

AIKIDO



ANNO IX - DICEMBRE 1980

editoriale

Meglio specificando quanto già espresso nell'editoriale della scorsa rivista, circa l'invito per tutti i soci, particolarmente per i meglio qualificati, a collaborare alle nostre riviste, ci facciamo dovere di chiarire il pensiero coltivato in proposito dal Direttivo della nostra associazione.

Innanzitutto occorre nettamente discernere le funzioni delle due riviste, riservando ad « AIKIDO » i temi specifici, anche se impegnati, relativi all'arte « de quo agitur », nonché il tramite della comunicazione e dell'informazione sociale; a « SPIRITO DEL GIAPPONE » dovranno restare riservate quelle forme divulgative relative alla cultura e alla filosofia giapponese in genere, come già peraltro si sta facendo, anche se più o meno pertinenti alle arti da noi praticate.

Il punto focale che si vuole puntualizzare è che, per la rivista « AIKIDO », si sviluppi e si concretizzi una effettiva collaborazione ed uno scambio di impressioni e di notizie circa la vita del nostro ente nell'attuale e ancor difficile contesto.

A questo invito ci auguriamo vogliano rispondere tutti i soci ed in particolare i responsabili dei vari dojo affiliati: soprattutto circa le ben note difficoltà dell'avviamento delle scuole, delle esperienze prime del, sia pur propedeutico, insegnamento, dell'organizzazione di raduni locali, di sessioni di esami e delle difficoltà delle intraprese rispetto ai vantaggi didattici ottenuti.

Per « SPIRITO DEL GIAPPONE » è gradito ogni serio e maturo contributo alla comprensione di quella cultura orientale che, matrice e frutto delle nostre arti, pur tuttavia attinge a valori di unione e di armonia (nello spirito appunto dell'AI-KI) fra tutti gli uomini degni di tale nome □

In copertina:

Il M° R. Shirata, 9° Dan, della venerabile età di 75 anni, esegue uno spettacolare kata di Bokken durante un Embukai di Aikido che si è svolto a Tokyo nel mese di Maggio.

AIKIDO

Direttore Responsabile, Aurelio Tommaso Prete
 Consiglio di Redazione, H. Tada, C. Bosello, G. Paudice, S. Serpieri
 Collaboratori, G. Granone, H. Hosokawa, O. Lilliu, M. Pipitone, C. Vitrano
 Direzione e Redazione, a cura della Segreteria Nazionale - Via Eleniana, 2 - Roma - Tel. 75.73.512
 Fotografia, A. Landolfo
 Disegni, C. Onesti
 Autorizzazione del Tribunale di Roma n. 14332 del 29-12-1972
 Stampa: Tipolitografia Cavour
 Vietata la riproduzione anche parziale dei testi e delle fotografie contenute nel fascicolo

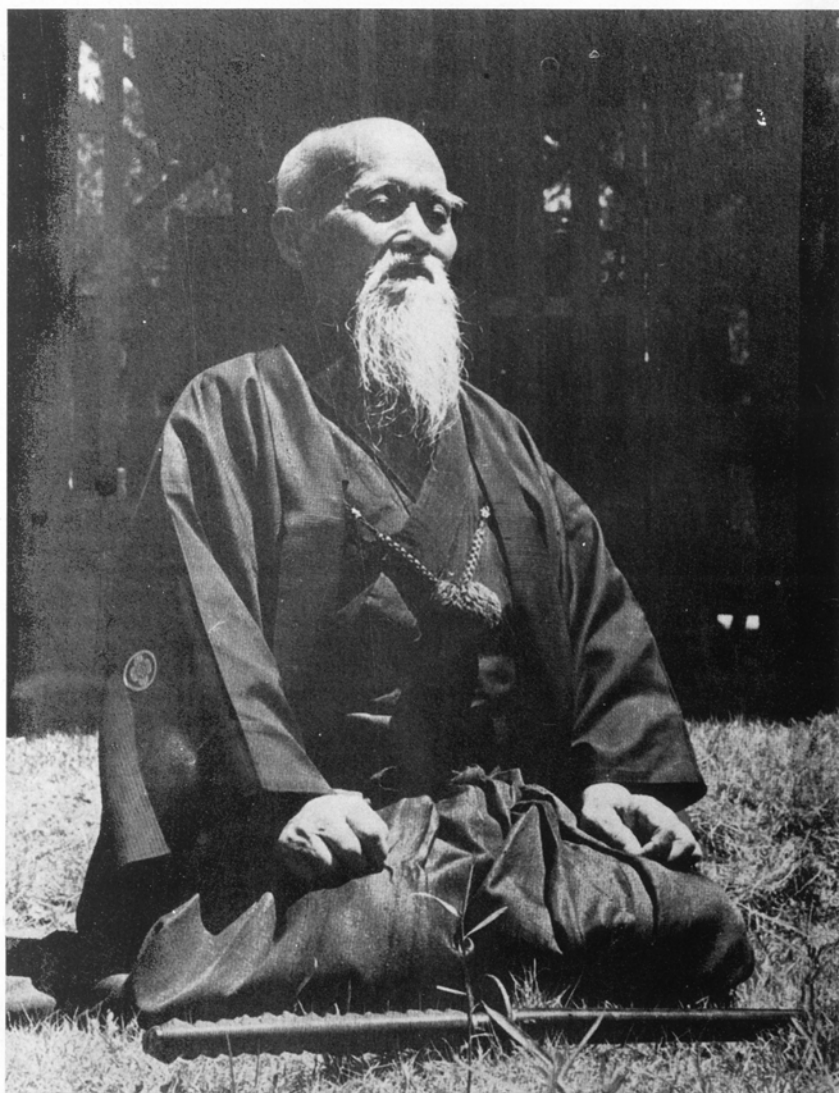
ANNO IX
 DICEMBRE 1980

9

Memorandum di Morihei Ueshiba	2
Il Congresso della F.E.A. a Parigi di Stefano Serpieri	4
Lettera aperta del neo Presidente della F.E.A. di Giorgio Veneri	4
Il Raduno del M° Kitaura di Giovanni Granone	6
Una Posizione Corretta di Shigenobu Okumura	8
La Via dai piedi al cuore	10
Taccuino - Misogi: Appunti sullo stage di Kinorenma 1980	12
Come una foglia di Franco G. Gabrielli	14
Lo Stage internazionale di Coverciano di G. Granone	16
Calendario dei Raduni dell'Aikikai d'Italia	21
Due Vie una Meta di Carla M. Vitrano	22
Rubrica Tecnica - Nikkyo, a cura del M° H. Hosokawa	25
Notiziario di Redazione - Esami	29
Del Giappone di Aurelio Tommaso Prete	30

WTFMORABUDU

DI MORIHEI UESHIBA



Viviamo in un mondo in cui il materialismo prevale. Potrebbe essere un mondo ben diverso se lo spirito dominasse la materia. E' tempo che i valori dello spirito si facciano avanti per espellere ogni meschina materialità dal centro delle nostre vite. Finché i valori dello spirito resteranno nell'ombra il mondo rimarrà in uno stato disastroso.

Coloro che si allenano nelle arti marziali dovrebbero cercare di comprendere i fenomeni dell'universo dal punto di vista del Bu.

Da un torrente montano, per esempio, possiamo apprendere come comportarci di fronte ad un ostacolo. Le innumerevoli tecniche dell'Aikido possono nascere da ogni fenomeno naturale. E' necessario allenarsi con cura senza tralasciare di osservare anche il meno importante degli aspetti e mutamenti della natura.

Quando mente e corpo sono in perfetta unione, l'uomo si fonde con l'universo, e quasi una eco risuona dall'uno all'altro. Questa eco genera calore, luce e forza da cui hanno origine le arti marziali. Pertanto la missione dell'Aikido è quella di dar

vita ad un'arte marziale che risponda all'eco dell'universo. Quando mente e corpo sono uniti, allora nascono le tecniche. Dalla vostra mente scaturiranno infinite tecniche. E' importante, però, che le tecniche si conformino alle verità dell'universo. E', quindi, necessario possedere un corretto atteggiamento mentale. Non ci si può allenare seriamente ed intensamente nelle arti marziali se si persiste nei propri egoistici desideri. Essere egoisti ed allenarsi non realizza una corretta arte marziale. Continuare su questa strada sbagliata non può che portare sventura.

Se si ha la disposizione mentale di unire il proprio corpo all'universo, questo avviene realmente. Credetelo fermamente e sarete capaci di essere al centro dell'universo. Questo è il vertice delle arti marziali.

Non lottate con l'universo o finirete con lo spezzare il vostro spirito. E' impensabile avere una mente separata dall'universo. Se la vostra mente è in conflitto con l'universo il vostro corpo sarà distrutto.

Come la vostra mente si affina, vi unirete all'universo, inconsapevolmente □

Nella pratica delle tecniche è necessario sentirsi in armonia con il creato così da poter realizzare lo stato di Aiki che è unione e amore per tutte le creature. Il M^o Tada dimostra, per i partecipanti allo Stage di Kinorenma, alcune tecniche con il bokken. Uke è il M^o J. Nomoto, 4^o Dan.



IL CONGRESSO DELLA FEDERAZIONE EUROPEA DI AKIDO A PARIGI

Il 30 settembre scorso si è svolto il Congresso della Federazione Europea di Aikido all'Università Internazionale di Parigi. Hanno partecipato la quasi totalità dei Paesi membri (Danimarca, Finlandia, Germania Ovest, Grecia, Inghilterra, Italia, Spagna, Svezia, Svizzera), mentre erano assenti Belgio, Francia, Lussemburgo e Austria, perché in polemica con il Working Party che ha preparato l'organizzazione del Congresso.

All'ordine del giorno c'è stata la ratifica delle modifiche apportate a Roma allo Statuto, l'accettazione, quali Paesi membri della F.E.A., dell'Aikikai di Jugoslavia e della NCAB d'Olanda (riconosciuta dall'Hombu Dojo quale sola rappresentante di questo Paese), e il rinnovo del Consiglio Direttivo.

Ai lavori hanno partecipato, quali osservatori, i rappresentanti dell'Hombu Dojo, i quali hanno voluto significare, con la loro presenza, la legalità del Congresso e porre fine alle polemiche che fino a quel momento erano state sollevate in proposito.

Degli antefatti storici, che hanno suscitato contrasti e rivalità ce ne fa un resoconto esauriente il neo-Presidente della FEA, Giorgio Veneri, ospite della nostra rivista AIKIDO.

Tuttavia, quale testimone diretto dei fatti accaduti a Parigi, posso dire che da parte dei Francesi e dei Belgi c'era la volontà di gestire la politica e la direzione della FEA in aperto contrasto con il metodo democratico vigente nella FEA e quindi in palese rottura con la maggioranza dei Paesi membri.

I due Paesi, che contrastano l'attuale dirigenza della FEA, devono perciò rivedere le loro posizioni e accettare il metodo democratico. Al Congresso di Pa-

rigi, infatti, la politica di accentramento portata avanti dalla precedente direzione franco-belga non è stata accettata dalla stragrande maggioranza dei Paesi, che l'hanno posta in minoranza e hanno voluto così rettificare quell'indirizzo, dandosi un nuovo assetto nel Consiglio Direttivo.

Ai lavori del Congresso non hanno partecipato i Paesi minoritari. Di ciò ci siamo dispiaciuti, perché il loro contributo d'idee e la loro esperienza sarebbero stati senz'altro utili a una maggiore diffusione dell'Aikido in Europa.

L'unanimità dei congressisti, invece, ha salutato — come abbiamo accennato — l'ingresso nella FEA, quali Paesi membri con pieno diritto, l'Aikikai di Jugoslavia e la NCAB di Olanda.

E' stato quindi eletto il nuovo Consiglio Direttivo che, all'unanimità dei voti, risulta così composto:

— Presidente	G. Veneri (Italia)
— 1° Vice Presidente	J. Spähti (Svizzera)
— 2° Vice Presidente	L. M. Caballero (Spagna)
— Segretario Generale	P. Goldsbury (Inghilterra)
— V. Segretario Generale	A. H. Bacas (Olanda)
— Tesoriere	K. F. Leisinger (Germ. O.)
— Membro	K. Perttula (Finlandia)

Al neo-Presidente Giorgio Veneri e a tutto il Consiglio Direttivo della FEA, facciamo, da parte dell'Aikikai d'Italia e della redazione di AIKIDO, un augurio di proficuo lavoro, affinché riescano a condurre la FEA a buon porto pur nel difficile momento che sta attraversando.

Stefano Serpieri

LETTERA APERTA DEL NEO PRESIDENTE DELLA F.E.A.

Giorgio Veneri analizza per Aikido i motivi che hanno condotto la FEA all'attuale momento di crisi

A quattro anni dalla fondazione della Federazione Europea di Aikido possiamo, credo, dare qualche giudizio e fare un primo bilancio.

Ai lettori di Aikido è noto a grandi linee lo sviluppo delle or-

ganizzazioni FEA e FIA. E come, fin dall'inizio, all'interno della FEA, si è manifestata una contrapposizione su alcuni punti importanti di politica europea. In breve, possiamo riassumere dicendo che i rappresentanti della Francia e del Belgio (e, in modo più sfumato, dell'Austria) sostenevano una politica di accentramento, cioè la necessità che la FEA controllasse strettamente l'attività delle organizzazioni nazionali, organizzando ad esempio il rilascio dei diplomi, dei gradi, dei titoli didattici, ecc. Altri Paesi, invece, tra cui l'Italia, hanno sempre sostenuto che la

FEA doveva servire come strumento di aiuto, di informazione, di coordinamento, ma non di filtro tra organizzazioni europee e tra Europa e Giappone.

E' risaputo che il gruppo dirigente FEA, eletto a Roma nel 1976, era espressione precisa dell'entourage franco-belga, anche se a questi dirigenti va riconosciuto il merito di aver voluto e lavorato alla creazione della FEA e della FIA.

Le due tendenze suddette, com'è naturale in una dialettica democratica, sono venute subito in contrasto. In ciò non ci sarebbe stato niente di male, se i rapporti di forza — mi si consenta l'espressione — tra le due tendenze col tempo non si fossero cambiati. Infatti le posizioni delle federazioni spagnola, svizzera, inglese, ecc. si sono progressivamente allontanate da quelle della dirigenza franco-belga, fino al punto che il Consiglio Direttivo della FEA si è trovato in netta minoranza all'interno dell'Assemblea.

