

AIKIDO

Anno XXXIX(gennaio 2008)

Ente Morale D.P.R. 526 del 08/07/1978

Periodico dell'Aikikai d'Italia Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese Via Appia Nuova 37 - 00183 Roma



ASSOCIAZIONE DI
CULTURA TRADIZIONALE GIAPPONESE
AIKIKAI D'ITALIA

30 ANNI DI ENTE MORALE
NOVEMBRE 2008

Sommario

- 02 - Editoriale
- 03 - Comunicati del fondo Hosokawa
- 04 - Nava, estate 2007...
- 05 - Ricordi: Giorgio Veneri - Cesare Abis
- 07 - ..a proposito di Ente Morale
- 10 - Lezione agli insegnanti dell'Aikikai d'Italia del maestro Hiroshi Tada
- 14 - Le due vie del Budo: Shingaku no michi e Shinpo no michi
- 15 - Premessa allo studio dei principi di base di aikido
- 23 - La Spezia, Luglio 2007
- 25 - Roma, Novembre 2007
- 26 - I giardini del Maestro Tada
- 28 - Nihonshoki
- 29 - Come trasformarsi in un enorme macigno
- 38 - Jikishinkage ryu kenjutsu
- 39 - Jikishinkageryu: Maestro Terayama Katsujo
- 40 - Nuove frontiere: il cinema giapponese
- 52 - Cinema: Harakiri
- 55 - Cinema: Tatsuya Nakadai
- 58 - Convegno a Salerno "Samurai del terzo millennio"
- 59 - Salute: Qi gong
- 61 - Salute: Tai ji quan- Wu Shu - Aikido
- 63 - La biblioteca ideale

Anno XXXIX (gennaio 2008)

Autorizzazione Tribunale di Roma n°14332 del 29/01/1972

AIKIDO

Redazione Via Appia Nuova 37 00183 Roma

Direttore responsabile Luisa Bargiacchi

Redattore capo Paolo Bottoni

Redazione Gianna Alice, Luisa Bargiacchi, Vincenzo Conte

Piano Editoriale e Coordinamento

CentroPubblicità Via XX Settembre 83 - 19121 La Spezia

Amministrazione

Aikikai d'Italia

Via Appia Nuova 37 - 00183 Roma

Stampa

Tipografia Massarosa Offset

Via Vallecava, 190/a Massarosa (Lu)

Spedizione

Postale



Composizione dell'Aikikai d'Italia

Presidente

Franco Zoppi - Dojo Nippon La Spezia

Vice Presidente

Marino Genovesi - Dojo Fujiyama Pietrasanta

Consiglieri

Piergiorgio Cocco - Dojo Musubi No Kai Cagliari

Roberto Foglietta - Aikido Dojo Pesaro

Michele Frizzera - Dojo Aikikai Verona

Cesare Marulli - Dojo Nozomi Roma

Alessandro Pistorello - Aikikai Milano

Direttore Didattico

Hiroshi Tada

Vice Direttori Didattici

Yoji Fujimoto

Hideki Hosokawa

Direzione Didattica

Pasquale Aiello - Dojo Jikishinkai Sorrento

Brunello Esposito - Dojo Junsui Budo Gakkai Napoli

Auro Fabbretti - Scuola Aikido Savona

Carlo Raineri - Aikikai Imperia

Domenico Zucco - Dojo Kishintai Torino

Revisori dei Conti

Presidente

Adriano Olmelli - Seiki Dojo Roma

Consiglieri

Sergio Nappelli - Scuola Aikido Imperia

Maurizio Toscano - Aikikai Dojo Palermo

Manoscritti, disegni e fotografie, anche se non pubblicati non verranno restituiti.

Ogni prestazione in merito ad articoli, foto, disegni e varie si intende offerta alla rivista Aikido completamente a titolo gratuito, salvo quanto diversamente stabilito da regolare contratto.

Gli autori si assumono la piena responsabilità civile e penale per le affermazioni contenute nei loro testi.

È vietata ogni riproduzione anche parziale, di testi, foto e disegni, senza autorizzazione scritta.

La Redazione si riserva il diritto di pubblicare gli articoli secondo il suo insindacabile giudizio e di apportare le modifiche che riterrà opportune, salvaguardando beninteso il pensiero espresso dagli autori. La Redazione ringrazia vivamente tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione di questo numero della rivista; si invitano tutti gli affiliati Aikikai d'Italia ad inviare articoli, fotografie e manoscritti utilizzando la mail: rivista@aikikai.it, oppure a mezzo posta alla sede della Redazione. Il materiale anonimo non sarà preso in considerazione.

L'immagine in copertina è dedicata al trentennale del riconoscimento da parte dello Stato della personalità giuridica della nostra Associazione. Venuto in Italia nel 1964 per diffonderci l'aikido, invitato da un gruppo di praticanti romani di judo, il maestro Hiroshi Tada decise nel 1970 che era ormai giunto il momento di dare una struttura stabile al movimento spontaneo che si era venuto a creare intorno a lui. Nacque così per sua iniziativa, col valido supporto di quanti credevano in lui e nell'aikido, l'Accademia Nazionale Italiana di Aikido, strutturata come una associazione culturale sul modello dello Zaidan Hoshin Aikikai di Tokyo e non come una associazione sportiva. Venne richiesto poco dopo il riconoscimento, che arrivò a compimento solamente nel 1978, non prima che la ragione sociale venisse mutata in Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese – Aikikai d'Italia. Lo Stato riconosceva così la rilevanza sociale dell'Associazione: gli enti riconosciuti hanno infatti personalità giuridica e rispondono in proprio e con i propri beni, mentre le associazioni di fatto rispondono attraverso le persone e i beni degli amministratori. Naturalmente ed esplicitamente veniva riconosciuto anche che l'aikido era una attività culturale, e che in quanto tale lo Stato la riteneva degna di particolare attenzione, e che l'Aikikai aveva struttura organizzativa e patrimonio di competenze adeguati al compito.

Il Decreto del Presidente della Repubblica n. 526 del 7 luglio 1978 è stato quindi un capitolo di straordinaria rilevanza nella storia della nostra Associazione, oramai ultraquarantenne, dato che abbiamo deciso di considerare come data della fondazione quel lontano ottobre del 1964 in cui il maestro Tada arrivava in Italia. Nel frattempo la nostra Associazione è andata via via crescendo e radicandosi in tutta Italia. Merito di tutto questo va attribuito anche al gran lavoro svolto dai Maestri Hosokawa e Fujimoto. Proprio grazie al continuo insegnamento dei nostri maestri, a quello della nostra Direzione Didattica ed al lavoro troppo spesso poco riconosciuto dei tanti responsabili di dojo, si è potuto arrivare a una crescita culturale tecnica e numerica dell'associazione.

Oggi superiamo i 5600 iscritti e il numero di dojo per la pratica dell'Aikido supera i 200. Come tutte le Associazioni proprio perchè tali, anche la nostra ha avuto e suppongo avrà momenti dialettici anche forti, ma che non saranno mai dannosi per la sua crescita se alla base ci saranno sempre il rispetto delle altrui idee e il fine ultimo del continuo miglioramento in coerenza con gli scopi statuari. La nostra Associazione ha una grande vitalità e ha saputo in varie occasioni essere protagonista in prima persona o con iniziative di singoli dojo nell'impegno nel sociale.

Personalmente sono onorato di rappresentare una Associazione che ha saputo stringersi intorno al M° Hosokawa nel momento più difficile della sua vita dimostrando nei fatti ciò di cui l'Aikido è portatore: armonia, pace e solidarietà.

Concetti che oggi più che mai, nel mondo intero, devono essere basilari per ogni essere umano e anche una piccola associazione come la nostra può fare sì che diventino patrimonio di un sempre maggior numero di persone.

Credo che proprio in questo alla fine consista il grande messaggio che il Fondatore abbia voluto lasciare come eredità ai praticanti di Aikido.

Il futuro dovrà ancora vederci impegnati a ricordare tutto questo e a difendere la peculiarità del metodo di insegnamento di questa disciplina che il M° Tada ha per noi instancabilmente tracciato in tutti questi anni, cercando di creare tutti insieme le condizioni necessarie affinché ciò possa realizzarsi. Poichè credo che queste idee siano condivise dai praticanti dell'Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese, spero di poter praticare con tantissimi di voi nello stage di Novembre con il quale ufficialmente celebreremo il trentennale del riconoscimento di Ente Morale e comunque idealmente con tutti coloro che per vari motivi non potranno essere presenti.

Franco Zoppi
presidente dell'Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese – Aikikai d'Italia

Questo numero di Aikido è il secondo consecutivo in cui siamo costretti a tagliare impietosamente diversi contributi, per assoluta mancanza di spazio. E' paradossalmente motivo di soddisfazione, dopo che troppe volte in passato ci si è lamentati per la mancanza o l'insufficienza di articoli. Per il momento provvederemo ad inserire nell'edizione su internet di Aikido, che verrà pubblicata come sempre sul sito www.aikikai.it, quanto più potremo recuperare dei contributi, in testo ed in foto, che non abbiamo potuto pubblicare su carta. In futuro dovremo certamente prendere altri provvedimenti, tra cui quello doloroso di rinunciare definitivamente alle cronache dei raduni, fatta eccezione per quelli di assoluta rilevanza, ma le ospiteremo su internet, nella rubrica Aikinosu quelli maggiori, nel forum gli altri. Ci auguriamo anche, nell'anno del trentennale, di uscire con un secondo numero di Aikido.

In questo numero appare un autorevole intervento del maestro Hiroshi Tada, ed inizia ad inviare i suoi contributi il maestro Brunello Esposito. Non solo ci auguriamo che si infittiscano, ma che siano solo l'inizio di uno continuo flusso di materiale da parte di tutta la Direzione Didattica della nostra Associazione. Non dobbiamo mai dimenticare, e non lo abbiamo fatto finora ma non per questo dobbiamo abbassare la guardia, che il primo scopo sociale della "azienda" Aikikai d'Italia e dei suoi organi di comunicazione, prima fra tutti la rivista Aikido, è di produrre cultura.



Comunicati del fondo Hosokawa

Siamo lieti di poter dire, a distanza ormai di oltre un anno dal precedente comunicato di Toshiyuki Hosokawa che affermava *"mi sbilancio nel dire che camminerà nuovamente"*, che la previsione si sta rivelando esatta; il maestro Hosokawa sta procedendo sulla via della riabilitazione motoria con progressi soddisfacenti: è in grado di mantenere la posizione eretta e ogni giorno progredisce leggermente nelle sue "camminate". Il lungo tempo trascorso, e il lungo periodo di silenzio su eventuali progressi, non devono stupire: come opportunamente ricordato dalle fisioterapiste che seguono il maestro, i miglioramenti non potranno essere né rapidi né certi quanto noi vorremmo. Ma il fatto stesso che ci siano incoraggia noi ed il maestro a continuare nella riabilitazione.

Sono state fatte molte domande sulle condizioni intellettive del maestro Hosokawa, e la frequenza di questi quesiti indica una situazione di incertezza che è bene chiarire; le condizioni del maestro non sono, e presumibilmente non potranno più essere, tali da consentirgli una costante concentrazione; ha e continuerà ad avere bisogno di stimoli ma anche di frequenti pause, segnalate da un calo della concentrazione e delle capacità comunicative. E' per questa ragione che, pur comprendendo il legittimo desiderio di tante persone di essere ancora vicine al loro maestro, non sarà possibile soddisfare tutte le richieste di visitarlo. Ce ne scusiamo con tutti, nella certezza che comprenderanno che si tratta di una necessità.

