

Marco Carella: Comincia lo studio delle arti marziali nel periodo dell'infanzia frequentando corsi di judo. Qualche anno dopo avviene l'incontro con l'Aikido Aikikai che studierà ininterrottamente fino all'ottenimento del grado di II kyu. In questo periodo frequenta due volte l'anno i seminari di Aikido del M° H. Hosokawa VII DAN e vicedirettore didattico dell' Aikikai d'Italia, la cui pratica, molto legata alla disciplina della spada giapponese, lo influenzò notevolmente, studia inoltre, nel coltempo, JU JITSU WJJF, Kick Boxing, di Karate Shotokan e Karate Shinto Ryu ma anche Yoga e Ki Aikido, discipline che lo influenzeranno sensibilmente riguardo ad una visione meno marziale dell'Aikido e più legata ad aspetti di miglioramento della persona. Nel 2003 a causa di un grave infortunio che gli impedisce momentaneamente di cadere, si allontana dal mondo dell'Aikido e inizia a studiare Capoeira per poi dedicarsi dal 2010 allo studio del Tango Argentino, studio che ancor di più lo indirizza verso una pratica gentile, di connessione e rispettosa del compagno anche nelle arti marziali. Dal 2016 fino al 2019, recuperato completamente il grave infortunio, ritorna allo studio delle discipline Aiki sia come allievo di Aikido Aikikai ottenendo, nel 2019, la qualifica di cintura nera I DAN dell' Aikikai d'Italia e dell' Hombu Dojo in Giappone (dojo principale riferimento mondiale dello studio dell'Aikido) che come studente di Yoseikan Aiki Jutsu e di Aikibudo, discipline nelle quali consegue il II kyu dopo appena due anni di pratica. Dal 2015 al 2020 è anche allievo praticante, sotto la guida dei direttori tecnici nazionali della scuola tradizionale di KOBUDO (armi tradizionali giapponesi) Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu del M° Y. Sugino XIX DAN SHIHAN con cui frequenta più volte l'anno seminari tecnici nazionali ed internazionali. Dal 2017 entra a far parte della Federazione Nazionale di Aikido sotto l'egida federale CONI Fijlkam ottenendo la cintura nera I DAN e la qualifica tecnica di Docente Federale di Aikido direttamente dal presidente della commissione tecnica nazionale M° M. Rubatto V DAN e dal presidente Fijlkam della Regione Sicilia S. Li Vigni. E' attualmente insegnante tecnico per il dojo 19PA4375 diretto dal M. P. Leto III DAN, nonché "Istruttore Mindfulness" IPHM (International Practitioners of Holistic Medicine). Fonda nel 2019 il DOJO SHINKEN AIKIDO Palermo con l'intento di promuovere e diffondere un'idea di Aikido basata sull'approfondimento degli aspetti meditativo/energetici, di consapevolezza, di connessione col partner attraverso la tecnica a mani nude e lo studio delle armi tradizionali. Dal 2020 è anche allievo della "Scuola di spada tradizionale Giapponese" del M° Andrea Re, 7° Dan Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu Hatekayama Ha.

Dal 2018 tiene corsi di Aikido, Armi tradizionali e Meditazione per adulti e bambini a Palermo. Attraverso il Dojo Shinken propone un Aikido che funziona attraverso lo sviluppo della connessione col sé, coltivato attraverso l'esercizio della respirazione consapevole, della meditazione e dello studio accurato delle armi e finalizzato all'ottenimento della stabilità psichica mediante lo sviluppo dell' attenzione, dell' intenzione, dell'essere presenti, della consapevolezza e propriocezione.

Questo si esplica attraverso i principi della connessione sincera e non violenta col partner per mezzo di una pratica fatta sempre "con" l'altro e mai "contro". Con questo tipo di lavoro si viene a costruire un metodo che pone sempre al di fuori delle nostre zone di confort e rende adattabili e connessi col mondo che ci circonda per mezzo di un approccio alla risoluzione del conflitto basata non sul paradigma naturale Flight, Fight, Freeze (scappare, combattere, immobilizzarsi) ma su una nuova concezione che prevede un approccio di tipo Connection, Curiosity ,Creativity (connessione, curiosità, creatività).