Siamo così giunti al 1979, quando all'Assemblea annuale, tenuta a Londra, lo scontro è diventato aperto sostanzialmente su tre punti:

1. la Spagna rivendicava il diritto di organizzare autonomamente le proprie attività didattiche. C'erano stati, infatti, dei praticanti spagnoli che, più volte in contrapposizione con la loro federazione, avevano organizzato stages apertamente appoggiati dai franco-belgi. Di qui la richiesta, più che legittima, di « non ingerenza » negli affari interni spagnoli.

2. un gruppo di aikidoisti olandesi chiedevano di poter costituire una organizzazione indipendente dalla Federazione olandese di Judo.

3. il gruppo dirigente FEA aveva avanzato la proposta di formare una commissione tecnica europea. Questa proposta suscitava notevoli perplessità perché questo nuovo organismo non è previsto dallo Statuto e perché in questo modo si sarebbero trasferiti buona parte dei poteri del Consiglio ad un organismo con una maggioranza filo-francese precostituita ed immutabile.

L'Assemblea, su questi tre punti, si esprimeva a larga maggioranza contro il parere del Consiglio Direttivo. Ma non si passò ai voti perché, in una grande confusione, il Congresso veniva sospeso e rimandato qualche mese dopo a Zurigo.

A Zurigo, il Consiglio Direttivo si vide, ancora una volta, in minoranza, perciò lasciava l'Assemblea e dava le dimissioni. Si decideva, però, di continuare i lavori con i voti contrari dei rappresentanti della Francia, Belgio, Austria e Lussemburgo. Col partecipare al voto questi Paesi riconoscevano esplicitamente la validità della decisione presa dall'Assemblea. Solo dopo il voto questi Paesi hanno lasciato la riunione.

L'Assemblea accettava, quindi, le dimissioni del gruppo dirigente (la questione era stata in ogni modo posta all'ordine del giorno da una mozione di sfiducia presentata dalla Svizzera). E si procedeva, dunque, all'elezione di un gruppo dirigente provvisorio, chiamato Working Party, con l'incarico di convocare una nuova Assemblea e di presentare un progetto di nuovo Statuto.

Tutto si era svolto nell'assoluto rispetto della volontà della grande maggioranza dei Paesi europei, e della sostanza e della forma del metodo democratico. L'Hombu Dojo, che aveva mandato a Londra e a Zurigo un osservatore, riconosceva formalmente pochi giorni dopo la legittimità del Working Party, quale rappresentante della FEA. L'Hombu Dojo (Aikikai Foundation) riconosceva anche la nuova organizzazione olandese, togliendo il riconoscimento al gruppo legato alla Federazione olandese di Judo. Per essere membri della FEA e della FIA, infatti, è vincolante il preliminare riconoscimento dell'Hombu Dojo.

Ma gli ex dirigenti, con un comportamento sprezzante delle opinioni altrui, prima ancora che della democrazia, convocavano una pseudo Assemblea a Lussemburgo dove, da soli, si rieleggevano « dirigenti » della Federazione Europea! Si è venuta così a creare una situazione che sarebbe ridicola, se non testimoniassero una precisa volontà di rottura.

Negli ultimi giorni di settembre, il legittimo Working Party convocava quindi una Assemblea a Parigi. A questa Assemblea, cui non hanno voluto partecipare Francia, Belgio, Austria e Lussemburgo, erano presenti i delegati di tutte le altre organizzazioni europee (Spagna, Inghilterra, Italia, Olanda, Svizzera, Germania Ovest, Jugoslavia, Finlandia, Grecia, Svezia, Danimarca), e i rappresentanti dell'Hombu Dojo (presenti a Parigi per il Congresso FIA), che hanno riconosciuto ufficialmente la validità della riunione.

Come ultima mossa i personaggi che si erano autoeletti a Lussemburgo hanno recentemente convocato un « congresso » in Olanda, organizzato proprio dall'associazione **non** riconosciuta dall'Hombu Dojo.

Ho voluto fare questo riassunto, purtroppo triste, per poter meglio chiarire la posizione del Consiglio Direttivo della FEA, eletto a Parigi, di cui mi onoro essere il presidente. E' chiaro che in qualsiasi momento una persona o un gruppo può trovarsi in minoranza all'interno di una organizzazione. Questo naturalmente non fa piacere né vuol dire che essere in minoranza significhi avere torto. Quando, però, si è accettato il metodo della maggioranza, cioè il sistema democratico, bisogna accettare l'idea di dover passare la mano ad un altro gruppo dirigente, di accogliere decisioni che non si condividono. Questa è solo una banale richiesta di correttezza e di onestà. Purtroppo i vecchi dirigenti FEA hanno disprezzato le decisioni di una schiacciante maggioranza e non hanno voluto accettare quelle prese dalla gran parte delle organizzazioni europee. Decisioni che hanno avuto il riconoscimento, sebbene non necessario ma estremamente significativo, dell'Hombu Dojo.

Il disprezzo della democrazia e dell'opinione dell'Hombu Dojo, è arrivato al punto che i dirigenti delle federazioni francese e belga e, dispiace dirlo, Tamura Sensei, preferiscono provocare una frattura nel mondo dell'Aikido europeo e tra Europa e Giappone piuttosto che confrontarsi sulle idee e i programmi.

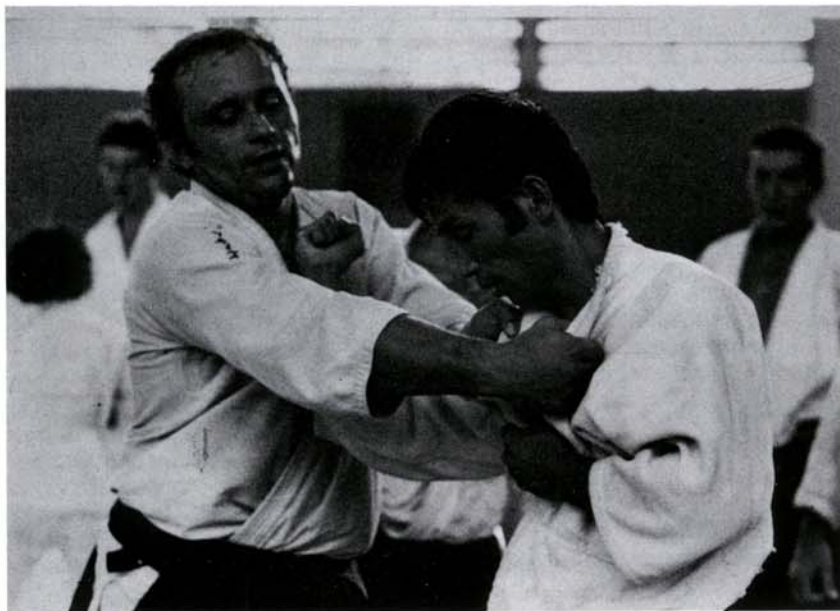
Ringrazio la rivista dell'Aikikai d'Italia, cui ho chiesto ospitalità come Presidente della Federazione Europea di Aikido, per poter riconfermare la linea di comportamento del Consiglio che presiedo. Da parte nostra siamo fermamente impegnati per ritrovare i contatti così malauguratamente interrotti e disponibili a qualsiasi incontro, a rimettere in gioco tutto per arrivare alla ricostruzione dell'unità dell'Aikido in Europa. Chiunque potrà misurare la nostra buona volontà in qualsiasi momento.

Questa è la nostra maggiore aspirazione: non siamo però disposti a subire i ricatti e le prepotenze di chi crede di poter rompere, per ragioni che non sono chiare, un organismo cui tanto crediamo.

Giorgio Veneri

IL RADUNO DEL M° KITAURA

Il Direttore Tecnico dell'Aikikai di Spagna ha diretto, con grande successo, la manifestazione organizzata nel Dojo di Roma, alla quale hanno partecipato numerose cinture nere dell'Aikikai d'Italia.



Accingersi a scrivere su uno stage di Aikido, cosa che fino a qualche anno fa non richiedeva uno sforzo particolarmente impegnativo, è diventato ora abbastanza difficile perché, dopo tante cronache, più o meno esaltanti, più o meno precise, di ciò che si è fatto in decine e decine di raduni, non si riesce più che a ripetersi in forme stereotipate e lise che non soddisfano chi scrive come non possono soddisfare il lettore.

Ma ché altro dire?

Uno stage di Aikido non presenta le caratteristiche di una qualsiasi competizione sportiva. Non ci sono nomi da citare con particolare rilievo né vincitori da esaltare...

Nei giorni 14 e 15 di giugno lo Aikikai d'Italia ha organizzato nel

Dojo centrale di Roma un raduno sotto la direzione tecnica del Maestro Yasunari Kitaura, 6° Dan dell'Aikikai di Spagna, con la partecipazione dei Maestri Hosokawa, Nomoto e Himazaki. Il raduno si è articolato nel modo seguente: sabato 14 giugno in due sessioni di due ore, mattina e pomeriggio e quattro ore, tutte mattinali, nel giorno successivo di domenica.

Sul finire dello stage il Maestro Kitaura ha voluto rispondere alle domande che supponeva gli allievi sarebbero stati curiosi di porgli e con molta pazienza ed abilità ha saputo farsi capire nonostante il suo poco italiano e lo spagnolo, sua lingua di adozione, che non tutti i presenti erano in grado di afferrare appieno.

Questa è, come dicevo, la lisa

cronaca ma, al di là di essa, quello che sarebbe importante evidenziare e che sfugge purtroppo, alla penna, è il contenuto, il messaggio che in queste otto ore di intensa attività il Maestro ha inteso darci.

Egli, con una certa sorpresa di tutti gli allievi, si è comportato in maniera alquanto inconsueta, saltando a piè pari ginnastica e movimenti di base ed iniziando direttamente ogni sessione di allenamento con le tecniche subito dopo la breve meditazione consueta. Come egli stesso ha spiegato, il poco tempo a disposizione per questo breve contatto con gli aikidisti italiani e la complessità del tema che si era preposto di illustrare, non permettevano di tergiversare. Egli dava per scontata la nostra preparazione sia fisica che tecnica, confortato dalla presenza di una larga partecipazione di yudansha (direi intorno al 50%) e di elevati gradi kyu.

Ritengo, e mi si scusi la presunzione, che tutto sommato non sia rimasto troppo deluso avendo, più tardi, espresso apertamente il proprio compiacimento.

Il Maestro Kitaura ci ha illustrato e fatto provare tante tecniche pur nelle poche ore che è stato con noi, da frastornarci completamente e ciò, come aveva premesso, allo scopo di allenarci non tanto nella tecnica quanto nell'uso del KI.

E' stato uno stage non particolarmente duro dal punto di vista fisico ma veramente impegnativo per quanto concerne l'aspetto più importante dell'Aikido: la ricerca in noi stessi del punto focale dell'energia, il tanden, ed il suo impiego pratico nell'Aikido e nella vita.

Non posso omettere di citare la grande carica di simpatia che il M. Kitaura emana dalla sua persona, nonché la forza e l'interesse delle sue lezioni.

Colgo dunque l'opportunità di ringraziarlo da queste pagine per il valido contributo che ha saputo dare al nostro lento ma (speriamo) costante progresso verso una sempre più chiara comprensione della difficile ma bellissima disciplina dell'Aikido □

Elegante come un torreador il M° Kitaura, Direttore tecnico dell'Aikikai di Spagna, esegue uno splendido kokyunage.

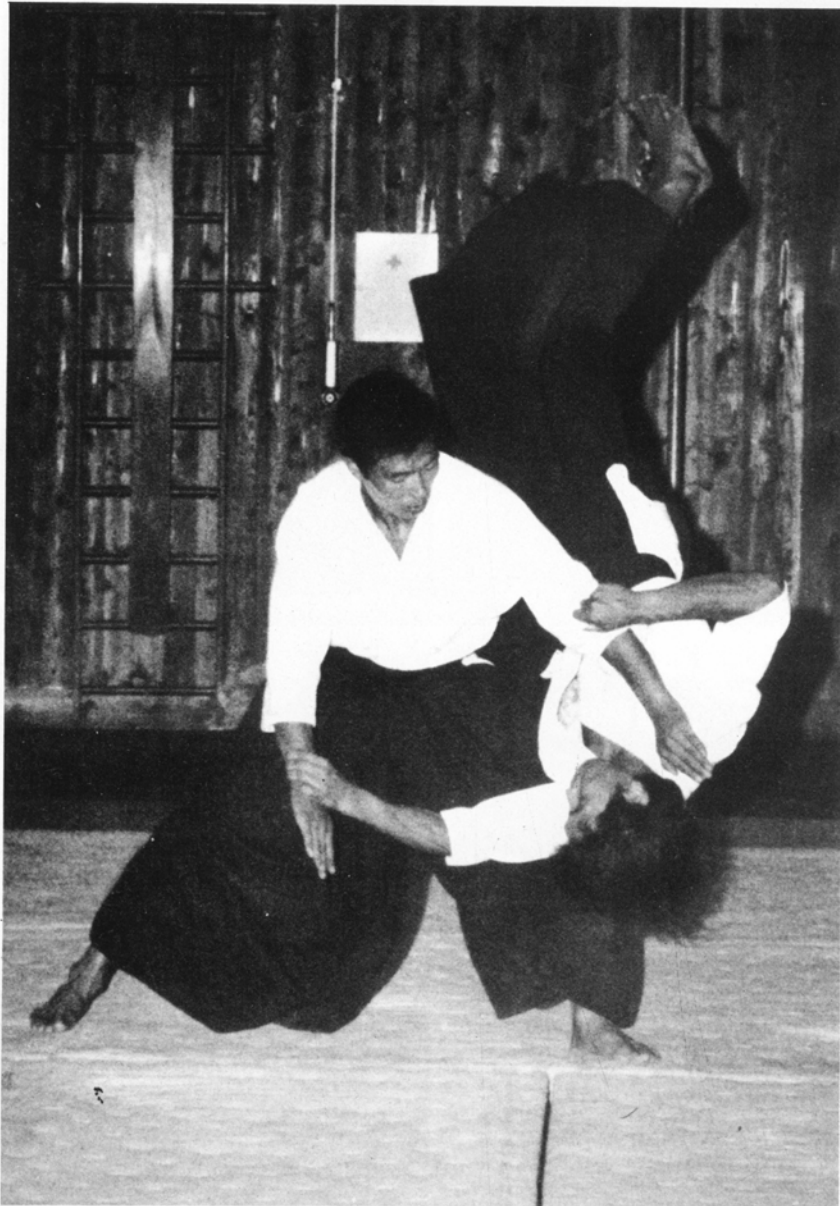


Foto in basso: Il M° Kitaura spiega alcune tecniche ai partecipanti allo Stage che si è svolto a Roma il 14 e 15 giugno.

