

## IL DISTINTIVO VIET VO DAO COME UN MANDALA



### INSEGNANTI ED EDUCATORI

Continuiamo l'analisi del distintivo del Viet Vo Dao utilizzandolo come metodo didattico sia per gli Insegnanti sia per gli educatori, cercando il modo più appropriato e costruttivo per proporlo alle nostre classi di allievi o, semplicemente, ai nostri figli.

Guardando il nostro distintivo, già al primo colpo d'occhio ci accorgiamo della sua bellezza, ricchezza e complessità derivata dall'insieme di forme e colori. Per comprendere i diversi simboli che lo compongono, bisogna aver visto il simbolo finale, che compone la totalità di tutti quanti: un MANDALA. Nella tradizione orientale un mandala è il simbolo dello spazio sacro centrale, è insieme un'immagine del mondo e la rappresentazione del potere divino. Un'immagine in grado di condurre chi la contempla all'illuminazione...

Il nostro studio comincia con la comprensione di questo mandala: non si può conoscere il tutto senza analizzare le sue parti. Ciononostante, quando si conosce il tutto, ogni parte acquista un significato globale e rivela i legami con tutte le altre parti. Quando si suona uno strumento in un'orchestra, questo strumento entra in risonanza con tutti gli altri.

Nel distintivo notiamo forme tonde e quadrate che si intrecciano dando vita a proporzioni ed equilibri che si amalgamano nei cinque colori di base. Forme tonde a simboleggiare l'integrità naturale, forme quadrangolari a rappresentare la presa di coscienza di tale integrità.

La prima tendenza è quella di vedere nel distintivo una forma simmetrica. Tuttavia, ci si rende conto dell'impossibilità di farlo e si scopre che la Natura, così come la vera Arte nella sua bellezza, non è mai simmetrica. Nemmeno il corpo umano lo è: ad esempio, nel lato destro il polmone è suddiviso in tre lobi, mentre in quello sinistro in due. Se dividiamo il distintivo con due assi uno verticale e uno orizzontale, potremo notare che la parte destra è diversa dalla sinistra, così come la parte superiore non è uguale a quella inferiore. C'è sempre qualche dettaglio che spezza la somiglianza.



La visione trasmessa dai nostri occhi cambia a seconda del livello di coscienza che siamo in grado di sviluppare. Il segreto non si nasconde mai, ma sta davanti a noi. Il fatto di vederlo o meno dipende dall'attenzione che prestiamo nell'osservare i dettagli e dalla capacità nel metterli in relazione.

Ecco che colorare questo nostro mandala diventa una ricca opportunità e uno strumento, molto spesso trascurato, per far scoprire ai bambini un modo nuovo di comprendere i colori.

Questa attività è particolarmente produttiva se svolta con bambini piccoli, nonostante possa essere effettuata con successo anche con ragazzi di età superiore in un programma di educazione all'immagine o di storia dell'arte. Comprendere il valore simbolico di un colore e il suo impatto su di noi è molto importante, soprattutto se lavoriamo con adolescenti.

Per far sì che i bambini si rendano conto della presenza dei colori attorno a sé e dei loro significati, si può procedere, per prima cosa, spiegando loro la storia e il simbolismo dei colori; poi, attraverso un percorso di associazioni di idee, si può chiedere ai bambini di dire tutto ciò che quel colore suscita in loro, sottolineando la possibilità di esprimere liberamente qualsiasi pensiero. Dopo i primi commenti scontati, se li guidiamo correttamente, è possibile che i bambini inizino a proporre spontaneamente accostamenti inattesi legati al proprio vissuto. Può anche essere interessante provare a chiedere ai bambini quante pubblicità televisive o cartoni animati utilizzano in modo preponderante determinati colori. Questo esercizio, puramente orale, porterà inevitabilmente a una maggiore consapevolezza e senso critico. La consapevolezza del valore simbolico dei colori porta i bambini nella pratica, a percepirla in modo nuovo, perché riflette le loro più intime emozioni: per molti, colorare può diventare un mezzo per esprimere sensazioni altrimenti nascoste, o rimosse, che possono così essere comunicate o interpretate dagli adulti.

Inoltre, il distintivo utilizzato come mezzo per esprimere e conoscere le proprie emozioni attraverso i colori, può essere particolarmente efficace con i bambini che hanno qualche difficoltà o disabilità, permettendo loro di esprimere il "come mi sento oggi", che spesso in altri campi viene ignorato o represso.