Le capacità espressive del maestro continuano a mostrare possibili margini di miglioramento che tuttavia non si sono ancora concretizzati. Chi gli è maggiormente vicino concorda nell'osservare maggiori capacità di osservazione, concentrazione e comunicazione nella lingua nativa rispetto all'italiano, che è per il maestro una lingua acquisita in età già matura. Tutto questo

concorda con la casistica tipica della patologia di cui il maestro Hosokawa ha sofferto.

Si tratta insomma di difficoltà di cui occorre tenere conto e di ostacoli che occorre superare e di cui occorre essere consapevoli, senza però ingiustificati allarmismi. Come alcuni hanno già avuto modo di constatare il maestro Hosokawa ha ripreso la propria vita di relazione, e partecipa di quando in quando a manifestazioni pubbliche o ad attività dell'associazione cui è stato sempre legato. Non è però possibile programmare con grande anticipo queste attività ed assicurarne l'effettuazione, di conseguenza non siamo in condizioni di avere un programma e renderlo pubblico. E' necessario accennare anche alla spinosa questione dei generosi aiuti economici che hanno consentito al maestro Hosokawa di trovare una dignitosa sistemazione e continuare le cure. Le entrate del maestro consistono essenzialmente nella pensione di invalidità ed assegno di accompagnamento, che copre circa il 50% dei costi vivi per la persona che lo assiste ed accompagna, e nella pensione di anzianità che purtroppo è poco più che simbolica. Inutile ripetere che ogni contributo al fondo Hosokawa è assolutamente libero e non impegnativo, e può essere interrotto in qualunque momento senza dover fornire alcuna spiegazione. Dobbiamo però chiedere per ovvie ragioni organizzative di conoscere a tempo debito su quali contributi non possiamo più contare. A chi decidesse di continuare il proprio impegno a favore del maestro, impegno a cui il Fondo Hosokawa non è in condizioni di rinunciare, non possiamo che rivolgere ancora una volta il nostro ringraziamento.



Come molti sanno dicembre è un mese particolarmente fecondo per le arti marziali. Il 14 dicembre ricorre il 104. anniversario della nascita del grande maestro Ueshiba Morihei, il fondatore dell'Aikido. Non possiamo garantire la data, come spiegato qualche tempo fa in un articolo di Aikido il calendario giapponese dell'epoca è difficilmente comparabile col nostro, ma questa è la data ufficiale generalmente accettata, quella in cui rivolgiamo un pensiero affettuoso e riconoscente al grande maestro che ci ha lasciato questo immenso dono. Ma il mese di dicembre è anche quello in cui ha visto la luce un numero insospettabilmente alto di praticanti, insegnanti, maestri. Tra di loro alcuni che ci riguardano molto da vicino: ad esempio il maestro Hiroshi Tada, da oltre 40 anni nostro Direttore Didattico e nostro punto di riferimento (auguri anche a lei, Maestro). E, il 13 dicembre di "qualche anno fa", in quel di Tokushima, è nato il maestro Hideki Hosokawa. La foto

che vedete è ancora calda del suo sorriso. Il maestro vuole in questo giorno esprimere il suo ringraziamento a tutti coloro che gli

sono stati vicino e continuano ad esserlo, e vuole assicurare di essere ancora legato indissolubilmente al "nostro" mondo.

Dicembre è anche il momento di concludere l'anno nel migliore dei modi e pensare a come iniziare, nel migliore dei modi, quello nuovo. Il maestro Hosokawa augura, a tutti i praticanti, alle loro famiglie, ai loro cari, di riuscire appieno in questo piacevole compito. Auguri a tutti da parte sua

P.B.

Di seguito le coordinate del nuovo conto corrente bancario cui possono affluire i fondi di quanti desiderano contribuire, siano singole persone, dojo od associazioni.

Queste coordinate bancarie vanno utilizzate anche per i versamenti dall'estero.

Banca Intesa San Paolo

Beneficiario Fiorucci - Zoppi

IT 38 L 03069 03348 100000001591

BIC/SWIFT

BCITITMM

Causale Contributo volontario semestrale (annuo) per "Lista sostegno M° Hosokawa" effettuato da

Nava, estate 2007seguendo le orme del Maestro

Simonetta Fazzi

Tre anni fa, molti di noi erano, in questo stesso periodo, ad Aosta, in un ampio verde prato circondato da alti monti; eravamo alle prese con ho-jo, stavamo praticando l'inverno (il più difficile) il Maestro Hosokawa era stanco ed affaticato, pur rimanendo vigile ed attento. Poi, due anni di vuoto, addolorato ed incredulo, ed ora a Nava sono riapparsi i nuovi germogli dell'antico albero. Salendo da Imperia a Col di Nava ci ritroviamo sempre più immersi nel verde e nel silenzio; poi tra il folto vedo apparire una grande villa gialla con due grandi torri, costruita circa un secolo fa per i Savoia. Siamo approdati qui in 50, da tutta Italia, in qualità di membri della famiglia di Hosokawiani, in qualità di testimoni del debito di gratitudine e affetto che ognuno di noi ha contratto col Maestro che abbiamo avuto la fortuna di incontrare. Abbiamo trovato l'umido ed il freddo di un inverno precoce poi il sole caldo pieno di api e farfalle. Abbiamo percorso sentieri nel bosco circostante che ci hanno condotti a vecchi forti di guerra di italica memoria. Abbiamo praticato immersi nel verde folto : la mattina kinorenma con Donatella (Lagorio); il pomeriggio con Carlo (Raineri) e (anche!) con Franco (Zoppi) studio di jodo.



A Nava, sul Colle, di nuovo il "padre" ed il "figlio" si incontrano con totale sincerità, danzando insieme nel fluire delle 4 stagioni della vita che li attraversa, testimoniando insieme una costante rinascita.

Ricordi



Una tiepida sera seduti intorno ad un bivacco improvvisato, in una piccola riserva ai margini del deserto del Kalahari. Ho in mano il mio bicchiere di vino e penso che dovrei fare un discorso di addio a Giorgio, abbiamo ricevuto appena ieri la notizia, un pugno nello stomaco, anche se non ci ha colto di sorpresa. Capisco che tutti pensiamo a lui, avrebbe potuto essere con noi a godersi la magnificenza di questa serata di aprile; e infatti quasi all'unisono alziamo i bicchieri e brindiamo: "A Giorgio!". Il buio e la danza rossastra del falò nascondono un

poco la nostra commozione. Rimuginiamo ancora per un pò sul mio discorso, poi me lo immagino lì, con noi e i devoti amici sudafricani, Corrie, Paul...e immagino la sua risata dissacrante, e come mi prenderebbe in giro a sentire parole gravi e commemorative "...ma vè, la vita è la vita, finisce per tutti, godiamola finché ci siamo e meglio che possiamo!" Sì questo è il Giorgio che tutti amiamo, altro che piangere, l'oppressione al petto piano piano si trasforma in una leggerezza, dobbiamo esser contenti perchè lo abbiamo conosciuto e la sua amicizia ha arricchito la nostra vita, per quel pezzetto che abbiamo percorso insieme. Così lo voglio ricordare. Un gentiluomo d'altri tempi, cortese generoso e ospitale, semplice e diretto nei modi ma attento a piccoli dettagli che ne lasciano trasparire la naturale signorilità; eppure

Ai festeggiamenti per i 40 anni dell'Aikikai d'Italia Giorgio era lì con il suo solito sorriso discreto e la disponibilità a parlare del futuro della nostra Associazione. Solo qualche mese dopo ci ha travolti la notizia della sua malattia, da lui occultata sotto uno spessore di dignità e riserbo, ed è stato il momento dell'incredulità seguito subito dopo dal dolore e dal vuoto lasciato dalla sua scomparsa.

C'è voluto tempo per elaborare il tutto e arrivare poi al momento del ricordo in cui insieme celebrare il Giorgio Veneri Maestro, uomo, compagno di viaggio. Così a Maggio 2007 a Mantova, nella sua città, con una specie di viaggio a ritroso sono arrivati tutti i rappresentanti dei Paesi che lui aveva aikidoisticamente seguito. E in un susseguirsi di lingue e volti diversi è stato come se un'unica voce parlasse di lui con stesse identiche parole che arrivavano dal cuore. E al di là delle cariche ricoperte, dei titoli acquisiti, dell'importanza della sua personalità ciò che veniva trasmesso era quella sua grande passione che lo aveva spinto oltre molti confini a portare con generosa

dissacrante e più che esplicito quando ti "sparava" certe sue idee a dir poco spregiudicate, o commenti veramente salaci, seppur comici, su questo e quello, (o quella...) Un uomo di grande cultura –e senso dell'umorismo– sempre curioso e attento a coltivare le sue conoscenze, orgoglioso della sua splendida biblioteca, quando te ne parla ha il luccichio negli occhi di un bambino col suo giocattolo più bello.

Appassionato e attivo nelle idee politiche, coerente e battagliero nel partecipare alla vita civica di Mantova, quando lo vedi commuoversi nel parlare di una vecchina che mendica a Mosca, o dei minatori di diamanti del Sudafrica, capisci che la sua ideologia è sorretta e costruita su un profondo senso di solidarietà e rispetto per l'uomo, è intessuta di umanesimo e ragione. Un omone grande e grosso, severo e anche spietato nei suoi giudizi, ti intimorisce a prima vista, poi scopri che si intenerisce per le bellezze della vita, o quando parla di Anna, o quando sente l'affetto e la stima degli amici. Cultore di quei "piccoli piaceri" per dirla con Stendhal che rendono più gradevole la vita, come la musica o il mangiar bene e bere meglio, e questo soprattutto a casa sua, grazie alle arti sopraffine di Anna e alla sua accoglienza impeccabile. Certo conoscerne pregi e difetti è stato privilegio degli amici, ma tutti, credo, nell'Aikikai hanno conosciuto la sua passione e la sua coerenza, la dedizione che ha dato per più di quarant'anni alla nostra associazione, con generosità e onestà intellettuale, spendendo tutto sé stesso – e non solo in senso figurato – per diffondere l'Aikido e per rappresentare quello italiano nel mondo, vero ambasciatore e fine diplomatico dell'Aikikai d'Italia.

Sempre sul tatami, fino all'ultimo, senza tante storie, proprio come era lui, un pò idealista, cavaliere senza macchia e senza paura, e un pò pratico e sbrigativo, senza tanti frilli e fronzoli. Un vero maestro, maestro di vita e vero amico. Dunque perchè rattristarci pensando a lui? Sono contenta, perchè è stato fra noi.

Velia Cimino

semplicità l'armonia dell'Aikido.

E mentre il M.Fujimoto, facendosi largo fra la commozione e la nostalgia che riempivano il palazzetto, riusciva a guidarci in una lezione intensa e bellissima, Giorgio sembrava di nuovo lì e passava fra noi ancora una volta, sfiorandoci, come in un saluto amichevole, con la leggerezza di un soffio e l'intensità delle situazioni importanti dalle quali non vorremmo mai staccarci. Invece velocemente scivolava via anche il giorno del ricordo nel quale il mondo dell'Aikido, dal Doshu al più giovane praticante, ha abbracciato la famiglia di Giorgio con delicatezza e riconoscenza, in un'intimità fatta di ricordi e gratitudine reciproca.

Giorgio ha dedicato se stesso all'Aikido e ne ha ricevuto in cambio una vita piena di soddisfazioni e di esperienze gratificanti, una vita da uomo speciale quale lui era. Solo questo può in parte consolare il dolore e trasformare il vuoto in gratitudine per esserci stato, ed aver fatto con noi un lungo tratto di strada.