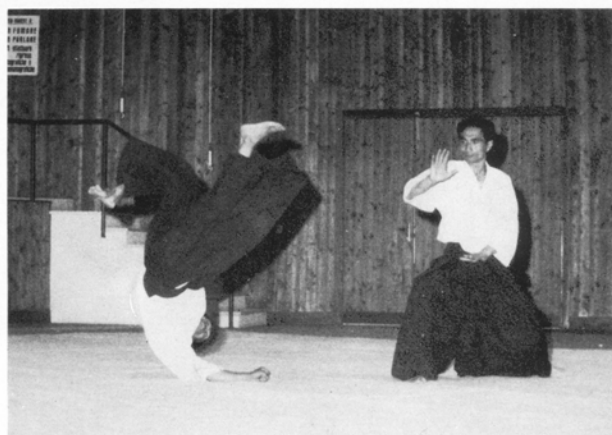
Foto ricordo del M° Kataura (al centro) con i Maestri Hosokawa e Nomoto dell'Aikikai d'Italia.



UNA POSIZIONE CORRETTA



Dimostrazione di una corretta e stabile postura:
il M° Asai, 7° Dan, Direttore Tecnico dell'Aikikai
di Germania mentre esegue un iriminage.



Il M^o Tada nell'eseguire questo kokyunage e mantenendo una corretta posizione del corpo, da dimostrazione del principio della Quiete nel Movimento.

osservando con particolare attenzione lo svolgersi di vari allenamenti di Aikido, ho rilevato che da una posizione scorretta deriva sempre una mancanza di dignità delle tecniche. Quando la posizione del corpo è errata, la qualità delle tecniche decade immediatamente, la stabilità viene meno e quello stato mentale chiamato zanshin che è essenziale al Budo, diviene debole ed insufficiente.

L'essenzialità di una postura corretta mi sembra, quindi, un utile argomento di riflessione per tutti coloro che praticano l'Aikido.

Guardando i giochi olimpici di Lake Placid sono stato colpito dalla magnifica ed assolutamente stabile postura del campione americano di speed skater Eric Hyden. Ho appreso, così, ancora una volta che una corretta posizione del corpo ed il necessario allenamento sono assolutamente indispensabili per sviluppare perfettamente forza ed estetica del movimento.

I giudici delle gare di atletica spesso qualificano un'esibizione in base a questi sei indici: rilassamento, ritmo, sincronizzazione, velocità, equilibrio, concentrazione. Sebbene non siano sempre d'accordo sulla relativa importanza di ogni singolo elemento, insistono, però, concordemente sulla assoluta necessità di una postura esatta.

Il problema, dunque, è come fare a mantenere sempre corretta la posizione del corpo. Perciò sulla base della mia esperienza ho compilato questa lista:

- bacino eretto;
- spina dorsale estesa in alto;
- mento rientrato;

— molari posteriori lievemente serrati;

— concentrazione della forza nel tanden;

— ano chiuso.

Se un allievo riuscisse a padroneggiare almeno gli ultimi due di questi elementi, credo proprio che diventerebbe in un certo senso un esperto, nel suo campo di attività. Questo è particolarmente vero per le tecniche di Aikido che così spesso utilizzano la teoria della trotola ed il principio del cerchio (Entenno Ri). In altre parole, facendo di un certo punto (tanden) il centro del movimento, si attivano forze centrifughe o centripete per respingere o attirare l'aite (partner di allenamento). Se però, durante le tecniche, il punto centrale venisse spostato o alterato, perderemmo il nostro zanshin dando di conseguenza una pessima dimostrazione.

Se riuscissimo ad agire costantemente senza perdere la forza del tanden saremmo in grado di dare la massima realizzazione a tutto il nostro potenziale vitale.

Per me è questo il vero significato del classico cinese « La Dottrina del Mezzo » laddove dice « nel mezzo di ciò che deve ancora accadere ». Una posizione del corpo appropriata è così importante da costituire la base e la fonte di ogni movimento. Noi che siamo interessati ad allenarci bene dovremmo cercare di mantenere una postura corretta 24 ore su 24.

Dai tempi antichi è stato tramandato quale fondamentale metodo di insegnamento, il principio della Quiete nel Movimento.

Questo insegnamento precisa che, per quanto turbinosa possa essere una tecnica, non si deve mai perdere la concentrazione della forza nell'unico punto o tanden.

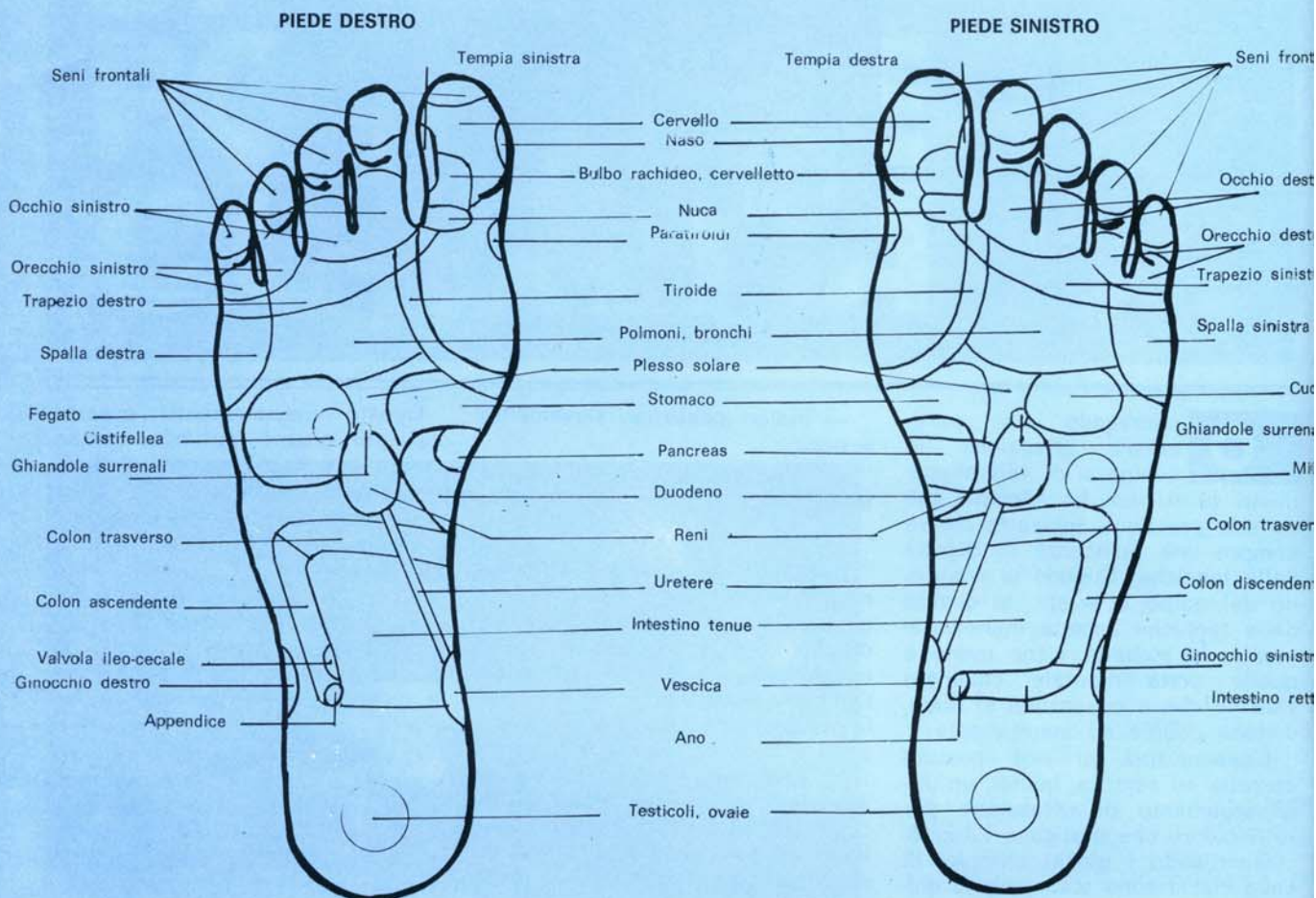
Il complemento della « calma nel movimento » è il movimento nella calma. Questo secondo principio si evidenzia sedendo in seiza o praticando il zazen. La necessità di una posizione corretta è vista in questo caso da un'angolazione diversa.

Quando, ad esempio, dopo l'allenamento sediamo per breve tempo in seiza dobbiamo considerare quel tempo come un periodo di allenamento in movimento. Durante il seiza, infatti, è necessario mantenere uno stato di calma pronta a convertirsi istantaneamente in movimento: non si tratta quindi di uno stato di sopore o di apatico abbandono.

Il seiza praticato correttamente con una perfetta postura è una forma di allenamento cui non manca nulla e che tutti dovrebbero praticare a casa, ove possibile, come parte dell'allenamento quotidiano.

Il futuro che ci si prospetta promette mutamenti non previsti dalle passate generazioni e nuovi e più gravi problemi da affrontare. Coloro che praticano l'Aikido dovrebbero sforzarsi di diventare pionieri su una nuova strada per il raggiungimento del SE.

Solo quando si è pervenuti così ad una vera indipendenza da noi stessi si può dire di aver veramente praticato l'Aikido. Questo è il vero progresso che conta affinché l'umanità non continui a ripetere le più oscure fasi della sua storia □

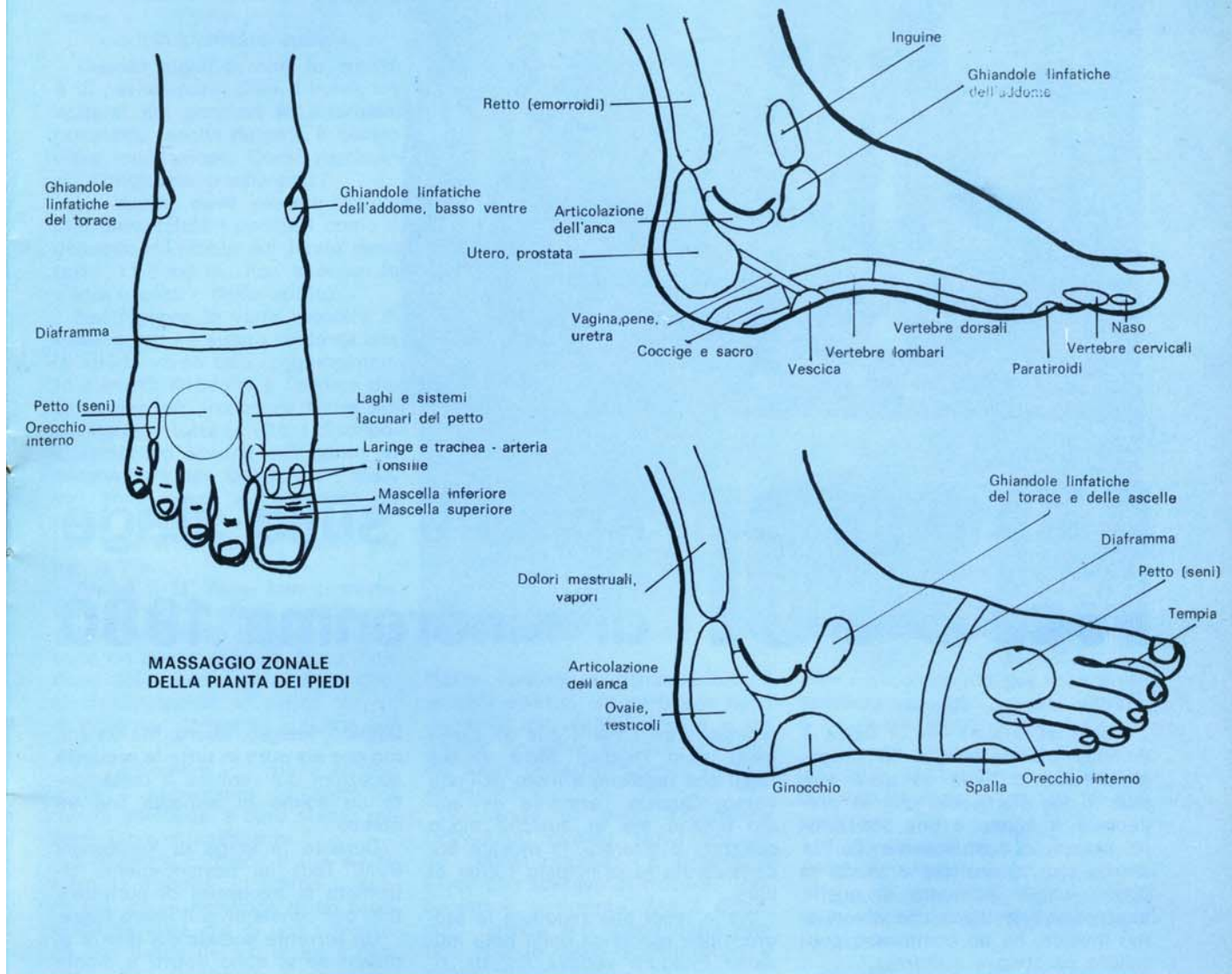


La Via dai piedi al cuore

di C.M.V.

Non molto tempo fa l'agopuntura era considerata con un misto di incredulità e dispregio e coloro che la praticavano una via di mezzo tra stregoni e ciarlatani. Oggigiorno l'agopuntura ha avuto un pieno riconoscimento a livello scientifico (è cattedra universitaria della facoltà di medicina in Roma) ed è ormai comune conoscenza il fatto che una determinata area del corpo può essere stimolata e curata sollecitando, premendo o massaggiando un centro nervoso, « tsubo » in giapponese.