I colori hanno rapporti reciproci: alcuni accostamenti trasmettono un senso di armonia e comunicano un messaggio di equilibrio, pace o benessere, mentre altre combinazioni di colori stridono e suggeriscono disarmonia, conflitto o tensione. Conoscere i colori e le loro interazioni può aiutarci a comprendere meglio il messaggio che i bambini cercano di esprimere. Spesso con i colori vengono espresse le emozioni e le intuizioni più intime. Analizzarne il significato aiuta a comprendere i messaggi dell'inconscio.

Ogni cultura, religione e tradizione offre una propria versione del simbolismo dei colori. Ciononostante, esiste una base comune: la lotta (o la danza) tra luce e oscurità genera il colore. La gamma dei colori dipende dalla predominanza della luce o dell'oscurità.

Ogni classificazione dei colori dovrà dunque considerarsi relativa. I colori sono sempre ambivalenti: il loro significato non può essere puramente positivo o negativo. Quanto al loro simbolismo, esso cambia a seconda delle culture e, ancora una volta, non possiamo pretendere di ridurlo a un sistema di rigide equivalenze. Le piste suggerite sono quindi proposte aperte che non pretendono di esaurire lo studio dei colori. Inoltre, lavorando all'interno delle nostre strutture con giovani impegnati della cultura locale, sarà necessario fornire alcuni esempi tipici delle nostre tradizioni.



I primi colori a comparire sono il Nero e il Bianco presenti anche all'interno della nostra cultura nei racconti sulla creazione. Il nero, che spesso è identificato come il colore del buio, della morte, del male e del mistero, ci parla del vuoto, del caos e delle origini ed è controbilanciato dal suo opposto, il bianco, simbolo di luce. Il dualismo luce/oscurità non si presenta in forma simbolica morale finché le tenebre primordiali non si sono divise in luce e buio. Nella tradizione simbolica, quindi, l'idea delle tenebre non ha ancora significato negativo, poiché corrisponde al caos primigenio dal quale può nascere ogni cosa.



**IL NERO.** Il nero è il colore più “forte” e aggressivo dello spettro: misterioso e impenetrabile, è da sempre il colore dell'oscurità, in netta contrapposizione con il bianco. E' associato all'eleganza, la formalità, il mistero; è considerato come un colore molto convenzionale, raffinato che evoca **serietà**. Il nero dà la sensibilità della prospettiva e della profondità, ma una percentuale bassa di nero diminuisce la leggibilità.

Rimanda a due concetti opposti e complementari. Da una parte l'idea del vuoto: totale assenza di luce, nessun colore. I monaci Zen indossano vesti nere. Bisogna ridursi al vuoto, scomparire, arrestare il pensiero ed entrare nel nulla.

Il nero, tuttavia, è anche il magma creatore che contiene tutti i germogli della vita, la materia prima, la massa amorfa di putredine che è l'humus della purezza. Il caos dove inizia l'ordine: ogni forma di vita, in principio, germina nell'oscurità.

Il nero è anche associato all'invisibile e all'inconoscibile. I nostri antenati personificavano le forze oscure dalle quali si sentivano minacciati proiettando terrificanti e maligne creature delle tenebre. Con la creazione di divinità terrificanti, i nostri progenitori cercavano di dominare la paura del buio proiettandola su un'immagine che circondavano di attributi, credenze e riti. Anche nella cultura popolare occidentale, le fiabe e i racconti popolari presentano l'uomo nero, gli orchi e le streghe avvolti in mantelli o abiti neri. La frase “uomo nero”, usata dalle mamme per far ubbidire i bambini fino a non molto tempo fa, nasce alla fine del diciottesimo secolo in Inghilterra, dove era inizialmente legata ai minatori delle miniere di carbone e agli spazzacamini.



**IL BIANCO.** Al contrario, il bianco è l'unione luminosa di tutti i colori, una realizzazione in cui tutto giunge all'unità perfetta, alla purificazione. È l'antitesi del nero. Evoca l'innocenza, purezza, verginità e spiritualità. La sposa nella tradizione veste di bianco ed è con questo colore che vengono realizzate le composizioni grafiche relative ai matrimoni, ai battesimi, alle comunioni: in pratica, a tutte le cerimonie che nella tradizione religiosa devono comunicare un senso di candore e virtù. Il latte materno e le perle sono bianchi come la cenere e le ossa, ma la simbologia primaria è quella della luce, elemento fondamentale dei miti della creazione.

Nelle fiabe il bianco indica la luce del giorno, la salvezza dell'eroe o l'intervento di una forza benefica. Nella mitologia è il colore di creature speciali, soprattutto quelle che attraversano il confine tra il reale e l'immaginario: unicorni, pegaso, uccelli bianchi, cigni, conigli bianchi.