Maria Rosa Giuliani

Qualche anno fa, durante il raduno di La Spezia, Giorgio mi tirò per la manica e mi disse a bruciapelo "Fammi una foto per quando non ci sarò più". Ho immaginato per qualche istante che fosse il preludio per un'altra delle sue fulminanti battute, porte con crescente disarmante bonomia quanto più erano chirurgicamente impietose. Poi non mi è rimasto che sperarlo, man mano che mi rendevo conto che diceva sul serio. La foto è questa, quella che avete visto in apertura dell'articolo, quella che Giorgio ha prima voluto e poi approvato dopo averla vista. E' imbarazzante non riuscire a rendere la sua figura a tutto tondo, nemmeno ricorrendo a lunghi elenchi di cariche e incarichi, pur prestigiosi ma che non rendono tuttavia giustizia all'uomo. Forse dobbiamo dimenticarci che sia stato tra i fondatori dell'Aikikai, la spina dorsale per decenni dei raduni nazionali e dell'Associazione stessa, Presidente della Federazione Europea di Aikido e poi di quella Internazionale di aikido, membro del Consiglio Superiore Tecnico. Ricordiamoci soprattutto della sua serena ma ferma lotta contro il male, degna del guerriero che era, e soprattutto della immagine che ha voluto lasciarci: quella di un uomo capace di grandezza pur mantenendo l'aria di non prendere mai nulla sul serio, ma col volto velato di malinconia quando deve dare addio a tanti amici.

Paolo



Il sei novembre scorso Cesare Abis è improvvisamente venuto a mancare. Pioniere dell'aikido in Sardegna, aveva conseguito qualche anno fa il grado quinto dan. Lascia questa vita terrena nella maniera che penso preferisse: direttamente dal tatami, al termine di uno stage del M° Tada, giusto il tempo di tornare a casa per dare

l'ultimo saluto ai suoi cari. Penso sia inutile dilungarsi sulla sua quasi trentennale carriera, credo ben nota, data la sua assidua frequentazione di raduni. Mi soffermo sugli ultimi mesi, da quando riprese a frequentare l'ambiente aikidoistico. Cesare infatti interruppe la pratica per circa cinque anni, al termine di un'infausta stagione di dissapori, per sperimentare altre vie. Nel febbraio scorso ricevetti una telefonata: era lui, mi comunicava che voleva riprendere ad allenarsi, e mi chiedeva cosa fare per non creare disturbo alla vita della *Musubi No Kai*, dato che il suo rientro non poteva che risultare "ingombrante". Risposi a nome di tutti che eravamo solo contenti di rivederlo. In effetti, Cesare è stato indubbiamente un punto di riferimento, quasi un piccolo padre per tutti noi. Gli comunicai anche, benché non mi competesse, che sarebbe senz'altro a breve rientrato nei ranghi degli insegnanti, data la sua storia e i titoli acquisiti, dopo un ovvio periodo iniziale di ripresa di confidenza con l'ambiente. Cosa che di lì a poco accadde. Nelle chiacchierate che seguirono, più volte mi volle ribadire di essere consapevole di poter potenzialmente creare disturbo. Lui, unico quinto dan del nostro dojo, poteva alterare gerarchie ed equilibri consolidati; ma mi volle sempre rimarcare che il suo unico intendimento era quello di riprendere la pratica dell'Aikido, disciplina di cui appurò, nelle riflessioni fatte sperimentando altre attività marziali, essere la migliore e la più adatta al suo concetto di *budo*. In alcun modo gli interessava riaprire la *stagione dei veleni*, pertanto rientrava *in punta di piedi* (parole sue), e auspicava non la rimozione, ma il superamento del passato, per il bene della disciplina. Citando O Sensei, affermava la necessità di andare oltre il concetto di

vittoria e di sconfitta, benché fosse convinto che tale stato di grazia fosse raggiungibile solo asintoticamente, con la costanza dell'impegno e dell'allenamento. E nel transitorio che avvicina sempre più a questo risultato, si vivono comunque gli affanni propri degli uomini, i loro errori, contese, attriti, litigi anche per cose in sé di poco conto; ma sono sempre più smorzati, con l'andar degli anni e con la consapevolezza che l'Aikido, tramite il costante e proficuo allenamento, sa infondere. Non rinnegava, quindi, le scelte a suo tempo fatte, e i taglienti giudizi su persone e accadimenti. Cose normali, da uomini, ma anche da superare. Affermò che in quegli anni di assenza aveva perso molto di quanto imparato nei precedenti venticinque anni di tatami. Con qualche rimpianto constatò come aikidoisti formati con lui ora erano sesti dan... Come per "riparare", pare che si fosse procurato tutti i documenti filmati sugli stages tenuti dal M° Tada in quel periodo. Riprese così ad allenarsi, e lo fece alla sua maniera, con costanza, rigore formale e sostanziale; ma soprattutto accettò di porsi al rango di un praticante qualunque, non a quello del più alto in grado, dell'intoccabile icona che rientra e pretende. Intraprese la ricerca dei vecchi praticanti, che interpellò uno ad uno, per invitarli a riprendere gli allenamenti, aiutando così i tentativi di rinvigorire gli organici della *Musubi No Kai*, inevitabilmente ridimensionatisi dopo l'andata via del M° Hosokawa. Perseguiva l'ideale di riunificazione della immotivatamente frastagliata realtà aikidoistica cagliaritano. Dopo qualche tempo venne invitato a tenere lezione; mi confessò che si era sentito alquanto impacciato, ma che avrebbe fatto di tutto per riacquisire in fretta quei suoi tipici tratti da istruttore, ben scolpiti nella memoria dei praticanti cagliaritani e sardi. Venne invitato a tenere un raduno; mi chiese più volte di appurare che nelle locandine non venisse chiamato *Maestro*. Si allenava con non poca sofferenza fisica, date le precarie condizioni di un'anca; purtuttavia non saltava un allenamento, ed è anche andato a La Spezia per il raduno estivo del suo nume tutelare marziale, il M° Tada. Che altro dire... porteremo avanti la sua lezione di serietà, rigore, costanza, schiettezza, fede incrollabile, spirito di sacrificio. E proprio con i sacrifici, anche economici, che ha sostenuto, in nome del *verbo* (come solea dire) aikidoistico, e gli insegnamenti che ha erogato, può ben dire di aver svolto egregiamente il suo compito. Spetta a noi ricordarti e renderti sempre attuale, come se fossi sempre presente. Ciao Cesare.

Giovanni Mascia

A proposito di Ente Morale

Ugo Montevicchi

Dopo aver perso la pazienza per l'ennesima manifestazione di maleducazione da parte di una delle tante persone che purtroppo ormai sempre più spesso ci capita di incontrare nel quotidiano, un amico mi faceva notare la mia scarsa tolleranza sorprendendosi del fatto che io non fossi ancora rassegnato ad accettare cose del genere come normali ed inevitabili. Mi sfotteva perché proprio io che da tanto tempo pratico un'arte marziale non ho ancora acquisito quel distacco, quella imperturbabilità che il prolungato contatto con la cultura orientale avrebbe dovuto insegnarmi. Incassato al momento quel rimprovero canzonatorio come battuta scherzosa, in seguito ci ho ragionato un po' sopra giungendo alla conclusione che in effetti sì, è vero, non sono molto tollerante, anzi sicuramente lo sono meno di tante altre persone e infatti eccomi qui a scrivere. Subito dopo ho constatato come l'aikido non mi abbia aiutato, anzi ho addirittura dedotto che forse è proprio perché l'aikido prende una fetta così importante della mia vita che sono così allergico alla maleducazione e non mi rassegnò a questa involuzione della nostra cultura.

E' innegabile, la nostra società sta alzando sempre più il livello di tolleranza dimostrandosi incapace di frenare il generale degrado dei costumi. Se nel dojo si applicano seriamente le regole etiche della marzialità giapponese, questo finisce per divenire una bolla di pace, una oasi di correttezza e cortesia, una zona franca dove il RISPETTO è la parola d'ordine, il collante che lega tutte le relazioni, il presupposto senza il quale tutto ciò che si fa perde di senso.

Ma allora l'aikido è la soluzione?

E' davvero quel percorso magico che porta la persona all'evoluzione, alla crescita sul piano fisico-tecnico prima e morale e spirituale in seguito? Purtroppo no, questo può essere vero solo nella mente di un romantico sognatore o meglio, è sì un percorso magico, ma come capita spesso una magia è vera solo se ci credi. Discutendo di questo con un gruppo di amici molto esperti di aikido riunitisi di recente per commemorare l'indimenticato e indimenticabile Fulvio Sassi, l'opinione comune era che ...no!

L'aikido non fa miracoli, non cambia le persone. Si è giunti alla conclusione che per lo più persone maleducate e arroganti conosciute tanti anni fa all'interno dell'aikido dopo un lungo percorso fatto insieme si ritrovano ad essere altrettanto maleducate e anzi spesso ancor più arroganti avendo alimentato un ego già di natura ipertrofico. Quasi che l'aikido invece di operare su tutti un parallelo miglioramento agisse come una lente di ingrandimento esaltando in alcuni le virtù e in altri i difetti.

Quelli che un tempo erano anonimi praticanti dai caratteri più svariati, divenuti personaggi per il grado raggiunto si ritrovano in ogni caso ad essere dei modelli. Purtroppo

se le qualità del loro carattere erano la giovanile arroganza di un adolescente dalla testa calda o la buffa superbia di un principiante presuntuoso, si ritrovano a fare parecchio danno qualora la crescita di grado e l'affermazione nel proprio ruolo non sia andata di pari passo con un'evoluzione su altri piani. Emergeranno delle contraddizioni.

Un praticante ad esempio rileverà discordanza fra quello che l'aikido promuove e quello che ritrova nel comportamento di un maestro poco rispettoso degli allievi, maleducato o troppo impegnato ad atteggiarsi a "grande maestro". Per assurdo invece questi atteggiamenti sono spesso ignorati se non addirittura incoraggiati e sicuramente premiati da coloro che, troppo inclini a valutare l'apparenza, cadono vittima dell'equazione: atteggiamento arrogante e presuntuoso = grande sicurezza = grande maestro. Insomma, se questo detersivo costa di più sicuramente lava meglio di quell'altro!

Festeggiamo proprio quest'anno il trentennale di nomina dell'Aikikai quale Ente Morale: non sarebbe il caso di porre un poco più di attenzione su questo aspetto? Non sarebbe ora di capire che sul tatami un maestro deve anche essere un modello di comportamento? La mia proposta per commemorare è di fare tutti quanti uno sforzo per essere sempre più degni della qualifica che ci è stata attribuita: dall'ultimo dei sesti kyu in poi, in proporzione al grado, ognuno dovrebbe avere la sua responsabilità in tal senso. Allora forse la magia dell'aikido comincerà a funzionare.

Non riduciamo l'etica dell'aikido ad una lista di regole formali, ad una recita di salamelecchi e inchini vuoti di significato. Cerchiamo tutti di promuovere e praticare il RISPETTO, la RICONOSCENZA, la CORTESIA, la GENEROSITA' e, senza necessariamente scomodare la filosofia orientale, ricordiamo che i nostri genitori hanno cercato di trasmetterci queste stesse qualità. Consideriamo i praticanti delle persone degne di rispetto in quanto persone e non solo in proporzione al loro valore sul tatami.

Diamo esempio di rispetto, quello vero, sincero. Poco importa se il giovane principiante rivolgendosi al suo insegnante non lo chiama maestro ma lo chiama per nome; infondo all'inizio sarà per lui solo un allenatore sportivo con un abbigliamento stravagante. Ciò che conta è che col tempo si favorisca una maturazione. Allora magari l'ex giovane principiante divenuto maturo, se avrà compreso il valore del lavoro fatto insieme, parallelamente all'aumentata confidenza col proprio maestro vedrà aumentata la stima verso di lui, il RISPETTO e la RICONOSCENZA e magari allora, non per regola, ma col cuore si troverà a dire "grazie Maestro!"