All'inizio degli allenamenti, nei dojo di Aikido, vengono praticati



vari esercizi che non sono solo studiati al fine di sciogliere i muscoli, ma sono indirizzati a far acquisire o migliorare la buona salute.

Uno di questi esercizi, in particolare, è dedicato ai piedi. Esiste in Giappone un particolare metodo di cura che comprende il massaggio dei piedi ed è chiamato *sokushindo* che, in ideogrammi, si scrive via (o metodo) piedi-cuore. Gli esercizi dedicati ai piedi ricadono, in parte, il metodo *sokushindo*.

Quando si piegano e si spingono le dita dei piedi a partire dal-

l'alluce, cinque organi, fegato, cuore, pancreas, polmoni e reni vengono stimolati.

Ruotando i piedi si sollecitano i gangli linfatici correlati a due centri nervosi situati ai lati esterni delle caviglie.

L'arco del piede è chiamato il secondo cuore perché, percuotendolo con il pugno chiuso, viene stimolato quell'organo importantissimo. Inoltre nell'arco del piede sono situati numerosi altri « tsubo »: uno, in particolare, è connesso con lo stomaco così che comprimendo quel particolare centro nervoso,

si può liberare lo stomaco dall'accesso di aria. Nei disegni che vengono pubblicati ad integrare queste brevi note, viene chiaramente evidenziato come quasi tutti gli organi interni possono beneficiare dal massaggio ai piedi.

L'Aikido è, dunque, un atto di amore « anche » perché si preoccupa della salute di coloro che lo praticano. Nessun esercizio è « pleonastico » o soltanto « tradizione ginnica » in un dojo di Aikido.

E' bene, quindi esercitarsi con impegno e attenzione soprattutto perché, alla fine, se ne avvantaggia la salute □



MISOGI

Appunti sullo stage di Kinorenma 1980

Cos'è un suono? Per la fisica è un'onda vibratoria che si propaga attraverso l'aria od altro elemento. Per l'orecchio che lo percepisce il suono è una sensazione piacevole o spiacevole. Per la mente che lo analizza e studia il suono, come elemento di quella espressione artistica che chiamiamo musica, ha un complesso contenuto estetico e culturale.

Un suono, però, non è soltanto un fenomeno acustico o un elemento formativo di un'opera musicale.

La parola greca *harmonia*, che ha assunto nel tempo un significato pregnante in campo musicale, significava in origine giuntura, connessione, unione.

L'armonia dei suoni, accordo ed equilibrio di elementi diversi, erano oggetto di particolare studio nella scuola di Pitagora di Samo. Pitagora (VI sec. A.C.) riteneva che il numero « sostanza delle cose » fosse generatore di armonia che si manifestava nei movimenti degli astri, nel succedersi delle stagioni, nella ritmica successione dei suoni. Anche l'animo umano per il filosofo di Samo, rispecchia l'armonia dell'universo,

quando i sentimenti che vi albergano sono regolati dalle stesse leggi che regolano il moto dell'universo. Quando l'armonia dell'animo umano era in qualche modo spezzata o alterata, la musica era considerata la principale forma di cura.

Nelle leggi che regolano la progressione numerica delle note musicali Pitagora vedeva, infatti, rispecchiata l'armonia celeste e, di conseguenza, la musica aveva potere di riportare l'animo sconvolto alla originaria divina armonia.

La musica assunse quindi, nella scuola pitagorica, a strumento di purificazione dell'anima. Anche Giamblico, filosofo pitagorico vissuto intorno al 300 A.D., riconosceva la potenza della musica come causa di elevazione e purificazione dell'animo umano e sosteneva altresì che essa operasse come una medicina per il corpo e per lo spirito.

Armonia di suoni, quindi, per ridare armonia, per purificare. Purificare, armonizzare non sono però effetti distinti di una stessa causa bensì l'uno è sorgente dell'altro. Cosa significa, infatti purificare? Vuol dire rendere incontaminato,

limpido, integro, libero. Ma un animo che sia puro in tutte le predette accezioni del termine è certamente un animo in armonia con sé stesso.

Durante lo stage di Kinorenma il M° Tada ha costantemente affermato la necessità di purificare il KI per consentirne il libero fluire.

Un torrente scende dal monte al piano: se vi sono detriti a monte tutto il corso del fiume ne sarà inquinato e perfino ostruito.

Analogamente se il nostro KI non è purificato tutto il nostro agire sarà di conseguenza alterato e corrotto ed anche il nostro corpo risulterà incapace di eseguire correttamente le tecniche di Aikido.

Tutti gli esercizi eseguiti durante lo stage di Kinorenma erano, quindi, rivolti a purificare il KI perché potesse fluire come un limpido fiume.

Il tempo della meditazione in *za-zen*, in particolare, è stato più direttamente ed evidentemente rivolto a far conseguire allo spirito l'originaria purezza o, come dicono i patriarchi zen, la trasparenza.

Lo spirito, infatti, è come una tazza di limpida acqua che ha sul fondo un deposito di sabbia. Se

agitiamo la tazza l'acqua diventerà torbida. Se lasciamo la tazza immobile la sabbia si depositerà sul fondo e l'acqua resterà limpida e pura.

Una delle fondamentali massime zen è

« originariamente nulla ».

Questo significa che lo spirito è di per sé puro. Solo il vorticoso agitarsi dei pensieri lo intorbida, purtroppo, anche durante il tempo della meditazione. Come restituirgli l'originaria trasparenza?

La mente deve restare immobile decantando i pensieri come il deposito di sabbia sul fondo della tazza: ci sono ma non alterano la « trasparenza » dello spirito.

Nel leggere le varie raccolte di « storie zen » è subito evidente che la strada verso tale raggiungimento è irta di difficoltà e l'andare deve essere un procedere senza sosta durante tutta la vita. I discepoli sembrano spesso sul punto di soccombere alla fatica, ma i Maestri sono pronti a sostenere gli spiriti vacillanti, a suggerire metodi diversi di azione, nuove vie per la Via.

Anche il M° Tada, ben consapevole dei nostri sforzi e delle nostre difficoltà, ha proposto questo anno un nuovo metodo di purificazione dello spirito e, proprio, quasi ricollegandosi all'antica scuola di Pitagora, attraverso il suono del Rin.

La particolare vibrazione sonora aiuta a conseguire lo stato di mente immobile, è essa stessa misogi: pura e purificante.

Il Maestro colpisce il Rin e l'allievo si dispone ad udirne il suono non come ricezione di un fenomeno esterno, ma di una vibrazione che nasce dentro di lui e cancella ogni frastuono di pensieri, ogni torpore, ogni impurità.

Questa pratica di meditazione però non può essere oggetto di studio a livello mentale-conoscitivo, non può essere compresa logicamente, astrattamente.

Nessuna comprensione logica può sostituire l'esperienza provata sia pure per un attimo, dello stato di mente immobile.

La pratica degli esercizi di Kinorenma in generale, della meditazione in particolare, non è un'attitudine esteriore ma un'esperienza da vivere intensamente, ogni attimo, dentro di sé.

Al tempo di Buddha un uomo camminava nel cuore della montagna cercando un luogo per pra-



ticare l'ascesi e comprendere il proprio spirito. Incontrò per caso un discepolo dell'Illuminato e gli chiese da dove venisse. « Vengo dal luogo della mia pratica » rispose quello.

Pensando di aver finalmente individuato quanto stava cercando, l'uomo riprese: « E' proprio il luogo che speravo di trovare. Conducimi lì, ti prego ». Ma il discepolo replicò: « Il luogo della pratica risiede nello spirito puro e senza attaccamenti ».

Il luogo dove si esercita per purificare il proprio spirito non è un posto che gli occhi possano vedere. Non è il zen-do, il dojo o il chashitsu (1). Il « luogo della pratica » è lo spirito stesso.

E' lo spirito che cerca di purificare lo spirito. Non è un gioco di parole ma l'enunciazione di una verità. Ogni pratica di ascesi spirituale nasce dal didentro. Ogni attaccamento a forme, luoghi e atteggiamenti esteriori è inutile, anzi negativo perché impedisce che lo spirito si ponga a diretto confronto con se stesso.

E' per questo che il M° Tada ha più volte precisato che il suono del Rin non poteva essere mera-

mente ascoltato ma, per essere veramente misogi, doveva vibrare e risuonare dentro di noi.

Il suono di una campana viene percepito dall'orecchio e la mente lo intende come un richiamo alla preghiera.

Il suono dell'organo ispira un senso di sacro rispetto.

La vibrazione del Rin sembra andare al di là del rapporto udito-intelletto.

Sembra quasi che le orecchie non sentano ma che la vibrazione nasca nell'anima stessa così che l'onda sonora crea una barriera che il tumulto dei pensieri non può superare.

Il suono è silenzio. E' quasi un koan e come tale non dà luogo a spiegazioni razionali.

Come tutta spiegazione, infatti, il M° Tada ci ha proposto come oggetto di meditazione un breve haiku (2) che è, anch'esso, un koan:

« Udire il suono vuoto
con le orecchie dello spirito ».

(1) - Stanza dove si pratica la cerimonia del tè.

(2) Breve composizione poetica giapponese di diciassette sillabe.

Come Una



Se dovessi insegnare aikido a dei principianti, direi loro così: « Dovete comportarvi come una foglia. Una foglia secca, caduta dal ramo in autunno e finita, per un capriccio del destino, nelle acque tumultuose di un torrente.

Essa non affonda, non può affondare, per sua natura. Potenti onde l'aggrediscono da tutti i lati, tentando di schiacciarla, di sbatterla contro pareti rocciose, di affondarla, di risucchiarla nei gorgi..., ma la debole foglia galleggia sempre. Su di lei le acque violente non hanno potere alcuno. La loro forza si disperde non trovando nella foglia opposizione. Un'onda prepotente la investe da un lato e la foglia si solleva leggera, come se danzasse e lascia che l'acqua le passi sotto e vada a scaricare tutta la sua furia lontano. Un'altra onda sopraggiunge e, dall'altro, precipita sulla foglia. Neppure stavolta essa resiste: per un attimo pare che resti sommersa, ma subito dopo eccola riapparire un po' più in là, sempre danzante e mobile, pronta a giocare con le altre innumerevoli onde cariche di violenza, che in lei non troveranno mai ostacolo e che dovranno perciò disperdere la loro forza contro chi, come i sassi di cui è ricco il letto del torrente, opporrà resistenza. Le grosse pietre, dure e compatte, sostengono bene la furia delle acque, ma, nel tempo, ne resteranno devastate. La foglia invece galleggia, perché non cerca la lotta, l'opposizione.

Non siate, dunque, come le pietre, bensì come una foglia! »

Questo direi ai principianti, perché teorizzare è facile e creare similitudini lo è anche di più. Ma il mio discorso mirerebbe lontano: non già a pretendere di vincere la natura umana con poche lezioni di semplicità, bensì a creare quella scintilla iniziale che deve portarci ad affrontare l'aikido « dal

di dentro » e non già « dal di fuori ». L'aspetto tecnico, il lato spettacolare di questa disciplina, quando è realmente efficace, quando cioè è eseguito da un grande maestro, non deve illudere i neofiti ed indurli a pensare che con il tempo e con un adeguato allenamento fisico, si potranno raggiungere quegli stessi risultati: quello che essi ammirano e che possono riconoscere come validissimo e credibile, non è che il frutto nato da un seme che tanto tempo prima è stato piantato nel profondo dell'animo di colui che ora esegue la dimostrazione. Per quest'uomo, tutto è ormai ridotto ad un impulso naturale. Non ci sono nemici che attaccano, né tecniche fisse, né schemi di lotta. C'è solo una forza, quella cosmica, quella dalla quale tutti veniamo ed alla quale tendiamo a ritornare. Quella forza che, una volta percepita, e rompe da noi spontanea e ci fa muovere e spostare, con indifferenza, ma con tempismo assoluto, perché trascende la nostra comune volontà, essendo divenuta istintiva. Allora nascono le figure geometriche e la magia del Tai sabaki. Allora le parole tante volte pronunciate dal maestro Ueshiba affiorano spontanee alle labbra: « Maru, sankaku, shikaku... » Cerchi, triangoli, quadrati... ed i piedi si spostano ed il bacino ruota e le braccia agiscono e tracciano nell'aria gli antichi disegni delle spade.

Questo è aikido, la potenza del tanden, di quel punto del nostro corpo da cui debbono scaturire le forze e che viene alimentato dalle complesse tecniche respiratorie.

Tutto ciò il principiante deve saperlo, al più presto, per evitare che, con la leggerezza che ci è propria, confonda un'arte marziale con un'esibizione di forza ed agilità. Naturalmente queste componenti possono sembrare i cardini

foglia ...

attorno a cui ruota l'aikido, se esso viene osservato con superficialità, specialmente se la sua esecuzione è affidata a persone ancora acerbe in questa disciplina. Ma nei maestri, in quelli veri, si intuisce che c'è qualcosa di più: la forza non è quella dei loro muscoli e la agilità non è altro che un'intuizione che permette d'anticipare l'azione degli attaccanti.

Su questo i principianti debbono venire istruiti subito, debbono cioè imparare a vedere il vero aikido, anche se per praticarlo ci vorranno tanti anni e tanti sacrifici. Bisogna che essi imparino a non osservare solo le forme esterne, ma ad intuire quale forza nasconde le manifesti, e solo così, nel profondo del loro animo, potrà trovare degno terreno il minuscolo seme da cui nascerà la pianta dell'aikido. I principianti tengano sempre presente il famoso detto Zen « Il dito che indica la luna non è la luna! ».

Qualcuno, a questo punto, potrà obiettare che si pretende troppo da chi inizia a praticare. Ma io non credo. Credo piuttosto che chi parte ben informato sulle difficoltà che dovrà incontrare e soprattutto conscio dei veri valori di quanto sta per intraprendere, sarà sempre corazzato di fronte a qualsiasi delusione e saprà certamente trovare in sé stesso le forze per riprendersi e continuare il cammino. L'aikido, ricordiamolo, è difficile perché è la via della semplicità e tutto ciò che è troppo semplice cozza nel nostro cervello contro le sovrastrutture di una cultura che ci porta ai sofismi ed alle complicazioni mentali.