Nella pubblicità questo colore è associato alla calma, la semplicità e la pulizia. Il bianco può essere utilizzato per promuovere prodotti medici, studi medici e organizzazioni caritatevoli dato che nell'immaginario comune gli angeli indossano vesti bianche

Dal punto di vista negativo, il bianco rimanda anche al freddo mortale della neve, della paura.

Il nero e il bianco determinano gli estremi fra i quali si dispiegano tutti gli altri colori.

**IL ROSSO.** Il rosso è il colore più vibrante e stimolante dello spettro cromatico, quello che più di tutti è capace di attirare l'attenzione e provocare una qualsiasi reazione emotiva.

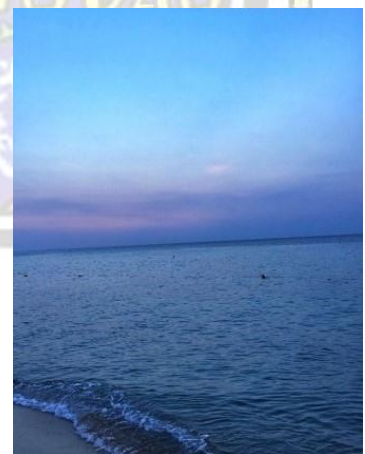
Viene associato alla guerra, al pericolo, alla resistenza, alla determinazione così come al desiderio e all'amore passionale. È un colore emozionalmente intenso; aumenta il metabolismo umano, il tasso respiratorio e solleva la pressione sanguigna; evoca il **coraggio** e viene usato come colore evidenziatore per stimolare la gente a decisioni rapide.

Può rappresentare la parte attiva della terra: fuoco centrale, sangue, calore. È il colore dell'attività per eccellenza. Dal punto di vista negativo, antichi e moderni hanno sempre associato il rosso al sangue, rievocando la violenza del sangue versato, il pericolo e il divieto. Se il sangue sta al di fuori, significa morte; mentre se circola all'interno del corpo, rappresenta la vita. La forza evocativa del rosso deriva sia dal suo legame con il sangue sia dal fuoco, due elementi importanti per gli uomini antichi e che, anche in noi, evocano per associazione di idee forti sensazioni: il fuoco scaccia gli spiriti e i demoni delle tenebre e porta la luce e il calore nella vita. Nelle società primitive ogni notte si creava un cerchio di fuoco attorno agli accampamenti per difendersi dagli attacchi degli animali selvatici. Il rosso viene inoltre associato a Marte, il dio della guerra, che infonde passionalità, forza e coraggio. Da questo punto di vista, il rosso può essere visto come la manifestazione naturale del temperamento attivo, dell'energia necessaria alla vita, alla salute e alla crescita verso la conoscenza.



**IL BLU – E IL VERDE.** (Si dice che anticamente questi due colori non fossero distinti l'uno dall'altro).

Il **blu** è il colore della ricezione per eccellenza. Rappresenta la fiducia, la lealtà, la **saggezza**, la riservatezza, l'intelligenza, la fede. Ricorda la **chiarezza** del cielo e le vaste distese d'acqua, rievoca anche l'attaccamento al padre. È un colore estremamente rilassante e positivo, esprime una sensazione di benessere, di tranquillità e di pace. Per certi versi potremmo definire questo colore come il perfetto antagonista del rosso: se quest'ultimo aumenta le pulsazioni e la pressione sanguigna, con il blu è possibile ottenere l'effetto opposto. Se il rosso spinge ad azioni immediate, a volte anche irrazionali, il blu è il colore della riflessione, del pensiero razionale, della calma. In contrasto con i colori emozionalmente caldi come il rosso, ed il giallo, l'azzurro è collegato alla coscienza ed alla scienza.



Nella pubblicità l'azzurro viene utilizzato per promuovere i prodotti ed i servizi relativi alla pulizia, all'aria ed al cielo (linee aeree, aeroporti, condizionatori d'aria), all'acqua ed al mare (viaggi, acqua minerale). Si evita l'azzurro quando si promuovono alimenti perché l'azzurro toglie l'appetito.

Sul web il colore blu, anche nelle sue declinazioni più chiare, è un'ottima scelta ad attività correlate al mare e il cielo. Proprio perché ispira fiducia e infonde una sensazione rassicurante, il blu è un colore ampiamente utilizzato anche nei siti a carattere medico.

Nei mandala il blu simboleggia la condizione in cui si è superato il turbinio delle passioni e la coscienza può esaminare ogni cosa con chiarezza. La sua dimensione negativa potrebbe essere l'immobilità, l'asfissia: quando il sangue non viene purificato dall'ossigeno diventa azzurrino.