Purtroppo invece riscontro in qualche giovane maestro la perdita della memoria o la presunzione di essere

arrivati quando in realtà si è solo in partenza da un nuovo capolinea.

Vedo insicurezza generata dalla paura del confronto o semplicemente la smania di snobbare chi stava sopra, ingiustificata anche quando questi sia stato superato per grado e valore tecnico. Tali atteggiamenti, insieme alla più diffusa e comune invidia, intaccano la credibilità di persone che per il loro ruolo dovrebbero essere promotrici di ARMONIA. Concludo lanciando di nuovo la mia proposta: commemoriamo il riconoscimento dell'aikido come veicolo di moralità sforzandoci tutti di essere più rispettosi dei principi che l'aikido propone. Il mondo non è un grande tatami purtroppo, ma la nostra missione è proprio provare attraverso l'aikido a migliorare questo mondo. Se è vero che l'aikido è assoluto e non relativo non possiamo pretendere di migliorare il mondo cambiando gli altri, ma dovremmo iniziare la trasformazione del nostro personale universo a partire dal suo centro cioè da noi stessi e allora il

romantico sogno potrà essere realizzato.



Generosità ed Aikido

Adelmo Taglioli

Per assoluta mancanza di spazio siamo costretti a condensare questo intervento, il quale tuttavia ci pareva estremamente opportuno e connesso alla tematica in oggetto; ce ne scusiamo con l'autore e con i lettori.

“Sii generoso come l'albero di sandalo che profuma anche la scure che lo uccide...”

Cito questo breve stralcio da una lirica giapponese per parlare di generosità ed etica, qualità sempre più rare e sempre meno associate ad un comportamento cortese e gentile. Studiosi di scienze umane, filosofi, opinionisti, storici del sociale, ritengono generalmente assodato che stiamo vivendo un momento di crisi dell'intero paradigma interpretativo dell'agire umano in questa società.

Che cosa c'entra e cosa può fare un maestro di aikido per arginare questa decadente tendenza? È sicuramente molto utile e doveroso insegnare l'etica del budo, in armonia e unione (*aiki*). Bene ha fatto il nostro Direttore Tada Sensei a sottolinearlo nel filmato didattico che l'Associazione ha inviato a noi insegnanti. Chi vuole

riflettere, può farlo, cercando di eliminare dalla propria coscienza l'idea di sentirsi realizzati ed ergersi a campione, con tesi ingenerose quali: “Il mio dojo ha allievi migliori e più efficaci, con tante cinture nere, il tuo è scadente”, senza rendersi conto che giudica delle persone in blocco associandole a risultati difficilmente giudicabili e comparabili.

Non vorrei tuttavia comparire come quel nano che, elevandosi ad esempio, diceva: “Non sono io piccolo, ma siete voi ad essere cresciuti troppo”. Quindi, a chi ha veramente raggiunto ottimi risultati dico: bene, bravo, continua così. A tutti però, cortesemente, voglio dire, se mi è permesso: rilassatevi, tranquilli, la vita è lunga e la via (*do*) è percorribile per chiunque s'impegni con costanza, sincerità e ovviamente energia (*ki*), senza queste qualità automaticamente ci si esclude dalla vera via delle arti marziali.

Da Paolo Bottoni:

Questo numero di Aikido ospita le opinioni di Ugo Montevicchi e Adelmo Taglioli sulla insufficiente presa di coscienza dei valori educazionali dell'aikido da parte di alcuni praticanti ed insegnanti. I loro interventi, ritengo fatti in assoluta autonomia senza essere a conoscenza l'uno dell'altro, mi portano a pensare che queste perplessità, che da tempo covavo anche io pur non avendole pubblicamente espresse, siano più diffuse del previsto; e puntano il dito su un problema sicuramente scomodo, altrettanto sicuramente impossibile da ignorare, in quanto porta anche a pericolosi fraintendimenti da parte del pubblico. Farò due esempi.

Recentemente mi è stato richiesto di preparare, per una importante pubblicazione che tratta la materia intricata quanto intrigante delle relazioni pubbliche istituzionali e dei modi di risoluzione e composizione dei conflitti, di scrivere un capitolo in cui illustrare quanto potessero giovare in situazioni del genere l'educazione ed il condizionamento ricevuto dall'aikido. Per supportare la richiesta mi è stato mostrato quanto già pubblicato in materia, da parte tuttavia di non praticanti che forzatamente parlavano senza cognizione diretta. Ne sono stato ovviamente lusingato. Sia per la possibilità

che si offriva alla nostra arte di illustrare la sua filosofia e la sua pratica ad un pubblico estremamente qualificato, sia personalmente per essere stato ritenuto adatto a un tale compito. Ma, per quanto non abbia ancora rinunciato formalmente all'incarico, ho incontrato impreviste difficoltà ad andare avanti e di fatto non ho ancora messo nero su bianco. Ho verificato infatti che si è molto parlato della capacità formativa ed educativa dell'aikido (e delle arti marziali) ma poco o nulla si è finora studiato a fondo in merito; illustrando quindi i vantaggi pratici offerti dalla pratica dell'aikido nella vita relazionale si corre il rischio di ragionare per assiomi, dando per scontato quanto ancora non è stato né verificato né quantificato. Per contro, mentre la mera osservazione dei fatti dall'interno porta a concludere che non automaticamente il praticante di aikido riesce a trasportare nella vita reale quando appreso sul tatami, all'esterno si diffonde la leggenda che per partecipare con successo a importanti negoziazioni bisogna praticare aikido. Del resto negli anni 80 girava l'altra leggenda che tutti i manager di successo avessero nella loro valigetta il Gorin no sho di Miyamoto Musashi, che consultavano attentamente prima di ogni riunione. Il secondo esempio: il direttivo del mio dojo ha ricevuto delle affiches di propaganda dell'aikido in cui campeggiava al di sopra di un bel disegno raffigurante un iriminage la scritta "Respingere l'aggressività". Per quanto animata dalle migliori intenzioni rimaneva una affermazione difficile da condividere a priori, e si è deciso all'unanimità di non utilizzare quel metodo di propaganda: è vero che l'aikido ha un alto valore formativo, ma è difficile sostenere che la sola pratica tecnica e fisica porti automaticamente e necessariamente a dominare i propri istinti negativi senza alcun intervento cosciente e mirato da parte del praticante. E bisognerebbe anche riflettere sulla opportunità di rivolgere messaggi a particolari categorie di persone, ad esempio gli aggressivi bisognosi di trovare il proprio equilibrio, come se solo a loro l'aikido fosse adatto e consigliato. E qui concludo con gli esempi, tornando alla riflessione inter nos.

Preso atto, pur con una certa amarezza, che il progresso tecnico nell'arte non sempre è accompagnato da adeguato progresso interiore, non dobbiamo per questo arrivare alla conclusione che ci sia qualcosa di erroneo nel processo formativo o nell'arte stessa: l'errore del singolo non è solo è possibile ma paradossalmente è forse necessario. Solo il libero arbitrio può condurre l'essere umano alle mete più ambiziose; restringere le sue possibilità obbligandolo a seguire i binari dettati dalle istituzioni tarperebbe le ali all'ingegno senza offrire in cambio alcuna reale garanzia, essendo le istituzioni soggette ad errore quanto gli esseri umani da cui sono composte.

Sicuramente però qualche cosa in più si può e si deve fare, soprattutto in questo anno in cui ricorre il trentesimo anniversario del riconoscimento della nostra associazione da parte dello Stato, che ha in questo modo esplicitamente approvato e ritenuto socialmente rilevanti i nostri fini istituzionali. Ovviamente non sarebbero concepibili né accettabili interventi censori che pretendessero di preservare a posteriori - impossibile ossimoro - e ad

arbitrio degli organi dirigenti la "morale pubblica". Ma si avverte la necessità di avere pubbliche regole di condotta, chiare ed inequivocabili, che indichino positivamente il cammino da seguire senza ricorrere al solito triste elenco di comportamenti negativi da condannare, espediente cui ricorrono spesso i legislatori improvvisati. Al rispetto o alla violazione di queste regole, se scritte rispettando quello che i nostri padri chiamavano il "diritto delle genti" si accompagneranno automaticamente il rispetto o la condanna senza appello da parte dell'opinione pubblica, giudizio che mi pare avere sul piatto della bilancia una netta preponderanza sulle pur necessarie sanzioni.

Certamente non è possibile ignorare l'opinione del maestro Morihei Ueshiba sulla necessità delle regole scritte. Quando gli vennero richieste, si trattava di mettere nero su bianco l'etichetta del dojo e ci si trovava negli anni 50, trasecolò: gli sembrava inconcepibile che concetti talmente elementari e basilari non fossero più parte del patrimonio "genetico" di ogni persona che varcava la soglia del suo dojo. Si dice che abbia esclamato "A che punto siamo arrivati!"

Eppure le scrisse.

Ebbene, siamo probabilmente ora arrivati ad un altro punto cruciale. Non dico più critico ma sicuramente ancora più difficile da gestire secondo le regole tradizionali, pensate per la trasmissione diretta dal maestro ad un pugno di discenti che condividevano con lui la vita quotidiana.

Ora dobbiamo gestire organizzazione di migliaia e talvolta decine di migliaia di persone, e tentare di avere un impatto sensibile su persone con cui "lavoriamo" non più di due o tre ore a settimana. Da una parte questo allargamento di orizzonti permette all'aikido di avere una dignità di fenomeno sociale prima non pensabile, dall'altra lo carica di maggiori responsabilità e gli richiede l'elaborazione di nuovi strumenti. Agli insegnanti va probabilmente richiesto un momento di riflessione sul tema. Non è possibile che chi ha dedicato parte della propria vita alla trasmissione dell'arte ne fraintenda il messaggio e assuma sistematicamente gli atteggiamenti messi all'indice da Montevecchi: dobbiamo credere a momenti passeggeri di caduta della tensione interna. E dobbiamo augurare a chi li ha avuti che passino senza lasciare tracce, e confermarli fino ad inequivocabile prova contraria tutta la nostra fiducia. Ricordiamoci sempre di quanto ha voluto dire Ueshiba Morihei per ammonirci a non perdere mai la giusta direzione: "Lo scopo dell'Aikido è di allenare la mente e il corpo, di formare persone oneste e sincere".



Il kanji di Ki: Armonia

La Spezia, 25/26 luglio 2006

Lezioni agli insegnanti dell'Aikikai d'Italia del Maestro Hiroshi Tada

Le note al testo sono inserite dalla redazione a titolo esplicativo, ma sono frutto di lavoro di redazione e non sono riferibili al maestro Tada. Le integrazioni redazionali al testo sono in carattere corsivo tra parentesi quadre.



Cercherò di parlare in modo semplice.

In Giappone l'idea di fondo delle arti marziali è legata al mondo del *budo* ma ognuno ha su questo idee diverse: il ventaglio di possibilità varia dallo sport alla disciplina, ma quelli che le inquadrano in questo modo sono molto pochi; tra di loro c'è Ueshiba Morihei.

Da parte di molti viene accettata inoltre l'idea che il *budo* sia uno *zen* in movimento, ma non saprebbero dirne il perché, che ho illustrato in uno dei miei articoli (1).

Dopo la seconda guerra mondiale l'insegnamento tradizionale in Giappone fu messo al bando e quindi molti pensano [alle arti marziali] solo in termini fisici ed agonistici.

Quanti tra di voi sono a conoscenza del concetto dello *shinpo no michi*?

Vedo che sono in pochi a cui il termine dica qualcosa (2).