Vogliamo trovare valori e spiegazioni ai valori, ragioni valide, prove tangibili. La nostra non è più una epoca di fede e quando l'uomo perde la fede, specialmente quella in sé stesso, che è ben diversa dalla presunzione, resta disarmato

e vacilla. Bisogna ricostruirla questa fede ed essa non deve nascere da fattori irrilevanti, come possono essere i successi sociali o sportivi, bensì dalla coscienza, dalla ferma convinzione di fare parte delle forze universali che sono illimitate ed indistruttibili.

Una volta che abbiamo riconquistato la fede in noi stessi, più nulla deve sembrarci impossibile, poiché è solo questione di volontà e costanza. Dunque, intraprendiamo il cammino della semplicità che è il solo a poterci condurre sui giusti sentieri. Impareremo così a « sentire » veramente noi stessi ed avremo finalmente la valutazione esatta delle nostre capacità.

A conclusione, sempre per aiutare i principianti, mi rifaccio ad uno scritto Zen, piuttosto esplicito.

Si parla in esso della storia dell'uomo e del bove. Sono dieci brevi episodi, carichi di significato. Nel primo c'è la ricerca. L'uomo si allontana dalla sua casa e dalla sicurezza della sua vita quotidiana, per ritrovare l'animale attraverso boschi e zone aspre e selvagge. Nel secondo c'è lo stimolo. L'uomo scorge finalmente le tracce dell'animale. Nel terzo abbiamo la visione. L'uomo vede il bove. Nel quarto c'è la cattura. E' la parte più difficile: l'animale vuole vivere libero, ma l'uomo lo costringe e lo lega. La furia dell'animale è quella delle forze materiali negative. Contro di esse l'uomo non indugia ed usa la frusta. Solo così egli ha il potere assoluto sulle resistenze del bove. Il quinto episodio è quello del controllo. Ora che la bestia è catturata e domata, va condotta al pascolo, ma sempre sorvegliata con attenzione. Nel sesto episodio vi è rilassamento. L'uomo, per condurre a casa il bove, ormai domato, gli monta in groppa ed osserva da sopra le cose che prima,

durante la sua ricerca affannosa, non ha avuto tempo di vedere. Nel settimo, abbiamo la separazione. L'uomo, tornato a casa, libera il bove e non prova più interesse per esso, né gli servono più la frusta ed il laccio per legarlo. L'ottavo episodio è il vuoto. Né uomo, né bove: nulla ha più importanza, nulla serve per comprendere il nulla. Il ritorno caratterizza il nono episodio. E' il ritorno all'origine, alle cose più semplici, al moto eterno, senza problemi; per questo, non serve uscire di casa e l'uomo vi rimane chiuso, in perfetta libertà. Il decimo episodio è quello che vede l'uomo conquistatore della semplicità. Ora egli ha la vera ricchezza. Ora può muoversi, andare in città, tornare a casa, incontrare gente, parlare, tacere, sentendosi finalmente leggero ed in armonia con tutto.

Il significato di questi episodi è fin troppo evidente. Li ho citati perché essi possono essere indicativi per vedere chiaramente nei nostri problemi quotidiani. Anche in quelli dell'aikido. Il principiante che si scaglia con fervore contro le prime difficoltà di ordine tecnico di questa arte marziale per superarle al più presto e rendersi conto di quanto vi è dopo, è come l'uomo che va alla ricerca del bove. Lo cerca con fatica, lo scova, lo doma e, solo quando ritorna a casa in groppa all'animale vinto, si avvede che non è questo l'importante, che il bove, forse, non è mai esistito, o anche se lo è, la cosa non ha valore alcuno. Quello che conta, invece, è quanto avviene dentro di noi, lentamente, attraverso strade a volte diverse, ma sempre difficili. Fino al vuoto, ed ancora oltre, fino al ritrovamento del nostro vero essere.

Questa è la semplicità, la via della semplicità, che ci farà reagire al torrente della vita come una foglia ... □



A group of people, mostly men, are practicing a martial art, likely Judo or Jujitsu, in an outdoor courtyard. They are wearing white uniforms (gi) and black belts. Many are holding long wooden sticks (Jo) and performing synchronized movements. The background features a large brick wall and trees. The scene is captured in a photograph with a slightly grainy texture.

Lo Stage Internazionale di

COVERCIANO



Nelle due settimane che vanno dal 28 luglio al 9 agosto si è svolto il consueto Raduno internazionale estivo di Aikido, giunto ormai alla sua tredicesima edizione, che, grazie alla cortesia dei Dirigenti il Centro Federale del Calcio, si è svolto anche quest'anno nella capace Palestra di Coverciano, sotto la guida del Direttore didattico Dr. Hiroshi Tada, validamente coadiuvato dai Maestri Fujimo-

to e Nomoto dell'Aikikai d'Italia e con la partecipazione dei Maestri Ikeda, Hatayama (questi in rappresentanza dell'Aikikai di Germania in sostituzione del M° Asai) e Himazaki, con un totale di partecipanti piuttosto elevato (214) ed una presenza di ben 48 stranieri. Queste cifre non rappresentano un record ma sono ugualmente ragguardevoli per la nostra manifestazione più importante ed impegnativa dell'anno. Esse metto-





Foto pagina accanto:
Il M° Tada dimostra, per i partecipanti al Raduno di Coverciano, un sankyo.

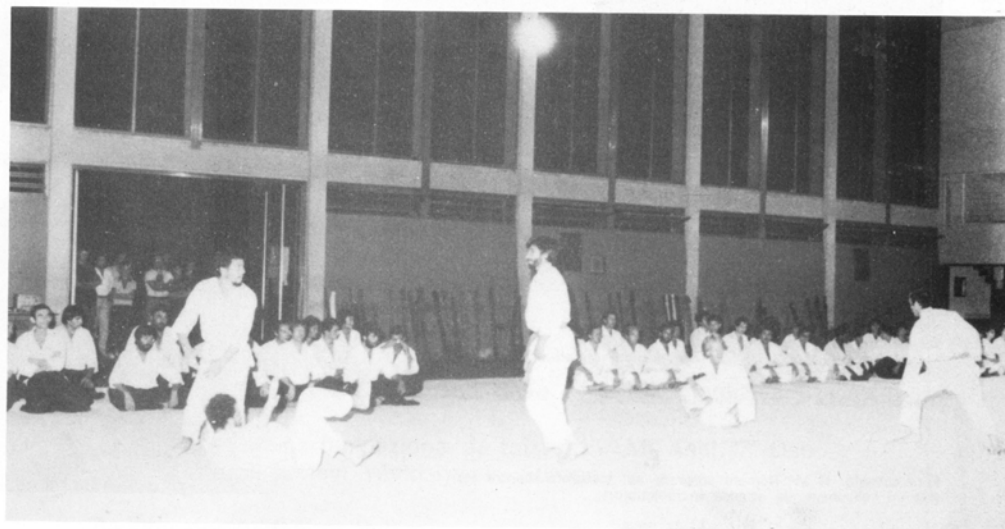
Il M° Fujimoto assieme al M° Himazaki eseguono un kumitachi di bokken durante l'Embukai organizzato al termine dello stage.

Foto sopra:

Sui campi sportivi del Centro di Coverciano vengono spiegate dal M° Tada alcune tecniche con il bokken.

Foto ricordo del M° Tada con i suoi collaboratori: il M° Fujimoto ed il M° Nomoto.

Foto accanto: Al termine di ciascun turno è stato organizzato un bellissimo Embukai con la partecipazione, oltre gli insegnanti, di moltissimi allievi.



no in risalto il grande interesse che il raduno estivo di Coverciano e l'insegnamento del M° Tada suscitano universalmente. Non mi dilungherò nei dettagli di quanto è stato fatto in queste due settimane, cosa che non riveste, secondo la mia opinione, per il lettore, alcun interesse. E' invece utile sottolineare che al termine di ciascun turno il M° Tada ha organizzato un bellissimo Embukai, prova generale, per ciascuno di noi,

di ciò che è realmente capace di esprimere attraverso le tecniche di Aikido. Ne è venuto fuori uno spettacolo dignitoso e senz'altro un grosso impegno da parte di tutti gli allievi oltre che uno stimolo per il futuro ed una prova di eccezionale levatura per quanto concerne la dimostrazione, lunga ed articolata, offertaci dal Maestro Tada.

Una ulteriore ragione di interesse è stata la proiezione di alcuni

filmati nella bella sala delle conferenze del Centro Federale. Vivissimo interesse ha suscitato il poter assistere ad un Embukai svoltosi recentemente a Tokyo con la partecipazione di numerosi Maestri di cui solo vagamente si conosce il nome in Europa e non è possibile non citare una stupenda pellicola girata nel lontano 1936, con protagonista, ovviamente, O-Sensei Ueshiba, che ha lasciato gli spettatori letteralmente a boc-



Foto sopra:
Kokyunage dimostrato dal M^o Tada durante gli allenamenti.

Immobilizzazione a terra dopo un attacco con il bokken.



Foto accanto: Il M^o Nomoto sorpreso dal fotografo mentre esegue un kokyunage da attacco in ryokatori.

ca aperta.

Una parola va spesa per l'organizzazione, impeccabile come sempre, curata dal Yodan Giorgio Veneri ed una, perché no, unico neo di questo bellissimo Raduno, per il caldo che ha messo a dura prova tutti indistintamente costringendo il Direttore didattico a ridurre alquanto gli orari di lezione e che lo scrivente ha patito quanto mai prima, al punto di augurarsi uno spostamento (pur-

troppo impossibile per ragioni contingenti) dello Stage estivo in località meno colpita dalla stagnante canicola di Coverciano.

Prima di concludere queste mie brevi note non posso mancare un accenno agli esami che si sono svolti a chiusura di ciascun turno e che hanno visto impegnati allievi dal 6° kyu al 3° dan. Tutti hanno dimostrato una buona impostazione meritando ampiamente il riconoscimento ottenuto e dando

una volta di più conferma della bontà di una Scuola, quella dell'Aikikai d'Italia che attraverso l'infaticabile ed onnipresente opera dei suoi Maestri sta portando ad una costante maturazione in coloro che la seguono.

Un Raduno bello e vario, dunque, ed una sferzata di energia e di vitalità ma soprattutto la premessa per un rinnovato impegno nella lunga attesa dell'appuntamento del prossimo anno □

AIKIKAI D'ITALIA

Calendario dei raduni

Belgrado	24-26 Ottobre 1980	Stage organizzato in collaborazione con l'Aikikai di Jugoslavia.	M° Fujimoto, 5° Dan
Milano	1-2 Novembre 1980	Raduno Regionale Alta Italia	M° Fujimoto, 5° Dan
Roma	15-16 Novembre 1980	Raduno Regionale Centro-Sud Italia	M° Ikeda, 6° Dan M° Hosokawa, 5° Dan
Ancona	6-7 Dicembre 1980	Raduno Promozionale Alta Italia	M° Fujimoto, 5° Dan
Salerno (*)	6-7 Dicembre 1980	Raduno Promozionale Centro-Sud Italia	M° Hosokawa, 5° Dan
Roma	31 Dicembre 1980	Etsunen Geiko (Allenamento speciale della Notte di Capodanno)	M° Hosokawa, 5° Dan
Roma	10-11 Gennaio 1981	Raduno Nazionale	M° Hosokawa, 5° Dan
Roma	7-8 Febbraio 1981	Stage obbligatorio riservato ai Fukushimaidoin, Cinture Nere e Responsabili di Dojo	M° Hosokawa, 5° Dan M° Fujimoto, 5° Dan
Milano	14-15 Febbraio 1981	Raduno speciale di Ken e Jo	M° Fujimoto, 5° Dan
Milano	14-15 Marzo 1981	Raduno Nazionale	M° Asai, 7° Dan M° Fujimoto, 5° Dan
Roma	18-20 Aprile 1981	Raduno Nazionale con esami per Cinture Nere	M° Hosokawa, 5° Dan M° Fujimoto, 5° Dan
Belgrado	24-26 Aprile 1981	Stage organizzato in collaborazione con l'Aikikai di Jugoslavia	M° Fujimoto, 5° Dan
Reggio E.	30-31 Maggio 1981	Raduno Promozionale Alta Italia	M° Fujimoto, 5° Dan
Maratea	30-31 Maggio 1981	Raduno Promozionale Centro-Sud Italia	M° Hosokawa, 5° Dan
Köln (Germania Ovest)	6-8 Giugno 1981	Raduno con la partecipazione di tutti gli insegnanti giapponesi residenti in Europa	M° Asai, 7° Dan
Le Brassus (Svizzera)	13-19 Luglio 1981	Raduno dell'Aikikai di Svizzera	M° Tada, 8° Dan M° Ikeda, 6° Dan M° Fujimoto, 5° Dan
Converciano (Firenze)	27 Luglio - 8 Agosto 1981	14° Stage Internazionale dell'Aikikai d'Italia	M° Tada, 8° Dan
Roma	26-30 Agosto 1981	6° Stage di Kinorenma	M° Tada, 8° Dan

(*) Rinvitato

Due Vie, una Meta

L'arte del tè e l'Aikido non possono essere considerati come spettacolo o come oggetto di discussione. Parlarne, assistervi non possono comunicare la pura gioia della pratica. Il gusto del tè, il tocco serico della ceramica, la sensazione di quiete nel movimento, il piacere che deriva dall'estrinsecazione di grazia e d'armonia, nelle tecniche, devono essere sperimentati personalmente.

L'Aikido è la via per essere in armonia con l'universo.

Nel moto delle tecniche c'è il soffio del vento, il guizzare delle fiamme, l'impeto delle onde, la forza ed il peso della terra. Le tecniche non sono, però, simboli della natura, ma dirette espressioni di essa perché il loro creatore O-Sensei Ueshiba aveva posto se stesso in armonia con il moto e la vita dell'universo. Perciò nella pratica delle tecniche è necessario sentirsi in armonia con il creato così da poter realizzare lo stato di Aiki che è unione e amore per tutte le creature. A questo fine si giunge con un'attitudine interiore non già di tensione ed irrigidimento, ma di quiete e di intima armonia, svincolata dal proposito immediato e limitato della difesa personale.

