Shoshinsha**)
- gli esperti caratterizzati dal grado **Dan** e dalla cintura nera (in lingua giapponese **Yudansha**).

I Kyu si suddividono ancora in diversi livelli di pratica espressi dal 6° al 1° in ordine decrescente:

- al 6° **Kyu** la cintura **bianca**.
- al 5° **Kyu** la cintura **gialla**,
- al 4° **Kyu** la cintura **arancio**,
- al 3° **Kyu** la cintura **verde**,
- al 2° **Kyu** la cintura **blu**,
- al 1° **Kyu** la cintura **marrone**

Il grado **Dan** si sussegue in ordine crescente :

- **Shodan** equivale a 1° **Dan**
- **Nidan** a 2° **Dan**
- **Sandan** a 3° **Dan**
- e così via

Ribadendo che il grado rivela una espressione di esperienza e di capacità, si vuole sottolineare che il **processo di acquisizione dell'arte è senza fine** e che il passaggio al grado superiore non può e non deve essere lo scopo della propria pratica.

Il possesso di un grado Aiki ha un senso sul tatami e all'interno di una esperienza che prosegue nel tempo. **Nel seguire una Via, il Do, ritenere conclusa l'esperienza con il raggiungimento della cintura nera, significa dai fatto abbandonare questa Via.**

E' da rammentare a questo proposito, che il termine giapponese **Shodan**, che come detto rappresenta il 1° Dan, ha il significato di "**principiante**", proprio per rafforzare il senso di un percorso da seguire e non di un fine.

L'uniforme di lavoro degli studenti Aiki è il **Gi** (lo stesso del Judo o simile), sopra di esso gli allievi più anziani indossano l'**Akama** (una sorta di gonna-pantalone lunga e ampia di colore blu o nero). Quest'ultima è parte integrante dello spirito Aiki : indossare l'**Akama** comporta il rispetto per l'indumento e per il suo significato.

Pur essendo prerogativa del grado Dan, l'istruttore può permettere, ma esclusivamente durante le normali lezioni nel Dojo, l'utilizzo dell'**Akama** già da 2° o 1° Kyu, soprattutto per meglio abituare l'allievo a muoversi con essa : l'**Akama** non viene indossata dai Kyu in qualunque stage federale nazionale o regionale e durante le eventuali sessioni di esame per passaggio di Kyu, per meglio valutare i movimenti del praticante in momenti particolari e cruciali della proprio formazione.

L'esame è un momento di verifica importante per lo studente e per l'esaminatore:

per lo studente è l'occasione per riscontrare in sé miglioramenti tecnici e capacità di controllo emotivo, per l'esaminatore è il momento in cui sintetizza i problemi tecnici dell'allievo e li sottolinea allo scopo di superarli.

L'istruttore al momento in cui esamina uno studente tiene conto della attitudini nei ruoli di **Uke** (colui che attacca) e di **Tori** (colui che si difende). E più precisamente :

Per quanto riguarda Uke

- la qualità degli attacchi
- la sincerità del suo movimento
- la capacità critica nei confronti della tecnica che subisce
- l'evasione tecnica (la caduta)
- la consapevolezza del momento

Per quanto riguarda Tori

- la postura difensiva (Kamae)
- i movimenti di evasione
- il rispetto di uke
- la coordinazione mente-corpo
- la tecnica
- la consapevolezza del momento