Voglio ricordare che ognuno è libero di decidere secondo il proprio libero arbitrio cosa pensare dell'*aikido* e come praticarlo.

Ma per condividere al 100% le mie idee in proposito occorrerebbe avere percorso le mie stesse esperienze. Le donne vedono l'*aikido* come mezzo per accrescere la propria salute, gli uomini per accrescere la propria forza.

Ma spesso continuando nella pratica si ricerca qualcosa di più, ed è logico che una ricerca di tipo diverso porti ad una pratica diversa.

All'inizio per esempio l'*aikido* era praticato prevalentemente da poliziotti che cercavano cose completamente diverse da quelle che io propongo: solo cose molto semplici, senza alcun interesse o approfondimento filosofico.

Hanno poi iniziato la pratica degli studenti universitari, degli economisti e altre persone di formazione culturale differente; trasmettendo loro con parole semplici l'insegnamento di *o sensei* si può dire che occorra essere in armonia con il mondo esterno, e questo è valido chiunque sia a ricevere l'insegnamento, che sia un professore od uno scienziato.

O sensei osservava ad un suo allievo che diceva di comandare attraverso l'*aikido* tutte le cose di prestare attenzione ai dettagli invisibili, perché le cose visibili sono regolate da principi invisibili.

Si può vivere secondo 3 principi di base, l'*aikido* si allaccia a quello più elevato, che prescrive di vivere in armonia con i principi universali, in quanto siamo tutti discendenza della energia dell'universo.

Tutto questo si può comprendere intellettualmente ma è più importante attuarlo nell'azione.

Portando come esempio quello di un comandante: ogni comandante conosce la propria nave - la prua, la poppa... - e ha sempre cognizione di dove si trovano le varie parti anche senza soffermare su di esse la propria attenzione cosciente.

Ueshiba aveva avuto molti piloti con sé e questi arrivavano a sentire le ali degli aerei come estensioni delle proprie dita, come un modo di incanalare l'energia. Ma il tema che voglio toccare oggi è quello degli esami:

(1) Vedi ad esempio *La via dell'aikido*, rivista *Aikido*, anno XXXV, gennaio 2005; disponibile su web all'indirizzo "<http://www.aikikai.it/riviste/3601/htm/>" www.aikikai.it/riviste/3601/htm/.

(2) Tuttavia alla maggior parte dei presenti l'idea torna alla mente dopo una breve spiegazione; vedere a parte la scheda dello *shinpo no michi* redatta dal maestro Tada

anche gli esami dovrebbero seguire dei concetti di base; ad esempio concetti fisici: buona condizione fisica, tecnica corretta, movimenti adeguati; però occorre ricordare che, come nella musica, suonare correttamente tutte le note è condizione necessaria ma non sufficiente per essere un buon musicista.

Bisogna leggere tra le righe, come si dice in Italia, bisogna vedere cosa ci sia alla base e cosa ci sia dietro i movimenti fisici. E ricordare prima di tutto che quando l'insegnante mostra qualcosa di sbagliato anche gli allievi sbaglieranno.

Le fondamenta dell'insegnamento di *o sensei* sono: mai scoraggiare, mai ferire la sensibilità degli allievi, soprattutto i bambini; *o sensei* era sempre gentile ed usava modi appropriati.

Tra gli allievi di *o sensei* vi erano comandanti, nobili, anche membri della famiglia imperiale. Tutti questi personaggi vedendo quanto grande fosse l'affabilità del maestro ritenevano che avrebbe dovuto essere dichiarato Monumento Nazionale Vivente, se questo fosse stato previsto nel mondo delle arti marziali (3). Infatti l'*aikido*, per quanto sia una forma di arte, non costituisce una professione e meno che mai per il semplice praticante, col quale di conseguenza occorre esercitare tolleranza e gentilezza, sempre richiamandogli i principi più importanti ma senza dimenticare che il praticante andrà bene, a qualsiasi livello, solo se e quando sarà buono l'insegnamento.

Molto importante è il movimento dei piedi: se è confuso e frettoloso è segno che anche l'insegnamento è così. L'inizio è difficile, non ci sono mai segni di una linea decisa ben percepibile.

Ma alla fine dell'anno [*di studio*], in agosto, ci devono essere segnali di miglioramenti importanti a livello soprattutto dei movimenti dei piedi, anche se ancora non ben definiti; ma questo vale anche per i movimenti delle braccia e delle gambe.

L'insegnante deve prestare attenzione al ritmo dell'allievo, lasciarlo libero senza costringerlo alla fretta, mantenendo la calma ed evitando atteggiamenti antagonisti, senza però riempire la testa con ragionamenti complicati.

Controllare le distanze, la postura della spina dorsale,

le ginocchia; ma ricordare soprattutto che quando sbaglia l'insegnante sbaglieranno gli allievi.

Durante gli esami le tecniche da richiedere non saranno difficili, dovranno essere normalmente ad un livello più di base di quelle richieste durante la pratica giornaliera. Ma ricordate soprattutto di considerare i vostri allievi come una proiezione di voi stessi.

Tutti conoscono molti episodi della vita di *o sensei* ma esiste un periodo di due anni, gli ultimi della guerra, che costituisce per lui una tappa fondamentale; come lo fu del resto anche per il maestro Nakamura Tenpu e per molti altri.

Il mio metodo di insegnamento ha origini familiari; risale alla scuola di arco praticata fin dall'antichità dalla mia famiglia, (4) che è originaria di Tsushima, luogo in cui per due volte in 10 anni si ripeté l'invasione dei mongoli.

Episodi leggendari studiati in tutte le scuole, ma molti non vanno oltre lo studio scolastico ed ignorano altri episodi come l'invasione della Manciuria che risale anch'essa grossomodo a quell'epoca.

Gran parte del mio metodo deriva anche però dal maestro Ueshiba Morihei.

Quando io iniziai la mia pratica all'Hombu Dojo all'interno esistevano due gruppi che seguivano differenti metodi di approfondimento.

Uno studiava medicina orientale, l'altro seguiva l'insegnamento di Nakamura Tenpu, dove anche io entrai l'anno seguente.

Tenpu fu agente segreto in guerra e divenne un personaggio leggendario; era nipote dei *daimyo* di Yamakawa, città situata nella prefettura di Sada dove nacque la famosa opera letteraria conosciuta come *Hagakure* (5) e dove nacquero famosi personaggi e numerosi valorosi samurai.

Il nucleo dell'insegnamento di Tenpu era costituito dall'unione tra corpo ed anima e dall'insegnamento del pensiero orientale, argomento complesso da lui trattato in modo semplice; è attraverso di lui che io ho compreso le arti tradizionali giapponesi, e attraverso i suoi scritti, che comprendono 15 testi fondamentali sulle arti del budo e che forniscono anche una chiave di lettura dell'opera di Ueshiba.

(3) Il titolo di *Ningen Kokuho*, Monumento Nazionale Vivente, venne istituito nel 1950 dallo stato giapponese; viene attribuito ai massimi artisti attivi in forme di espressione che vanno dalla lavorazione dei metalli – soprattutto spade – alla ceramica, alla laccatura, alla musica, al teatro; il gradino precedente è costituito dal titolo di *Mukansha*, alla lettera "Senza supervisore".

(4) Si tratta dello *Heki ryu Chikurin ha Bampa*, branca dello *Heki ryu* fondata nel XVII secolo dal monaco buddista Chikurinbu Josei. Si tramanda che Heki Danjo Masatsugu abbia dato origine allo *Heki ryu Izumo* ha in epoca Muromachi, intorno al 1483, trasmettendo le sue conoscenze a Yoshida Shigetaka per poi improvvisamente sparire senza lasciare tracce. In seguito si riporta che abbia girovato per molti anni tramandando il suo insegnamento ad altri discepoli che diedero origine a loro volta a differenti branche, cui bisogna aggiungere quelle derivate in epoca successiva. Al momento esistono circa 10 scuole che si ricollegano alla tradizione dell'*Heki ryu*.

(5) La Raccolta delle massime dei maestri *Hagakure* (nascosti tra le foglie), compilata da Yamamoto Tsunetomo e pubblicata nel 1716, è uno dei testi fondamentali dell'etica samurai. Opera monumentale in 11 volumi, ne esistono purtroppo in italiano solo sommarie riduzioni, tra cui *Hagakure*, il codice dei samurai, BUR, Milano maggio 2003.



Yamaoka Tesshu

Per un'altra parte della mia formazione sono debitore alla *Ichikukai* (6), scuola della quale è entrato recentemente a far parte anche il maestro Yoji Fujimoto. Tesshu fu partigiano dello *shogun* Tokugawa ma in seguito si schierò dalla parte dell'imperatore, fu famoso come uomo di spada e grande maestro di shodo [calligrafia], e il nocciolo del suo insegnamento è che "diecimila cose alla fine sono una sola cosa". Altro fondamento del metodo Ichikukai è che vita e

morte fanno parte dello stesso sistema. Queste sono le basi del mio insegnamento. Torniamo ora a due tappe fondamentali nella vita del fondatore.

Nacque nel 1884 (7). Fu subito di salute cagionevole tanto che il padre preoccupato lo inviò presso il reverendo Fujimoto Mitsujo della setta shingon, che affonda le sue radici le sue origini nell'opera e nel pensiero del leggendario monaco Kukai (8).

Fujimoto Mitsujo non era un teorico che si occupava solo di religione, migliorò anche la vita della popolazione con importanti innovazioni nell'agricoltura e nell'irrigazione; ed ebbe un forte influsso nello sviluppo della personalità di Ueshiba Morihei.

Anche Ueshiba fu attivo in diversi campi: partecipò alla iniziativa di Tanaka (9) tendente a riunificare lo *shinto*, e alcuni anni dopo aderì ad un progetto di colonizzazione dell'Hokkaido (10) trasferendosi con tutta la famiglia. Ma dovette abbandonare il progetto in seguito ad un disastroso incendio che annullò di colpo gli sforzi di diversi anni. Al suo rientro aderì alla setta *Omoto Kyo* trasferendosi presso il relativo centro di Ayabe. Lo stesso anno gli morirono i figli maggiori, che avevano rispettivamente uno e tre anni, e questo fu naturalmente per lui un grande trauma.

Intorno ai 40 anni ebbe un risveglio e decise di dedicarsi alle arti marziali, proprio nell'età in cui invece è più facile abbandonare, divenendo celebre ben presto. Dopo la parentesi dell'avventura in Mongolia del 1924 (11) iniziò ad insegnare a Tokyo, con l'appoggio dell'ammiraglio Takeshita, quello che venne chiamato *Ueshiba ryu aiki jujutsu*.

Nelle foto dell'epoca lo troviamo regolarmente al posto

(6) Società per lo studio della opera e del pensiero del maestro di spada Yamaoka Tesshu, vissuto in epoca Meiji e quindi ai tempi della vera e propria guerra civile tra shogun ed imperatore. Scomparve prematuramente, vittima di un tumore, il 19 luglio 1888, dopo aver lasciato il suo poema di addio ed assunto la posizione formale di seiza nella quale venne ritratto post mortem. L'Ichikukai (Associazione del 19) prende il nome dal giorno di questo avvenimento.

(7) Generalmente si accetta la data del 14 dicembre 1883, ma il differente calendario in uso all'epoca e la mancanza di un istituto paragonabile all'anagrafe non permettono conclusioni certe.

(8) Vissuto nell'VIII secolo Kobo Daishi, conosciuto col nome di Kukai (cielo-mare), interruppe prematuramente gli studi per abbracciare la religione, insoddisfatto della vita quotidiana e alla ricerca di un perché alla propria vita. Dopo un periodo di ricerca presso i saggi cinesi, al suo ritorno in Giappone fondò il monastero di Koya, nella regione ove nacque Ueshiba Morihei.