Che cosa più facilmente ispira sentimenti di distensione di una tazza di tè? Calore, gusto e profumo si adattano a tutte le stagioni dell'anno e inducono alla vita contemplativa.

Il vino eccita e ottunde. Il tè calma e risveglia. Ha, forse, il sapore del satori, un po' amaro ma pieno di calma.

La sala da tè ed il rituale del tè creano un'atmosfera in cui non so-

lo il tè ma la vita stessa vengono apprezzati più facilmente e profondamente.

Il tè verde in polvere viene misurato in una rustica tazza. Acqua fumante è versata nella tazza e frullata fino a farla schiumare. Mentre ogni ospite riceve la sua tazza di tè ha il tempo di apprezzare le sensazioni instillate dalla stanza attraverso il kakemono, i fiori, il braciere di ceneri chiare e di braci artisticamente disposte e, naturalmente, gli utensili per il tè. Gli odori della stanza sono soavi e diffusi — delicato incenso e fresche stuoie. Il suono dell'acqua che bolle ricorda il vento tra i pini. Suoni e pause di silenzio si intrecciano costantemente. Alla fine della cerimonia acqua fredda è posta nel bollitore. L'acqua cessa di bollire e la stanza è finalmente silenziosa. Gli ospiti sono pervasi da una sensazione di compiuta serenità.

La cerimonia ha termine quando ospiti ed invitati si inchinano profondamente: un grato riconoscimento del tempo che hanno condiviso.

Quando si entra nella stanza da tè dalla bassa nijiri-guchi, ci si spoglia di tutti gli status sociali della vita quotidiana. Nella stanza da tè si è tutti eguali. Una volta un allievo disse al maestro: « Il sapore di questo tè non mi piace molto, ma questo non importa, è vero? Credo di capire che l'essenza del tè sia lo stare insieme ». Il maestro ne fu felice. Infatti, un grande maestro del tè, T'sai Hsiang, nella sua tarda età non beveva mai il tè, ma continuò a prepararlo ogni giorno.

Anche nell'Aikido il vero fine





dell'allenamento è costruire l'unione dello spirito, creare un sentimento di fratellanza che vinca gli stimoli di aggressività e di opposizione-reazione per riportare ognuno all'armonia con l'universo.

Per l'Aikido non esistono differenze sociali di alcun genere perché ognuno vale ed è valutato per quello che è realmente o meglio aikidoisticamente.

Ma c'è di più. Perfino il rango dei gradi conseguiti perde valore: infatti, tanto il principiante quanto le cinture nere dei vari gradi si trovano a doversi confrontare con la medesima tecnica che è nuova per l'uno quanto per l'altro. Per l'uno è un mondo tutto da scoprire, per l'altro una rinnovata meraviglia ed una più profonda presa di coscienza.

Tanto nel rituale del tè, quanto nelle tecniche di Aikido l'allievo non deve soltanto vedere movimenti da ripetere ciecamente, meccanicamente. Le tecniche dell'una e dell'altra arte servono come stimoli ad una sempre più intensa consapevolezza.

La ripetizione dei gesti quotidiani ci porta ad una sorta di ottundimento. Il quotidiano caffè o i quotidiani passi sulla strada di casa ci trovano privi di sensazioni quanto un robot. La nostra vita è meccanizzata, fatta di routines e di schemi precostituiti: mangiamo all'ora del pasto e non quando abbiamo fame. Inoltre, abbiamo perso il vero ed immediato contatto con le persone. Abbiamo idea degli altri concetti, categorie. Perfino un amico non è veramente se stesso, unico, irripetibile: è solo l'idea che ne abbiamo, è stato etichettato e classificato. Anche il tè fa parte dei tanti luoghi comuni. Qui in Italia è una bevanda calda dal gusto non proprio attraente che si prende a tempi ben precisi.

Ed ecco, la cerimonia del tè ci restituisce sensazioni dimenticate. Il tempo che si dedica alla cerimonia è, in effetti, quello necessario ad un ripensamento, ad un intimo risveglio che rende nuovi e degni di attenzione: profumo e sapore del tè, peso e levigatezza della coppa. Sono queste le sensazioni che rendono una tazza di tè veramente rinfrescante, unica ogni volta.

Così, nel rituale, i gesti ripetuti non producono una meccanica assuefazione, ma portano ad una



L'attrice giapponese Jumi Kaoru, 2° Dan, esegue un kokyunage durante il 18° Embukai di Aikido che si è svolto a Tokyo nel mese di maggio.

costante, meravigliosa rinascita interiore.

Un simile risultato è posto in essere anche nell'Aikido attraverso un costante allenamento. Le tecniche ripetute centinaia, migliaia di volte non danno mai la noia dell'abitudine, la cessazione d'interesse che ci muta in automi. La ricerca della perfezione ci confronta ogni giorno con noi stessi e con gli altri cosicché ci conosciamo meglio e conosciamo meglio quelli che ci sono accanto.

Sia nell'Aikido che nella Cha no yu i movimenti sono sempre essenziali, naturali, senza sforzo. Tendono al wu wei, lo stato mentale in cui si realizza la quiete nel movimento. La schiena è diritta ma non rigida, il petto e le spalle sono rilassati, il respiro è lieve, senza sforzo, il ki circola egualmente attraverso il corpo. I piedi scivolano sul tatami quasi invisibilmente. Si perviene ad una definita « sensazione » del proprio centro. Le tecniche dell'Aikido sono basate sulla circolarità del movimento. Il bacino è il perno del movimento e le posizioni dei piedi e delle mani derivano da quell'unico centro. Sentirsi « centro » è sentirsi in armonia, un'armonia dinamica che genera una irresistibile forza di attrazione « lo sono nel centro, l'opponente sarà attratto da me » diceva il maestro Ueshiba Morihei.

Anche nella Cha no yu i movimenti sono sempre riferiti al proprio centro. Nel piegare il fukusa (il fazzoletto), lo si tiene davanti

al proprio centro, così pure gli utensili per il tè vengono spesso portati davanti al centro del proprio corpo. In particolare, all'inizio della cerimonia, l'hishaku (mestolo per l'acqua) viene tenuto verticalmente davanti a sé. Questo gesto è chiamato « Kagami bishaku » ovvero movimento specchio perché chi offre il tè guarda un attimo nell'hishaku per vedervi il riflesso del proprio sé. E' un attimo di meditazione che calma la mente e la riporta al centro del proprio essere.

Tanto la Cha no yu che l'Aikido tendono, dunque, a realizzare durante lo svolgimento della tecnica lo stato-sensazione di jaku o vivita che è sinonimo di nirvana. Nirvana significa senza vento e descrive la calma della mente quando il « vento della discriminazione non agita più le onde sull'oceano dell'esistenza ».

Due Vie un'unica meta: e la similitudine concerne non solo i principi teorici e le basi delle tecniche, ma anche l'atteggiamento interiore ed esteriore del discente. La pratica di entrambe le Vie necessita infatti tre requisiti: studio, tecnica e Via. Il Maestro dell'una o dell'altra insegna le tecniche e mette a disposizione il materiale per lo studio, ma chi può dire se l'allievo sarà capace di usare l'uno e le altre con intelligenza e dedizione? La Via è ricerca personale. Il requisito più difficile da possedere ed il più importante □

RUBRICA TECNICA

NIKKYO

con attacco: KATATEDORI AIHANMI



a cura del Maestro H. Hosokawa



OMOTE con attacco sul lato sinistro

Foto 1: Uke (1) e Tori (2) sono in posizione Aihanmi (3) con distanza MA-AI (4). Uke fa un passo in avanti con il piede sinistro per afferrare il polso della mano di Tori. Tori, a sua volta, per creare unione con il KI (5) di Uke gli porge il braccio sinistro.

Foto 2: Tori è entrato in unione con Uke del quale sfrutta l'energia (corrente di KI), e, afferrato a sua volta il braccio sinistro di Uke, dirige il KI verso l'alto.

Foto 3 e 4: Tori, con movimento dall'alto in basso (come un taglio con la spada), leggermente in diagonale, porta in torsione il braccio di Uke.

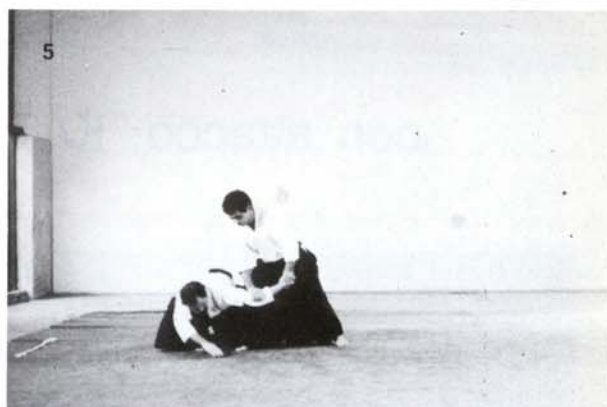
Foto 5: Tori, sposta la mano destra dal polso al gomito di Uke e dirige prima l'energia verso la faccia di Uke per portarla poi in avanti verso terra. Uke, ormai squilibrato e con il braccio in torsione, viene sospinto verso terra (all'esterno) con la gamba destra di Tori.

Foto 6: Uke è a terra. Tori mantenendo il braccio di Uke sempre in torsione (premendo cioè con la mano destra sul gomito di Uke) inizia l'immobilizzazione.

Foto 7, 8 e 9: Per immobilizzare Uke, Tori mantenendo sempre la presa al polso e la pressione al gomito, si pone in posizione seduta con i piedi puntati a terra; accosta il ginocchio destro sotto l'ascella e il ginocchio sinistro sopra la spalla di Uke, porta il braccio di questi aderente al suo corpo e con l'anca effettua un movimento circolare da destra a sinistra verso l'interno del corpo di Uke.

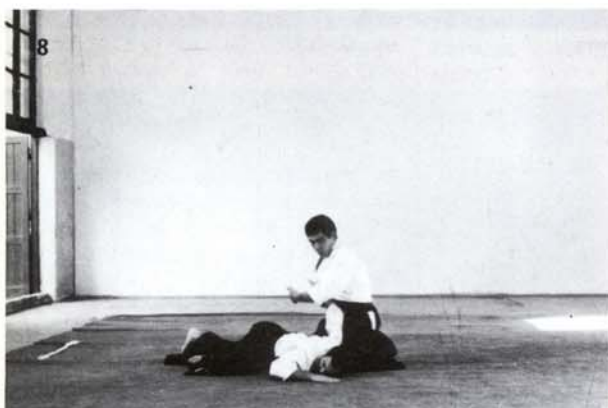
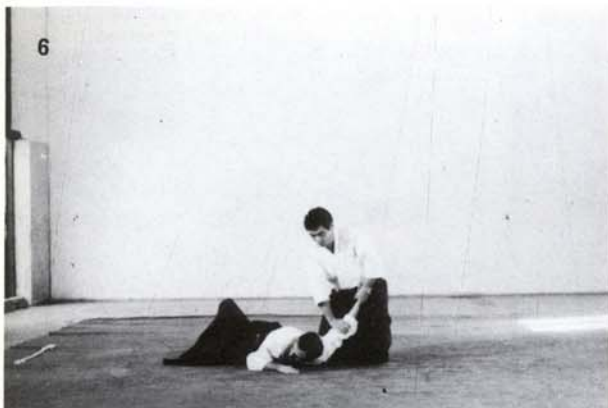
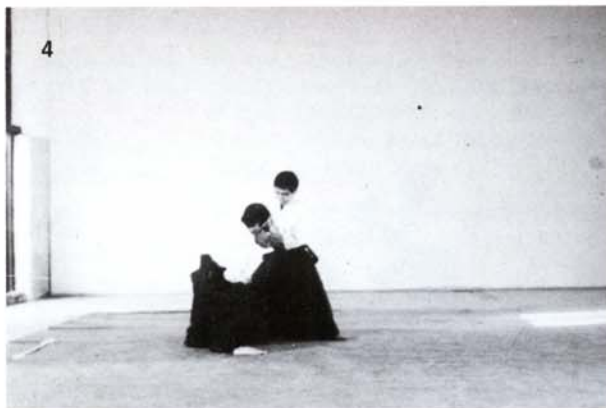
NOTE:

- (1) UKE: è colui che attacca.
- (2) TORI: è colui che si difende e che effettua l'azione.
- (3) AIHANMI: è la posizione reciprocamente uguale di TORI e UKE.
- (4) MA-AI: è la distanza tra UKE e TORI, molto importante in Aikido.



Dal punto di vista della distanza propriamente detta, essa varia in funzione della taglia e della posizione del corpo.

Ma la concezione esatta di MA-AI non si limita alla semplice idea di distanza, comprende le nozioni di spazio, di tempo e di opportunità. Il MA-AI è la «distanza dinamica» che ci permette di portare un attacco e di battere l'avversario senza dargli le medesime possibilità.



(5) KI: energia potenziale interiore del corpo; il KI prende la sua essenza dalla vita medesima e le sue manifestazioni sono diverse: volontà, potere di persuasione, potenza vitale.

Nelle tecniche di aikido l'utilizzazione di questa corrente energetica consiste nel lasciar scorrere il KI lungo il braccio proiettandolo all'esterno attraverso le dita della mano, come l'acqua che erompe da un tubo di

URA con attacco sul lato destro.

Inizio dell'azione come in Foto 1, tenendo presente che, l'attacco è portato, in questo caso, sul lato destro, e quindi Uke avanza con il piede destro e Tori porge il braccio destro.

Foto 10: Uke, nella tecnica di URA, dirige la propria energia verso se stesso (in OMOTE, al contrario, l'aveva diretta verso Tori). Tori ha effettuato un Tsukiashi-Tenkan (6).

Foto 11 e 12: Tecnica come in Foto 3 e 4, soltanto che Tori si trova leggermente di lato rispetto a Uke.

Foto 13, 14 e 15: Tori, portata la mano sinistra dal polso al gomito di Uke, e mantenendo il braccio destro di questi sempre in torsione, continua nel Tenkan e con movimento a spirale (dall'alto verso il basso) porta Uke verso terra.