**Il verde** è il colore più rilassante dello spettro. Anche questo colore, come il blu, è molto positivo ed esprime sensazioni piacevoli e rassicuranti. È il colore vitale dell'esuberanza, rievoca la Natura predominante, l'eterna nascita, la perpetua trasformazione. Da sempre è considerato il colore della natura brulicante di crescita e satura di profumi. Ci ricorda il rinnovamento ciclico del mondo naturale che muore per rinascere ogni primavera. Il verde è un'esplosione di vita sul posto: la vita vegetale agisce soltanto là dove ha messo le radici. Per questa ragione, il verde può anche significare l'assorbimento, l'approfondimento. È quindi un colore che dà sicurezza e richiama immagini di prati, radure e boschi freschi nella primavera che avanza. Nelle fiabe, dopo aver attraversato un bosco tenebroso, l'eroe o l'eroina trova una radura verdeggianti dove vede la soluzione dei suoi problemi: doni magici o una dimora in cui dormire e riposare. Nell'inconscio, il verde simboleggia l'attaccamento alla madre. Se Madre Natura ci dona la vita, può anche tenerci legati, privandoci della libertà, e affondarci. Questo valore simbolico, accostato agli antichi culti della natura, ha portato a rappresentare la forza capricciosa e briosa che si mette volentieri in contrasto con le autorità: gli spiriti liberi guidati da questo principio incarnano a volte figure di fuorilegge come Robin Hood e la sua brigata vestiti di verde. Verde è anche il colore dell'abito di Peter Pan, l'eterno bambino che impara a volare.



Il verde simboleggia lo sviluppo, l'armonia, la freschezza e la fertilità e suggerisce la stabilità e resistenza. È associato anche alla mancanza di esperienza; per esempio, praticante "in erba" è un debuttante. Indica inoltre lo sviluppo, **speranza** e sicurezza di mezzi; è il colore del passaggio libero nel traffico stradale.

Mentre il verde oliva è il colore tradizionale di pace, il verde più scuro è collegato all'ambizione, alla rabbia, alla discordia e viene associato ai soldi, al mondo finanziario e alle operazioni finanziarie.

In pubblicità il verde è molto utilizzato per promuovere i prodotti biologici o della terra.

Forse il modo migliore di pensare al verde è considerarlo uno dei simboli di Madre Natura, una figura mitica che sopravvive nel pensiero moderno, come vestigia dei tempi in cui la vita era un miracolo da venerare.

**IL GIALLO.** Il giallo è il colore più "allegro" della ruota dei colori.

È il colore del sole perciò viene associato alla luce, al calore, alla gioia, alla generosità, stimola l'attività mentale e quindi all'intelletto e al sapere, ma anche alla menzogna, al tradimento, al declino, alla malattia, alla follia, alla ricchezza e all'attenzione. Nei rosoni delle cattedrali il giallo si trova quasi sempre nel punto centrale del cerchio: in questo modo, quando la luce esterna colpisce il rosone, si ottiene un effetto raggiato come quello del sole attraverso un varco tra le nuvole. Nel nostro caso in giallo è la scritta Viet Vo Dao che occupa la linea centrale e orizzontale del nostro mandala.

Luce dell'intelletto e della coscienza, è stato paragonato all'oro, simbolo della ricchezza spirituale. In alchimia, la pietra filosofale trasmuta tutti i metalli in oro.

Questo colore indica anche lo spozalizio e per questo spesso si offrono fiori gialli agli sposi.



Il suo lato negativo potrebbe essere l'aridità.

Giallo nelle sue sfumature:

- Giallo-chiaro tende a sparire nel bianco, solitamente ha bisogno di un colore scuro per essere evidenziato.
- Il colore giallo scuro rappresenta il deperimento, la malattia e la gelosia.

Il giallo è un colore molto audace ed originale. Spesso in abbinamento con l'arancione viene utilizzato nei siti web creativi per attirare l'attenzione e dare un tocco particolare al layout per promuovere un'attività giovanile, un locale o un evento, ma anche un e-commerce di t-shirt alla moda. Anche questo colore, come il rosso stimola l'appetito ed è perciò particolarmente indicato in progetti di design che abbiano a che fare con la ristorazione. Non è invece indicato in siti che devono esprimere eleganza o professionalità.

Gli studi hanno dimostrato che una scritta nera su uno sfondo giallo è la combinazione cromatica più facile da leggere e ricordare. In generale, il contrasto tra il nero e il giallo è veramente molto efficace, sia da un punto di vista prettamente estetico che comunicativo.

Unito al nero è visto prima di altri colori, per cui questa combinazione è usata spesso per indicare un avvertimento.

# VIET VO DAO