(9) Tanaka Shigaku, 1861-1939; inizialmente seguace della setta Nichiren, divenne famoso per il suo tentativo di amalgamare tendenze e cerimonie Tendai e Nichiren all'interno dello Shinto, la religione aborigena del Giappone cui si erano nel corso di millenni affiancate le altre credenze di origine cinese

(10) L'Hokkaido (via per il mare del nord) è una grande isola situata all'estremo nord del Giappone, dal clima particolarmente rigido. Il governo giapponese nel 1869 istituì la Commissione per la colonizzazione di Hokkaido, che mise in atto diversi programmi di sviluppo. Ad uno di questi aderì nel 1912 Ueshiba Morihei, guidando il trasferimento di 54 nuclei familiari in Hokkaido. Essendo troppo forti le difficoltà ambientali, cui si aggiunse il disastroso incendio citato nel testo, l'esperimento fallì, nonostante gli sforzi sovrumani di Ueshiba che decise di fare ritorno a Tanabe nel 1919, avvertito delle gravi condizioni di salute del padre.

(11) Si tratta del viaggio al seguito del reverendo Deguchi capo della Omoto Kyo, in un nobile ma irrealistico tentativo alla ricerca di un luogo dove edificare la civiltà ideale. Arrestati e in attesa di fucilazione come spie, Deguchi e i suoi seguaci vennero infine semplicemente espulsi, per intercessione dell'ambasciata giapponese.



d'onore, e questa è una chiara indicazione della reputazione e della fama da lui immediatamente raggiunti.

Nel 1942 tenne un enbukai in Cina davanti all'imperatore Pu Yi (12), e in questa occasione, mentre ad ognuno era riservata una parte del *dojo* per effettuare la sua dimostrazione in concorrenza con altre, a lui solo venne concesso l'intero *dojo*. Ma subito dopo scomparve, destando stupore nell'ambiente. Un redattore della rivista *Shinbudo*, Takahashi, che divenne famoso per una serie di interviste e dialoghi con personaggi di primo piano come ad esempio Gichin Funakoshi [fondatore del karate Shotokan e pioniere del karate in Giappone], chiese a Ueshiba nel marzo 1945 le ragioni del suo ritiro, pubblicando l'intervista il mese successivo. Ma la rivista venne soppressa dalle autorità nel mese di luglio.

Io ho avuto modo di chiedere le ragioni del suo ritiro al maestro Ueshiba, e l'incontro, a cui assisteva solo un'altra persona, è rimasto impresso nella mia memoria. Nel 1943 il comandante della fanteria dell'esercito nipponico constatò quanto fosse difficile combattere fino all'estremo, anche per chi praticava arti marziali;

vi erano però delle persone che si rivelavano invece capaci di dominarsi anche in quelle circostanze e si scoprì che erano tutti allievi del maestro Ueshiba. Fu per questa ragione che chiese al maestro di occuparsi della formazione dei combattenti, abbandonando l'utilizzo di ogni altra arte marziale. Ma il pensiero di Ueshiba Morihei era che addestrandolo deliberatamente a combattere senza limiti il popolo giapponese sarebbe caduto nella barbarie.

L'insegnamento che ho ricevuto in seguito è stato infatti di segno assolutamente contrario: quello che è importante per il corpo, è inutile in guerra, sul campo di battaglia. Ma fu solo dopo, all'università, che scoprii che questo era noto anche anticamente; quanto segue è riportato dai testi di strategia di *Takuan*: "Come io non guardo il nemico, il nemico non guarda me e non avanza né indietreggia" (13). Quando si raggiunge questo stato l'uomo è libero da ogni condizionamento. La decisione di cambiare il sistema di insegnamento dell'aikido risale a 4 anni dopo la fine della guerra. Ueshiba credeva infatti che il budo fosse destinato solamente a far trovare ad ognuno il suo cammino sulla terra.

(12) Si noti bene che all'epoca Pu Yi non era più imperatore della Cina bensì del Manchukuo. Detronizzato da un complotto, Pu Yi si rifugiò nell'ambasciata giapponese e divenne prima capo dello stato e poi nel 1934 imperatore del Manchukuo, vasto territorio cinese a nord della Corea, all'epoca conteso tra Russia, Cina e Giappone, che infine riuscì ad imporre il suo predominio. Nell'agosto 1945, pochi giorni prima della fine della guerra mondiale, la Russia dichiarò guerra al Giappone ed invase il Manchukuo, che dopo alterne vicende venne riunito alla Cina.

(13) *Takuan Soho*, 1573 - 1645, è una leggendaria figura di monaco zen, della setta rinzai, che ha avuto enorme influenza nel pensiero giapponese ed ebbe probabilmente tra i suoi discepoli alcune delle figure più rappresentative della cultura samurai, come Yagyu Munenori o Miyamoto Musashi. Per quanto difficilmente comparabile, a causa delle differenti edizioni e traduzioni, la citazione sembra provenire dal primo capitolo del *Taiaki*, *Annali di Taia* (leggendaria spada forgiata in Cina dal maestro Uyezi per il re di Chu), che è compreso in una antologia in lingua italiana dei principali scritti di *Takuan* intitolata *Sogni, scritti di un maestro zen ad un maestro di spada*, Luni editrice, Milano, 1995.

Le due Vie del Budo:

Shingaku no Michi e Shinpo no Michi

Tada Hiroshi

Shinpo no Michi

心

法

の

道

Nel *Budo* giapponese viene attribuita grande importanza al termine "*kokoro*" (cuore-mente, animo, spirito, sentimento, ecc.), ma a questa parola vengono associati due distinti punti di vista che gli studiosi chiamano **Via dell'Etica** (filosofia morale) e **Via dei Principi Spirituali**

Shingaku no Michi o **Via dell'Etica** (in questo caso la parola *kokoro* viene intesa come "morale" o "etica")

E' la via richiesta dall'esterno alle arti marziali come strumento per l'insegnamento della logica sociale in risposta alle esigenze delle epoche storiche del passato. Può essere identificata con concetti quali il *Bushido*, lo spirito di lealtà e di patriottismo, ecc., o anche con l'idealismo del sistema confuciano. Dal momento che questa accezione della parola *kokoro* ha esercitato una forte influenza sulla gente in passato, quasi tutti ritengono che questa sia la vera "Via dello Spirito del *Budo*".

Shinpo no Michi o **Via dei Principi Spirituali** (in quest'altro caso la parola *kokoro* esprime il significato di spirito)

Questa è la via attraverso la quale lo shintôismo, il buddismo esoterico, lo zen e le pratiche della filosofia taoista hanno "aperto gli occhi" del *budo* e che ha unificato il *bujyutsu* e la filosofia pratica orientale espressa da concetti quali *banyu ichigen* (unità del creato) e *shinshin ichinyo* (unità mente-corpo).

E' una via sempre attuale che indica la condizione ideale della forza vitale ed il modo per utilizzarla. Anche al giorno d'oggi esercita la sua influenza sulla visione dell'universo e dell'esistenza dei giapponesi percorrendone le profondità dello spirito. L'Aikido dà grande risalto alla **Via dei Principi Spirituali**; in tal senso viene ritenuto una forma di *budo* che può essere praticata nell'epoca attuale. Inoltre, questa via non riguarda solo il *budo*, ma è anche una via che può essere utilizzata da tutto il genere umano e in tutte le situazioni dell'esistenza.

Shingaku no Michi

心

学

の

道

Premessa allo studio dei principi di base di aikido

Esposito Brunello

L'articolo è tratto dalla dispensa "Appunti di aikido e..." ad uso interno dell'Associazione Sportiva Dilettantistica Junsui Budo Gakkai, scritta nel giugno 1999 dal maestro Esposito Brunello

Il gokyo

Lo studio dell'aikido inizia, ma possiamo anche dire che continua ininterrottamente per tutta la vita, con lo studio di 5 tecniche o principi di base, consistenti in tecniche di immobilizzazione: il gokyo (cinque principi o tecniche). Queste sono le tecniche di cui si compone, e alcune delle tecniche di base derivabili dai principi basilari (notare che la quinta, gokyo, qui si intende come "quinto principio" e non più come "i cinque principi"):

Principi di base

(tecniche di immobilizzazione)

Ikkyo (gomito alto)

Nikyo (gomito basso)

Sankyo (gomito alto)

Yonkyo (gomito basso)

Gokyo (gomito alto)

Tecniche di base

(tecniche di proiezione e proiezione-immobilizzazione)

Iriminage

Kotegaeshi

Shihonage

Uchikaitennage

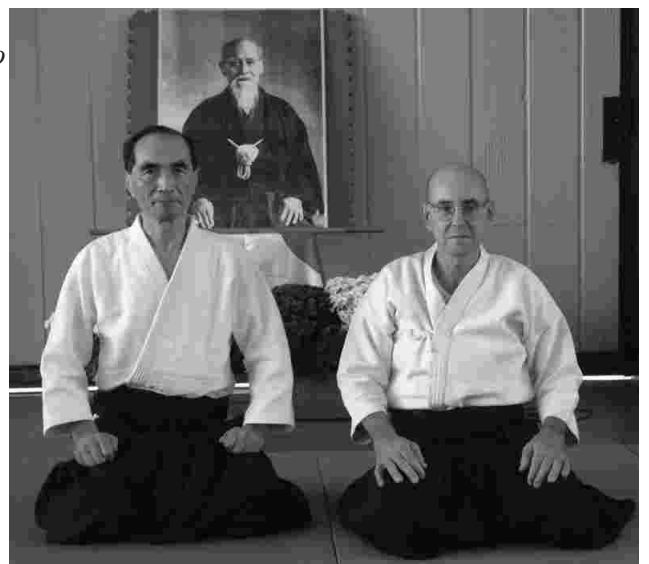
Sotokaitennage

Udekimenage

Ushirokiritoshi

Dal principio di ikkyo derivano sia gli altri 4 principi che le tecniche di base, e da questi a loro volta derivano le innumerevoli tecniche definibili come kokyunage. Infatti "in primis" c'è l'uno da cui poi derivano tutti gli altri numeri, tutte le cose. Cioè nell'uno, ikkyo, c'è sempre da parte di tori uno shomenuchi (fendente) in entrata che pone fine a tutto e che definisce la posizione centrale e vincente di tori, per poi continuare la tecnica. Così anche nelle altre tecniche derivate di base: da una parte nikyo, sankyo, yonkyo e gokyo, dall'altra iriminage, kotegaeshi e le altre elencate sotto a titolo indicativo ma non esaustivo. Da queste derivate di base derivano a loro volta infinite possibilità di applicazioni kokyunage. Non bisogna mai dimenticare però che il fine dell'Aikido è quello di essere un "Budo di Amore" che, pur studiando i principi della tecnica marziale, li sublima, "conducendo" Uke durante le varie esecuzioni cercando Unione, Armonia.

Il Maestro Hiroshi Tada con il Maestro Esposito Brunello



Shomenuchi ikkyo omote, la prima tecnica del gokyo, eseguita dal maestro Tada nella classificazione proposta più avanti in questo articolo, si tratta dell'ikkyo n. 1

Quindi pur strettamente inquadrare nei principi e nei dettami tecnici del gokyo e dalle tecniche derivate, infinite tecniche di aikido possono essere correttamente eseguite. Ma difficilmente descritte. Al punto che solo un numero relativamente ristretto di tecniche ha un nome e può quindi essere richiamato e indicato per l'esecuzione. Tra queste ricordiamo:

Udekimenage	proiezione con controllo del braccio
Hijikimenosae	immobilizzazione con controllo del gomito
Jujigarami	blocco incrociato (delle braccia)
Ushirokiritoshi	rovesciamento al suolo con taglio da dietro
Kokyunage [2]	proiezione (mediante il) respiro

Avvertenza:

I nomi delle tecniche generalmente derivano da un momento dell'intera esecuzione della tecnica. Lungi però dal doversi soffermare su un punto particolare, occorre sempre conservare zanshin, alla lettera "fermezza di spirito", ossia una concentrazione indisturbata. Zanshin è il "passare attraverso" di una tecnica; si è collegati al partner anche dopo una proiezione attraverso un ininterrotto flusso di ki, energia o flusso vitale, e contemporaneamente pronti a ricevere un nuovo attacco. In conclusione, per zanshin si intende completa e continua consapevolezza di ciò che è circostante e stato di consapevolezza ininterrotta dopo la fine di un attacco.