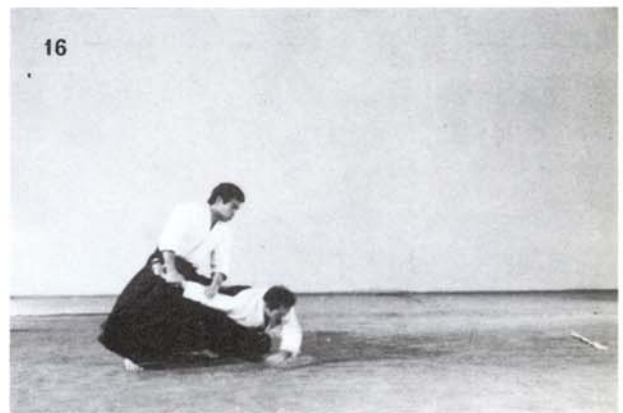
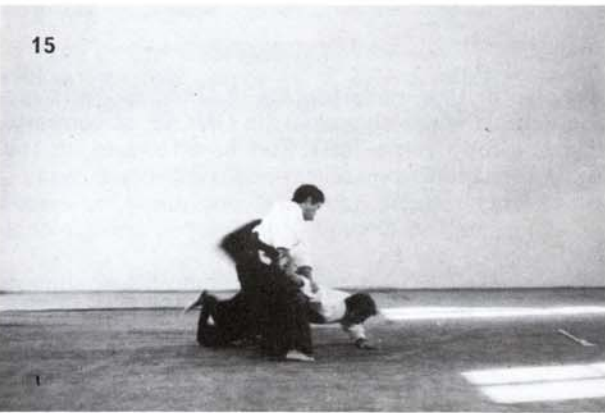
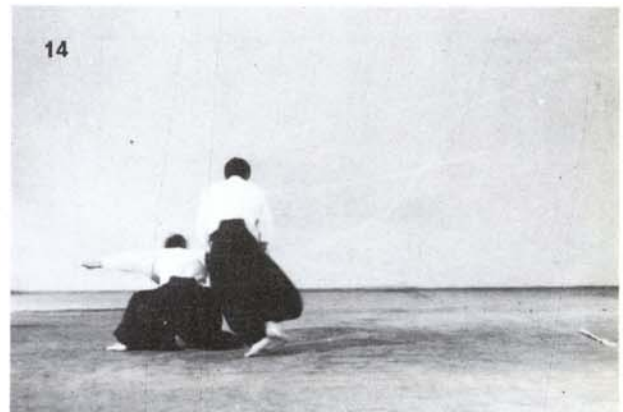
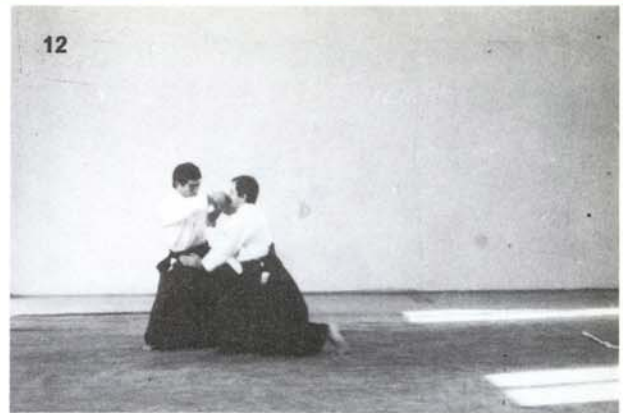
Foto 16, 17 e 18: Immobilizzazione come in OMOTE (Foto 7, 8 e 9), soltanto che essendo stato effettuato l'attacco sul lato destro, le posizioni delle ginocchia ed il movimento di anca di Tori sono considerati al contrario di quanto detto in OMOTE.

gomma prima afflosciato.

L'arte di saper dirigere questa potenza interiore permette di indirizzare e dominare la forza dell'avversario.

(6) TSUKIASHI: significa avanzare, di lato, verso l'avversario.

TENKAN: rotazione del corpo facendo perno su l'uno o l'altro piede con movimento di compasso.



■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A META DI SORRENTO IL 15 MAGGIO 1979 DAL M° AIELLO

4° Kyu: AMURA Giuseppe; 5° Kyu: RUSO Paolo, DI PALMA Gaetano; 6° Kyu: GIORDANO Alfonso, RALLO Antonio, MARSCA Giuseppe, D'ANIELLO Assunta.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A TORINO IL 13 GENNAIO 1980 DAL M° HOSOKAWA

2° Kyu: CAVALIERI Renato, NAVONE Paolo; 4° Kyu: CAPPA Mauro, DARBE Walter, PRATTO Giuseppe; 5° Kyu: ANGELELLI Marsilio, DRAGONE Rolando, ERARIO Michele, GIORDANO Elso, RONZANO Luciano; 6° Kyu: CONTALDO Giuseppe, COTTO Maria Adelaide, SERRA Silvia, SPAGONE Paolo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A META DI SORRENTO IL 23 FEBBRAIO 1980 DAL M° AIELLO

5° Kyu: GIORDANO Alfonso; 6° Kyu: CARDEROPOLI Antonio, SIMIOLI Antonio, DI LEVA Antonio Maria; 10° Kyu: TACUANIELLO Fabio.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A MILANO IL 1° APRILE 1980 DAL M° BOSELLO

5° Kyu: SECCO Roberto, SECCO Marco, BELUFFI Walter; 6° Kyu: TOFFOLETTO Maurizio, GASLINI Danilo, ROSSI Maurizio, TROTTA Mario, COLETTI Michele.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A PESARO IL 19 APRILE 1980 DAL M° MARCOLINI

4° Kyu: DEL GRANDE Alfio; 6° Kyu: SACCHELLI Lia Vera, PIXNER Margit Ida, VOLPINI Maurizio, BEGOTTI Luca, FONTANA Matteo, DE ROBERTO Gianluca, FABBRETTI Gabriella, CECCHINI Corrado, LEONARDI Paolo; 9° Kyu: CRIVELLI Giada, BIDOCCU Lorenzo, BIDOCCU Giacomo, CAMILLI Daniele, MARONNA Bruno; 10° Kyu: SANCHIONI Giuseppe, GIOMMI Tommaso, GIOMMI Alfredo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA AD ALBENGA IL 22 APRILE 1980 DAL M° HOSOKAWA

4° Kyu: VIGLIETTI Paolo; 5° Kyu: SUPPARO Attilio; 6° Kyu: PODESTA' Emilio, GRIGGIO Fernando; 7° Kyu: CAMPISI Maurizio, BORDONORO Fabio; 8° Kyu: DAMERI Michele, PEZZINI Massimo, ALASSIO Alessandra; 9° Kyu: PODESTA' Nicoletta, BARBERA Daniela, FERRARA Cristina, FERRARA Roberto; 10° Kyu: SELVAGGIO Maurizio, CASTIGLIONE Luca, BARBERA Enrico, PODESTA' Simonetta, RAVE' Cristophe, ROSSI Roberto, MORBELLI Alfredo, DELLA VALLE Domenico.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA AD IMPERIA IL 24 APRILE 1980 DAL M° HOSOKAWA

2° Kyu: ORLANDO Umberto, GUYONNET Roland; 5° Kyu: DI GIOVANNI Salvatore, PAPATICO Sandro, COLELLA Mirella, CARLO Bruno, PIERRI Gianluca, DE STEFANIS Adelmo, PARISI Giuseppe, PARODI Carlo; 10° Kyu: MARTINI Francesco, DE STEFANIS Andrea.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A RIMINI IL 4 MAGGIO 1980 DAL M° FUJIMOTO

3° Kyu: DOBORI Mario; 4° Kyu: DOBORI Giorgio, GASPARINI Gastone, MENGHI Aldo, MURATORI Maria Chiara; 5° Kyu: VENTALORO Luca, ELONI Elide; 6° Kyu: CATALANI Claudio, MURATORI Paolo, MACCA Anna Maria, GHINELLI Giuseppe, FILIPPINI Oreste; 7° Kyu: VENTALORO Marco, MENGHI Barbara, GARATTONI Stefano, GHINELLI Davide, CORSINI Antonietta, PELLEGRINI Daniela, PELLEGRINI Anna, GHINELLI Monica, CANNATA Carlo, MAGGIOLI Maurizio, LODOLINI Roberto, LODOLINI Andrea; 8° Kyu: VENTALORO Antonio, CORSINI Diego, TARASSI Franco, EMETI Emedio, MENGHI Simona; 9° Kyu: EMETI Emanuele.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A FERRARA IL 7 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

4° Kyu: CARASSITI Renzo, FUSARI Maurizio; 5° Kyu: FRANCHINI Alessandra, GUZZINATI Valentino, MANTOVANI Giorgio, PREVIATI Maurizio; 6° Kyu: ANGELINI Michela, BASSI Riccardo, BENFENATI Sonia, BERLESE Massimo, FERRARI Paolo, FOGAGNOLO Rodolfo, LEIS Alberto, SCAPOLI Massimo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A NAPOLI IL 9 MAGGIO 1980 DAL M° ESPOSITO

5° Kyu: BRANNO Luigi, ANGELILLO Fiorella, LE GUYADER Jean Bruno, MOYRAND Claude; 6° Kyu: PUGLIESE Alfredo, DANIELE Roberto, GUARRERA Giovanni, 8° Kyu: LEVIALDI Cho Yung; 10° Kyu: ADINOLFI Carlo, D'ALESSANDRO Davide.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A PIETRASANTA IL 10 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

8° Kyu: BERTELOTTO Paolo, BERUTI Laura, POLIDORI Paola, VERONA Luigi; 10° Kyu: DA PRATO Stefano, MALTEMPI Massimiliano, MILEA Carlo, ORSI Giuseppe, TOGNOCCHI Andrea, DINI Manrico.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A PIETRASANTA L'11 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

3° Kyu: TERSIGNI M. Teresa; 4° Kyu: CHERICI Pierfranco, DE SANTI Riccardo; 5° Kyu: PAOLICCHI Giovanni, SEBASTIANI Luca; 6° Kyu: BALDI Paolo, CAPPONI Filippo, DE SANTI Katia.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A LA SPEZIA IL 14 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

5° Kyu: BALZI Pier Paolo, CASADIO Arnaldo; 6° Kyu: BERTOLOTTO Antonella, COSSU Gabriele, GIAMBIASI Paolo, MASARO Emanuele, MONTEFIORE Stefania, VALENTINI Frida.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A PALERMO IL 18 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

3° Kyu: BUSA' Marcello; 6° Kyu: CACIOLI Fabio, CARUSO Luigi, CHIOVARO Salvo, DALLARA Antonino, IMPERIALE Ignazio, LAURICELLI Francesco, MESSINA Giuseppe, MILAZZO Pietro, TOSCANO Maurizio, BUTRICO Rita.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A MACERATA IL 18 MAGGIO 1980 DAL M° FUJIMOTO

3° Kyu: CASCHERA Giovanni; 4° Kyu: ANGELINI Annamaria, CECCONI Mario; 5° Kyu: PATRASSI Antonio, RECANATINI Fabio; 6° Kyu: VITALI Paola, MASE' Anna, NASINI Sandra, NASINI Lorella, MOTTOLA Giuseppe, PREZIOTTI Mariano.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A MANTOVA IL 19 MAGGIO 1980 DAI MAESTRI VENERI, LUSVARDI E DE COMPADRI

5° Kyu: ZAMBRERI Claudio, LUSVARDI Giancarlo; 6° Kyu: SAVIOLI Adelelmo, RODOLFI Ivano, FILIPPINI Grazia, BANDIERA Renato; 8° Kyu: GUIGLIA Stefania; 9° Kyu: CODIGNOLA Roberta, TORAZZA Edoardo, AGRIPPINO Eugenio.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A VERONA IL 21 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

1° Kyu: RIZZI Giorgio, MARAJA Maurizio; 3° Kyu: MARCHI Marco.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A TORINO IL 23 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

5° Kyu: LA LUNA Antonio, SPONZA, Ruggero, QUARELLO Enrico; 6° Kyu: CRAMER Nadia, FAVRO Renato, MANISCALCO Enza, MASSAGLIA Franco, SAVIO Manuela.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A TORINO IL 25 MAGGIO 1980 DAL M° FUJIMOTO

5° Kyu: PAPI Giuliano; 6° Kyu: PATRIA Antonella.

(continua a pag. 31)

DEL GIAPPONE

Un eccezionale antico volume sull'Impero del sole stampato nel 1738

Letteratura, sul Giappone ve ne è molta, specie in Europa centrale, e risale a tempi assai remoti. In Italia, poi, numerosi sono i libri che illustrano questo antico impero d'oriente.

Ponendo in rassegna antichi libri nella mia avita dimora di campagna, m'è venuto sotto gli occhi un volume, ingiallito, rilegato in vecchia pergamena, dal titolo « Del Giappone », nella serie « Lo stato presente di tutti i Paesi e popoli del mondo » con sottotitolo « naturale, politico e morale, con nuove osservazioni e correzioni degli antichi e moderni Viaggiatori ».

Il volume fu edito in Napoli presso Francesco Ricciardo nel 1738 « con licenza de' Superiori e Privilegio ». Le lettere « s » sono ancora scritte con la « f » come « presso » che è scritto « preffo » ed osservazioni riportate con « offervazioni », ecc. ...

Questo interessante volume che consta di ben 343 pagine in carta

a mano con trasparenze rabescate e riporta al principio d'ogni capitolo una prima grande lettera alta ben cinque righe di caratteri, inizia così:

« Quel grande Imperio nell'Oceano orientale, che è circondato da ifole fuddite, fituato verfo l'Oriente di Corea, è chiamato *Giappone* dagli Europei; dagli abitanti attualmente fi chiama *Nipon*, o *Nifon*; da quei di Nankine dalle parti meridionali della China, *Sijipon*; cioè, *Fabbrica del Sole* ».

Più innanzi si legge che due sono le isole grandi distanti dal Giappone: *Ginfimà* ovvero isola d'argento e *Kinfimà*, isola d'oro. Queste « sono tenute molto nafcofte ai Forestieri ».

Così, andando avanti, la descrizione delle tante isole dell'Impero presentata attraverso nomi, costumi, storia. Si parla dei cinque paesi componenti l'Impero, tutti aventi il peso di somministrare il mantenimento della Corte Imperiale. Per questa, la Corte, è descritto tutto il cerimoniale, il modo di avere udienza, di comportarsi alla presenza dei Dignitari, dei compo-

nenti la famiglia reale, dello stesso Imperatore.

Interessante è il lungo capitolo dedicato al linguaggio locale, al carattere delle genti, alla loro scienza, alle arti liberali, alla storia e, veramente uniche, seguono le pagine riflettenti i gradi di onore.

Ancora fra le curiosità, v'è la descrizione della *Senki*, ovvero malattia locale che dà forti dolori al ventre, nonché il Saku che « oltra di effere molto comune, cagiona fpeffo la morte, o poco differisce dal Sanki ... ». Quindi si parla del Deseoki che prende i centri nervosi e talvolta porta persino alla cecità. Ancora, poi, è trattata la cura che i Giapponesi del tempo propinavano: la bruciatura attraverso l'accensione d'una certa polvere d'erba *Artemisia* che viene raccolta in maggio in primo mattino, ancor sapida di rugiada.

Interessanti sono le descrizioni del modo di apparecchiare la casa, di conciare il tè, di coltivare gli orti.

Molto specifica è la trattazione del commercio, degli ospiti (in particolare degli Olandesi), del servizio di tavola, della partenza dei vascelli.

Circa il terreno, il volume riporta le varie coltivazioni a seconda degli umori della terra ove si semina, nonché tratta delle miniere di argento della provincia di Bingo, di rame (in molte provincie), di stagno (da cercarsi nel Bungo), del ferro che si cava nei confini di Mimasakà, Bitsiù e Biseu. Non mancano notizie circa lo zolfo che trovasi nell'isola di Satzuma, dei carbonati, del sale, della nafta e dell'ambra grigia che vien cercata sul colle di Satzuma e nelle isole di Kiukù oltre che sulle coste del Khumano.

Anche sull'albero della carta v'è ampia dissertazione, così pure sulla canna, sui cipressi, sui pini, sull'albero della canfora ecc. ...

Volume interessantissimo, quindi, che dopo una completa esposizione di vita, costume e storia del Giappone, si sofferma a lungo sui Paesi vicini: Ladrone e Filippine. Termina con ampia disamina sulle Molucche.

Il volume non ha alcun nominativo d'autore, ma si giova di notizie portate da viaggiatori dell'epoca. Ricco di elementi atti a ben presentare questo antichissimo Impero, il libro è stato per noi una scoperta, essendo noi amici, appassionati estimatori del tanto singolare stato del Giappone □

Contadini che raccolgono il riso



(Continuaz. dalla pag. 29)

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A VENEZIA IL 26 MAGGIO 1980 DAL M° NOMOTO

2° Kyu: LAZZARINI Lucio, SCHIAVINI Cristina; 3° Kyu: KELLER Marino, LAZZARINI Giannino, VIAN Ilario; 4° Kyu: BERTINI Flavio, BIASIATO Renato, FACCIOLLI Renato, FRANCESCHINI Oddino, GIOVE Silvio, MILANI Lucio; 6° Kyu: BALLARIN Lorena, BORTOLUZZI Tommaso, CAPANO Roberto, CHIAPPINI Fernando, CIAMPI Fanny, COLLARIN Luigino, DE MIO Massimiliano, LAZZARINI Marco, MINERVINI Vittorio, MOLIN Alfredo, POZZANA Fabio, TREVISAN Gianni, ZANARDO Adriano, ZANARDO Giorgio; 10° Kyu: MUSITELLI Mara, ZANARDO Adriano.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A ROMA IL 29 MAGGIO 1980 DAL M° SERPIERI

5° Kyu: GUERZONI Germana; 6° Kyu: TRAINELLI Lorenzo, FONTANA Franco, LUNARDI Dario; 9° Kyu: BIAVATI Andrea, COSENTINO Francesco; 10° Kyu: BIAVATI Carlo, BIAVATI Marco.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A BRESCIA IL 30 MAGGIO 1980 DAL M° FUJIMOTO

3° Kyu: BATTAGLIOLA Italo, RUBAGOTI Dario; 4° Kyu: LOSIO Angelo, BONIZOLI Nellina; 5° Kyu: BIANCHINI Angelo; 6° Kyu: DOMENIGHETTI Walter, ROCCA Diego, MANTOVANELLI Antonio.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A MARATEA IL 2 GIUGNO 1980 DAL M° HOSOKAWA

1° Kyu: CONTE Francesco; 3° Kyu: CASALE Benedetto, DI GIORGIO Giampiero, COZZI Fiordineve, COZZI Bernardino; 4° Kyu: SCHETTINI Domenico, PALLADINO Alfonso; 6° Kyu: MAROTTA Antonio; 8° Kyu: ZACCARO Francesco.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A TORINO IL 3 GIUGNO 1980 DAL M° PRELLA

4° Kyu: NARSETE Pellegrino; 5° Kyu: DURRETTO Daniele, BARROERO Alessandra; 6° Kyu: GAMBINO Paolo, DE SOLE Giuseppe; 7° Kyu: VALETTO Donatella, PETRINI Roberto, COCHIS Alberto, CAVALLO Sacha; 9° Kyu: VILLASCO Fabrizio, MIGNANO Andrea, MIGNANO Carlo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A SANTA LUCIA DI CAVA IL 4 GIUGNO 1980 DAL M° SABATINO

4° Kyu: DI DOMENICO Cristina, D'AMORE Giuseppe, LAMBERTI Aniello; 5° Kyu: PISAPIA Antonio, SENATORE Alfonsina, FANCIULLO Claudio; 6° Kyu: DI DOMENICO Maria Luisa, LAMBERTI Luigi, SORRENTINO Ettore, ADINOLFI Giuseppe, LUCIANO Vincenzo, MORRONE Gabriele, LUCIANO Raffaele, COSTABILE Maria Rosaria, VIRNO Luigi; 7° Kyu: MILITO Aldo; 9° Kyu: FERRARA Antonio.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A BOLZANO IL 7 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

7° Kyu: GUGLIELMINOTTI Stefano, ZANGHI Claudio; 8° Kyu: CECCHINI Andrea, GUGLIELMINOTTI Riccardo, NESLER Francesca, PASSARELLO Marco, RUBBO Alessandra, SCHERILLO Enrica, ZANGHI Alessandro, GOTTARDI Victor; 9° Kyu: BURATTI Walter, CESTARO Carlo, CESTARO Marzia, GALISE Roberto, GENOVFSE Marielena, MIGLIUCCI Marco, MONTEMURRO Marzia, VILLOTTI Michele, GOTTARDI Igor; 10° Kyu: BERLANDA Mario, CONSOLI Roberto, CONSOLI Sabrina, MORI Daniele.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A BOLZANO L'8 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

4° Kyu: BISSACCO Moreno, CORRADINI Daniela, PICELLI Alvaro, TOMMASI Massimo, TORCASIO Sergio; 5° Kyu: ANDERLE Roberto, ARMELLINI Giorgio, BISSACCO Fabio, BURATTI Neris, COLLIER Francesco, MATTEUCCI Andrea, MORELLI Sergio, PIRCALI Roberto, RAUZI Luca, TOMASI Grazia, USMARI Raffaella; 6° Kyu: BONADIO Paolo, CAROLLO Claudio, ENDRIZZI Lucia, FAGHERAZZI Davide, FULICI Gianmaria, GIRARDI Luigi, PIRCALI Elena, SENONER Barbara, VON DER GOLTZ Ruggero.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A TERAMO IL 10 GIUGNO 1980 DAL M° HOSOKAWA

4° Kyu: NORSCIA Piero, BATTAGLIA Carmelo, DI CARLO Carmine; 6° Kyu: MARZIANI Nicola, POMANTE Michele, DI GENARO Berardo, MARZI Attilio, TINACCI Domenico, TRUFOLO Marco, LUCANTONI Riccardo, PAESANI Liberatore, BAIocco Pasquale.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A PADOVA IL 12 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

2° Kyu: MENEGHETTI Mauro; 3° Kyu: TANI Amerigo; 4° Kyu: SOLDAN Ferdinando; 5° Kyu: ANGRILLI Alessandro, GRAZIANI Giuseppe, MILANI Meri, PAVANELLO Emanuela, SCORZON Graziana; 6° Kyu: DE SIMONE Giovanni, GRIGOLON Carlo, TOSON Walter.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A LA SPEZIA IL 18 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

1° Kyu: ZOPPI Franco; 2° Kyu: SIMONI Giorgio; 3° Kyu: COLMI Enrico; 4° Kyu: GALEONE Angelo; 5° Kyu: CARACCIOLLO Antonio; 6° Kyu: CASTIGLIA Massimiliano.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A FERRARA IL 22 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

3° Kyu: BALTUZZI Valerio; 6° Kyu: MAINARDI Fiorenzo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A FIRENZE IL 26 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

2° Kyu: LUCCHINO Salvatore; 3° Kyu: ALAIMO Ferdinando; 5° Kyu: ARMANI Alessandra, BETTI Laura, TESI Stefania; 6° Kyu: FALSONE Antonio, GRAETZ Ilan, LEOPIZZI Natalino, MANNUCCI Sergio, SUISOLA Anna; 10° Kyu: GRAETZ Dan.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A GENOVA IL 29 GIUGNO 1980 DAL M° NOMOTO

10° Kyu: CANNONE Barbara, CANNONE Cristina, VIGLIANTI Patrizia, GAMBA Andrea, GAMBA Fabrizio, LUCENTE Sonia, RUSSO Rossella, VIGLIANTI Stefano.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A PESARO IL 1° LUGLIO 1980 DAL M° MARCOLINI

9° Kyu: BENEOL Francesca Romana; 10° Kyu: ANTONINI Paolo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A NAPOLI IL 3 LUGLIO 1980 DAL M° ESPOSITO

5° Kyu: ANNICIELLO Antonio; 6° Kyu: ZILNO Enrico; 9° Kyu: ADINOLFI Carlo.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A COVERCIANO IL 2 AGOSTO 1980 DAL M° FUJIMOTO

1° Kyu: FOGLIETTA Roberto, VAJRA Sergio, ZARA Luigi; 2° Kyu: CERVI Giorgio, DI GIORGI Giorgio.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A COVERCIANO IL 2 AGOSTO 1980 DAL M° NOMOTO.

3° Kyu: CHIERCHINI Simone, PARISE Giuseppe; 4° Kyu: ZARA Rocco, TRAVERSI Antonella, MAGLIOCCO Fabrizio; 5° Kyu: DEL MASTRO Luigi, GUARRERA Giovanni, LAURIA Luigi; 6° Kyu: ROMITA Pier Damiano, ARICO Antonio, RIPAMONTI Ambra; 7° Kyu: DI GIORGI Simone.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A COVERCIANO IL 9 AGOSTO 1980 DAL M° FUJIMOTO

1° Kyu: KANACKI Dusan (Yugoslavia), SPEZIA Mentore; 3° Kyu: ZITO Nicola, MOTTINI Giorgio.

■ SESSIONE DI ESAMI TENUTA A COVERCIANO IL 9 AGOSTO 1980 DAL M° NOMOTO

3° Kyu: BATTAGLIA Carmelo, NORSCIA Piero, DI CARLO Carmine; 4° Kyu: MILANI Viviana, PADOVANI Marzia, LAGORIO Donatella, GIANNOTTI Enrico, CALEFFI Claudio; 5° Kyu: CARPENITO Giovanni; 6° Kyu: SORACE Carmelo.

ESAMI PER CINTURE NERE

Sessione di esami tenuta a Belgrado l'11 novembre 1979 dal M° Fujimoto

BOGDAHOVIC Drago

1° Dan (Shodan)

Sessione di esami tenuta a Coverciano il 2 agosto 1980 dal M° Tada

LUSVARDI Francesco

4° Dan (Yodan)

PISANO Franco

3° Dan (Sandan)

PACCHIONI Ugo

2° Dan (Nidan)

RAINERI Carlo

2° Dan (Nidan)

RATTI Giancarlo

2° Dan (Nidan)

SALVATI Antonio

2° Dan (Nidan)

TRAINA Mario

2° Dan (Nidan)

Sessione di esami tenuta a Coverciano il 2 agosto 1980 dal M° Fujimoto

ANCORA Giuseppe

1° Dan (Shodan)

CERAMI Vincenzo

1° Dan (Shodan)

RATTI Graziella

1° Dan (Shodan)

ROBOTTI Marco

1° Dan (Shodan)

SCAGGIANTE Giorgio

1° Dan (Shodan)

VILLAVERDE Piero

1° Dan (Shodan)

RUSSO Luigi

1° Dan (Shodan)

Sessione di esami tenuta a Coverciano il 9 agosto 1980 dal M° Tada

DE COMPADRI Fausto

4° Dan (Yodan)

FABBRETTI Rober

3° Dan (Sandan)

STANOJEVIC Jovina

3° Dan (Sandan)

ZINTU Ivano

3° Dan (Sandan)

Sessione di esami tenuta a Coverciano il 9 agosto 1980 dal M° Fujimoto

NAPPELLI Sergio

2° Dan (Nidan)

PASTORE Maurizio

2° Dan (Nidan)

ZUCCO Domenico

2° Dan (Nidan)

ZANCOLO' Roberto

2° Dan (Nidan)

BOSCO Lelio

1° Dan (Shodan)

CHIOSSI Ubaldo

1° Dan (Shodan)

MURGIA Giuseppe

1° Dan (Shodan)

Sessione di esami tenuta a Belgrado il 26 ottobre 1980 dal M° Fujimoto

NIKOLIC Gradimir

1° Dan (Shodan)

Sessione di esami tenuta a Milano l'1 novembre 1980 dal M° Fujimoto

GARGIULO Luigi

2° Dan (Nidan)

GENOVESI Marino

2° Dan (Nidan)

SASSI Fulvio

2° Dan (Nidan)

ZANINELLO Isidoro

2° Dan (Nidan)

ZUCCO Pietro

2° Dan (Nidan)

BANZI Alessandro

1° Dan (Shodan)

BENSO Francesco

1° Dan (Shodan)

NICOSANTI Domenico

1° Dan (Shodan)

CECARINI Cinzia

1° Dan (Shodan)