Azione di tori:

Ikkyo	azione	shomenuchi
Nikyo	azione	shomenuchi
Sankyo	invito-azione	hasso no kamae (detto anche inno kamae o sune uchi)
Yonkyo	azione	tsuki
Gokyo	azione	kote alto (arresto)



Sotokaitennage (1)

Dobbiamo enfatizzare ancora il concetto che non è tori che riceve un attacco da uke (ukeru significa infatti appunto ricevere) ma al contrario è lui stesso che attacca (porge, invita) ed uke che riceve (assume un atteggiamento di difesa), nelle realtà del combattimento reale, per mettere subito fine alla disputa. Ciò naturalmente in quello che Ueshiba Morihei definiva il Budo dell'Amore non si può attuare ma può essere simboleggiato nella "entrata" che deve essere secca come un colpo di spada. Dopo di che tori "conduce" uke fino alla conclusione dell'azione.

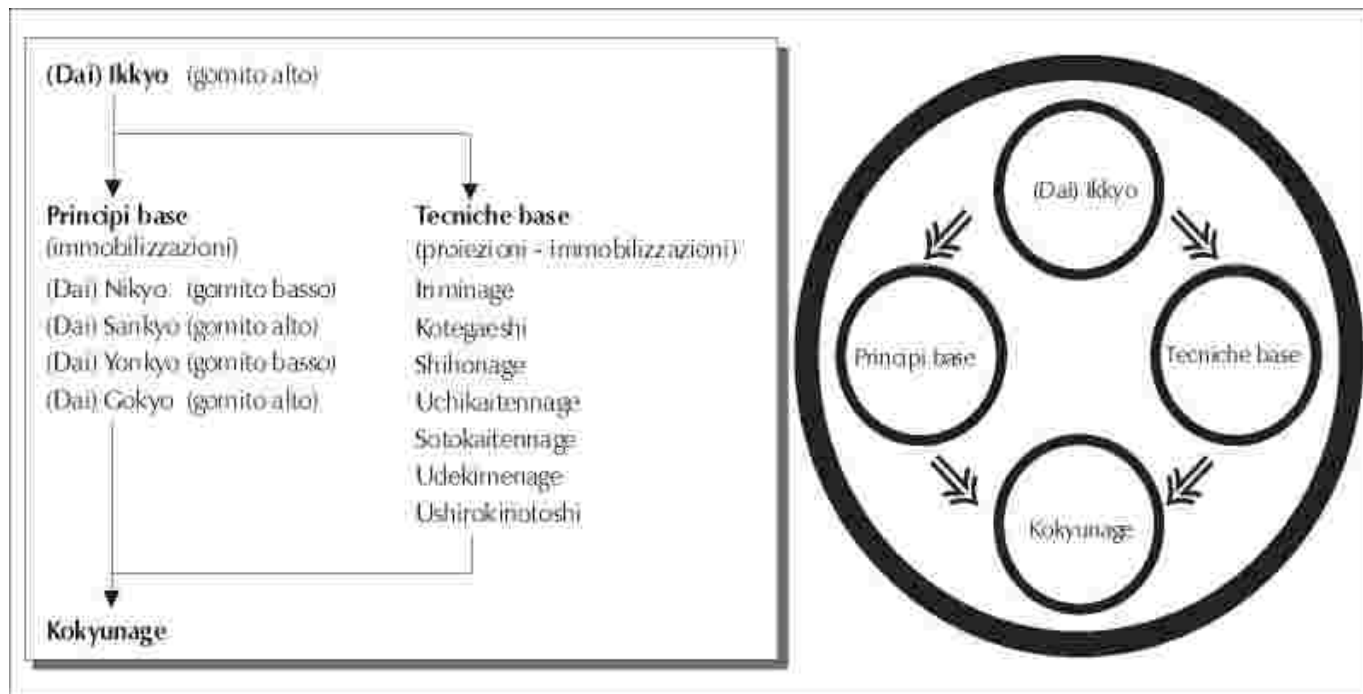
Ma ai (distanza) e kamae (guardia)

Nelle arti di spada, per esempio nel kendo, la distanza tra i due contendenti è "issoku itto no ma ai", cioè la distanza ottimale per poter sferrare un attacco efficace dopo aver eseguito un solo passo (okuri ashi, tsughi ashi, ayumi ashi). In questo caso i due contendenti in chudan no kamae (o seigan no kamae), ossia in guardia ad altezza mediana,

incrociano i rispettivi monouchi, la parte terminale della lama con cui si vibra il colpo. E' questa anche in aikido la distanza ottimale, cioè quella che permette di effettuare le azioni tecniche in condizioni biomeccaniche di massima efficacia e di economia, cioè anche in maniera naturale: tori e uke prima dell'attacco si trovano in "issoku itto no ma ai" per quanto concerne la distanza reciproca e in chudan (seigan) no kamae per quanto riguarda la guardia.

[1] Si tratta fondamentalmente di una sola tecnica, ma eseguibile in modalità esterna, soto ed interna, uchi.

[2] Kokyunage è una modalità di esecuzione delle tecniche di proiezione più che una tecnica specifica; sotto questo nome ritroveremo quindi infinite applicazioni.



Le mani sono alla stessa altezza e posizione di quando si impugna la spada, il loro atteggiamento è tegatana [3]: la curvatura del palmo simile a quella dell'impugnatura, il taglio della mano assimilabile al tagliente della spada, le dita distese e cariche di energia leggermente rivolte verso l'alto: estensione del Ki sempre, dall'inizio dell'attacco alla fine e per tutti gli attacchi successivi. Non bisogna mai perdere la concentrazione conservando sempre lo stato di rilassamento, attento, presente, di vuoto mentale.

Tori quindi riceve l'attacco ma, in realtà, è lui stesso che lo permette e condiziona, quando la situazione non è addirittura paradossalmente invertita: tori non aspetta l'attacco ma va (quindi attacca) verso uke che finisce per difendersi (come detto uke viene da ukeru = ricevere).

Prima di ogni attacco, cioè prima di ogni tecnica, bisogna individuare la linea dove, in caso di ai-uchi (attacco simultaneo), ambedue i contendenti possono essere colpiti. Da questa linea tori deve uscire. Egli "entra" lateralmente avanti o dietro, a destra o a sinistra con te ura gasumi avanti o dietro o ko gasumi avanti o dietro; o anche, con l'intenzione di colpire shomenuchi con ushiro tenkan interno. Questi tipi di "entrata" valgono sia per le tecniche omote che ura [4] e devono essere effettuate "a tempo": i piedi anteriori di uke e tori nel momento dell'attacco/entrata si poggiano cioè al suolo nello stesso tempo.

Nel caso in cui invece tori rimanga sulla stessa linea di attacco di uke, deve prendergli il tempo anticipandolo con un passo avanti sulla stessa linea, e obbligandolo a restare inarcato all'indietro sul contrattacco, arrestarlo: sarà poi uke a spostarsi lateralmente per bilanciare l'entrata di tori, che in questa maniera, come nella precedente, conquista il centro dell'azione.

[3] In aikido poniamo grande enfasi nello sviluppo della forza vitale e nella proiezione dell'energia del respiro. La concentrazione del potere fisico, mentale e spirituale nel seika tanden è chiamata in aikido kokyu rokyu, potere del respiro, e crea energia illimitata. Il potere del respiro si manifesta in molte e varie tecniche di aikido, ed esiste un gruppo di esercizi speciali per l'allenamento di questa energia. Il potere del respiro in aikido si manifesta maggiormente nella "mano spada", te gatana. L'uso efficace e dinamico della mano-spada in numerose tecniche è essenziale nell'aikido. La mano-spada è un'arma semplice, ma impiegata con l'energia del respiro sviluppa una notevole forza. In aikido, la mano-spada è usata in molti modi – tra cui colpire, afferrare, girare, bloccare, accogliere, stringere, spingere, controllare. In aikido si dice "Fare un cerchio con le mani, e scorrere come acqua". Impiegate la mano-spada per muovervi flessibilmente, armoniosamente e naturalmente, con movimenti agili, veloci e precisi. Moriteru Ueshiba, *Progressive aikido*, Kodansha, 2005.

[4] In giapponese omote significa letteralmente "di fronte", metaforicamente "aperto, visibile, palese"; ura significa invece "dall'altro lato" e in senso traslato "nascosto, opposto". Quasi tutte le tecniche di aikido possono e devono essere eseguite sia in modalità omote che in modalità ura. Non bisogna commettere l'errore di confondere omote con "lineare" ed ura con "circolare" che sono effettivamente le modalità di esecuzione più frequenti rispettivamente in omote ed ura.



Il maestro Tada spiega che la distanza di lavoro con la spada il monouchi, (evidenziato sul filo del bokken), deve essere a contatto con uke

Te gatana (mano spada)



Te gatana non risiede solamente nella mano: palmo, polso e avambraccio sono coinvolti. L'energia viene generata dall'intero corpo attraverso il te gatana, non solamente con il braccio.

Da Progressive Aikido, Moriteru Ueshiba, Kodansha, 2005

Anche a mano nuda la distanza di lavoro non cambia



Posizione di kamae con la spada, non dissimile da quella da adottare nell'aikido





Uso del tegatana da parte del maestro Tada, in ikkyo di tipo 1 (vedere la tabella finale)



Movimento di ayumi ashi

Distanza di monouchi:

Ogni “entrata” su uke deve essere fatta a distanza tale che una eventuale spada impugnata possa colpire con la sua parte più efficace, cioè col monouchi (la parte finale della lama). Ciò avviene quando tori riesce a toccare a braccio naturalmente teso il busto di uke.

Kata dinamico:

Bisogna concepire l’esecuzione di ogni singola tecnica come un kata [5]) in cui tutto è precisato: distanze, passi, l’atteggiamento del corpo, della mente, dello spirito (ashi bumi, do tsukuri, metsuke, zanshin). Più precisamente si devono curare la posizione di partenza, l’hanmi corretto (compresa la posizione delle mani), l’ashi sabaki (movimento dei piedi) ed il tai sabaki (movimento del corpo), la posizione finale, il giusto atteggiamento del busto e degli occhi, l’azione corretta (per esempio abbassare il baricentro piegando le gambe senza flettere il busto, magari solo inclinandolo leggermente in avanti). A differenza del kata in senso stretto però tori e uke operano continui aggiustamenti per mettersi nelle condizioni ottimali (sempre eseguendo canonici okuri ashi, tsughi ashi, ayumi ashi) anche perché idealmente gli attacchi possono succedersi continuamente.

[5] Il kata è un assieme di tecniche destinato ad una fedele riproduzione da parte dei praticanti, senza lasciare spazio ad adattamenti alle circostanze e alle attitudini o preferenze personali.

Sen no sen

In appendice a quanto già detto sul “tempo” (momento dell'azione, ritmo della spada o del jo) e lo “spazio” (distanza e angolazione ottimali) nei rapporti tra uke e tori, esistono anche i tre concetti di “iniziativa” da tenere presente e cioè:

SEN: Anticipazione dell'iniziativa dell'avversario

E' l'iniziativa di chi attacca per primo, quando cioè si coglie un momento di debolezza dell'avversario e lo si colpisce immediatamente. Si può ottenere questo risultato sia con un accurato gioco della distanza, sia con un'azione preliminare adatta a rompere la guardia dell'avversario.

GO NO SEN: risposta a quella dell'avversario

E' l'iniziativa di attesa. In questo caso si attende l'attacco dell'avversario per poter sfruttare l'occasione favorevole e prendere il sopravvento

SEN NO SEN: accordo con quella dell'avversario

E' l'iniziativa sull'iniziativa. Si precede sul tempo l'avversario che ha sferrato il suo attacco colpendo prima di lui. Questa è l'azione più difficile da eseguire, quella che richiede la massima concentrazione e anche un pizzico di quelle facoltà che alcuni definiscono "spirituali", altri chiamano di "percezione incosciente" che fanno compiere cose che possono apparire miracolose.

Nella pratica dell' aikido occorre ricercare la condizione di sen no sen. A questo proposito, si veda uno dei doka (Canzone della Via, con cui un Maestro trasmette gli insegnamenti in modo puro e vibrante) di O Sensei: Il mio nemico/solleva la sua spada/ fronteggiandomi,/ma quando vibra il colpo/ già sono dietro di lui Da Morihei Ueshiba, L'essenza dell'Aikido, Ed. Mediterranee. Doka n. 88



Ikkyo n. 4: cambio di impugnatura per il passaggio da ikkyo alle altre tecniche del gokyō

E' interessante notare come i metodi chiave da utilizzare nella tempistica del confronto, anche all'ultimo sangue, siano dati per assunti da secoli nella tradizione giapponese. Anche se con terminologie diverse, che potrebbero trarre in inganno l'osservatore superficiale, i medesimi concetti delle arti marziali moderne li troviamo nel testamento spirituale di uno dei più grandi samurai della storia del Giappone, Miyamoto Musashi.

Mitsu no sen to iu koto

I tre metodi per prendere l'iniziativa

La prima delle tre iniziative è *ken-no-sen*, quando attacchi direttamente. La seconda è *tai-no-sen*, quando il tuo attacco sfrutta l'apertura del suo. L'ultima è *taitai-no-sen*, quando entrambi attaccate contemporaneamente.

....
Primo: *ken no sen*, quando decidi di attaccare per primo. Puoi assumere tranquillamente la posizione opportuna e poi esplodere improvvisamente con un movimento veloce e la massima intenzione. Ancora: avanza con la massima decisione e a contatto col nemico, muovi il piede un poco più velocemente di quanto è richiesto per un attacco normale, sorprendendolo e travolgendolo con questo attacco. Puoi anche mantenerti freddo e determinato, prendendo l'iniziativa e continuando a incalzare l'avversario con l'intenzione irremovibile di insistere fino alla fine. ... Tutti questi attacchi sono *sen no sen*.

Secondo: *tai-no-sen*. Quando l'avversario avanza progressivamente resta indifferente, fingendo debolezza; non appena è a portata di colpo, rompi la distanza indietreggiando e dando l'impressione di voler schivare balzando di fianco. Colpisci violentemente con una breve espirazione, sorprendendolo nel momento di pausa che gli è necessario per modificare il suo attacco.

....
Terzo: *taitai-no-sen*. Questa maniera di fare ha luogo quando l'avversario avanza velocemente e tu rispondi al suo attacco con tranquilla fermezza, cogliendo il suo punto debole nel momento in cui rallenta l'azione per colpirlo di sorpresa, coordinando una rapida espirazione e ottenendo la vittoria.

....
Questo è *taitai-no-sen* e sarebbe difficile scrivere e spiegare altri particolari al riguardo.

Miyamoto Musashi Nel dodicesimo giorno del quinto mese del secondo anno di Shoho (1647)

Note:

Sen = prima, iniziativa

Tai = corpo

Ken = spada

Per la citazione viene seguito il testo dell'edizione italiana del Gorin no Sho di Miyamoto Musashi, Il libro dei cinque anelli, a cura di Cesare Barioli, Mondadori, 1993.

Tori non attende da fermo. Questa situazione si realizza solo quando si studia il tanren [6] o si studiano le "leggi del corpo", cioè come applicare la forza (kime = capacità di concentrare tutta la forza psichica e fisica) secondo le leggi della biomeccanica: economicamente ma con la massima efficacia. Generalmente si studia il ki no nagare (la corrente del ki), cioè lo studio delle tecniche con azione continua senza pausa dall'inizio alla fine. Solo alla fine si arresta la tecnica mantenendo lo zanshin.

Tipi di entrata

Si prende come riferimento base l'attacco shomenuchi [7]. Per avvicinamento (A) si intende il modo di acquistare la distanza ottimale per poter eseguire la tecnica con la massima efficacia, indicando i 3 ashi sabaki fondamentali che possono essere usati in alternativa, in accordo con la distanza di lavoro del momento. Per "Entrata" si intende la successione temporale degli ashi sabaki necessari per la corretta esecuzione del movimento nella forma proposta.

[6] Tanren indica originariamente un tipo di allenamento ininterrotto di rinforzare corpo e mente (tan = martellare il ferro rovente) o anche tecniche per colpire con spada o bastone, ripetute lungamente. Potremmo sintetizzare con allenamento "duro e puro".

[7] Lo shomenuchi è un fendente vibrato dall'alto in basso lungo la linea mediana del corpo di uke.

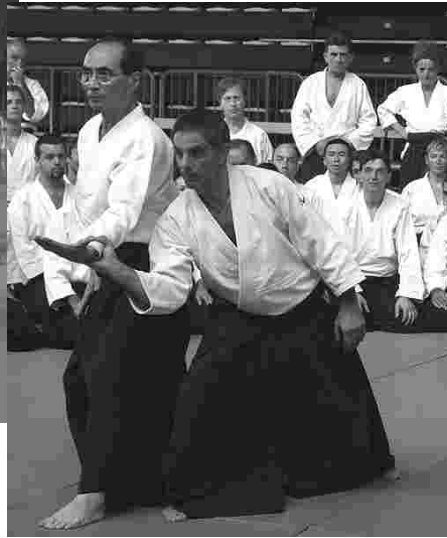


Ikkyo n. 2 eseguito dal doshu Moriteru Ueshiba (Best Aikido, The Fundamentals, Kodansha, 2002)

Shomenuchi Ikkyo:

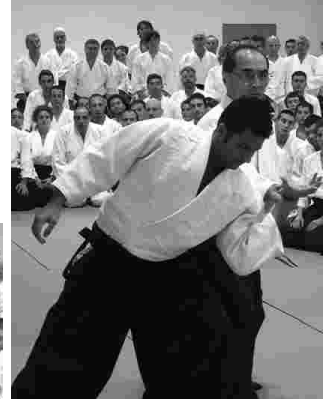
		Uke		Tori
Omote	N° 1	Attacco destro	A	okuri ashi / tsughi ashi / ayumi ashi
			Entrata	piede destro avanti a destra di 45°: distanza di monouchi, concentrazione verso il centro di uke
	N° 2	Attacco destro	A	okuri ashi / tsughi ashi / ayumi ashi
			Entrata	passo sinistro avanti seguendo una traiettoria lineare verso uke sulla linea di attacco
	N° 3 tenshin	Attacco destro	A	okuri ashi / tsughi ashi / ayumi ashi
			Entrata	passo destro a destra; passo sinistro avanti: in linea con il piede destro, verso il centro di Uke
	N° 4 (1 bis)	Attacco destro	A	okuri ashi / tsughi ashi / ayumi ashi
			Entrata	passo destro a destra cambio di impugnatura: si usa solo per le tecniche nikyo, sankyo, yonkyo
Ura	N° 1	Attacco destro	A	okuri ashi / tsughi ashi / ayumi ashi
			Entrata	passo sinistro all'altezza del piede destro di uke (conquistare subito la posizione gyaku-hanmi) tenkan a circa 90°
	N° 2	Attacco destro	A	okuri ashi / tsughi ashi / ayumi ashi
			Entrata	passo sinistro oltre il piede destro di Uke tenkan a 180°

La Spezia, Luglio 2007



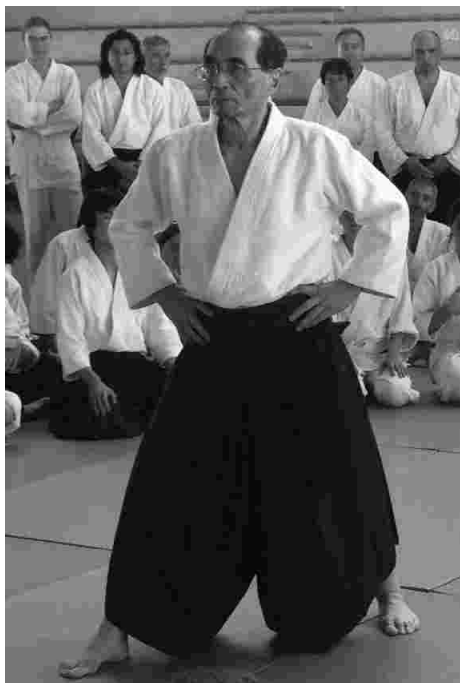


Roma, Novembre 2007



I giardini del Maestro Tada

Manuela Gargiulo



L'Aikido che ci troviamo a praticare oggi è molto diverso da quello che si praticava tempo fa, nonostante ciò tutti noi ci sforziamo di mantenere un contatto con le tradizioni antiche legate al Giappone: la disciplina, il rispetto, la riconoscenza ... il senso universale... ed è proprio in

questo che la fortuna ci ha favorito dandoci un grande maestro; che ci ricorda quelle belle tradizioni, che ci cura non solo sul piano tecnico ma anche su quello spirituale, incantandoci sia con i suoi movimenti che con le sue parole: Il maestro Tada.

E così non sentiamo più parlare di un corpo e una tecnica bensì di uno strumento musicale (il nostro corpo) da far vibrare attraverso lo spirito che assume allora il ruolo di musicista. Ma anche uno strumento di qualità ci potrà deliziare con il suo suono armonioso solamente se il musicista sarà in grado di produrre un suono eccellente. Solo allora lo strumento si mostrerà in tutta la sua armonia e bellezza, mentre nelle mani di un mediocre musicista anche lo strumento più pregiato non produrrà bellezza. La cura dello spirito è fondamentale per riempire di armonia il corpo!

E ancora rimangono impresse, tra le meravigliose immagini che il maestro ci ha donato in questi anni, quelle legate alla natura, agli alberi in particolare: ognuno

di noi è come un albero, un albero diverso da ogni altro, con le sue qualità e con i suoi difetti. Se quindi, ad esempio, si è un albero di ciliegio non si può aspirare a divenire un mandorlo; così si utilizzerebbero le energie nella direzione sbagliata, è evidente che un ciliegio non potrà mai trasformarsi in un mandorlo; quello cui invece si deve aspirare, se la conoscenza di se porta a concludere di appartenere a quella specie, è di divenire un meraviglioso ciliegio, esaltando le proprie qualità e correggendo i propri difetti, affinché i frutti del nostro albero siano dolci e buoni e i nostri fiori profumino tutta l'area circostante. Il suggerimento che ho colto è stato quindi di indirizzare le energie e gli sforzi di miglioramento, nella pratica e nella vita, nella giusta direzione; di non cercare l'impossibile bensì realizzare il possibile... nel miglior modo possibile! E che dire dell'immagine del giardino nella quale ci ha guidato il maestro? Nel proprio giardino (inteso come spazio vitale) bisogna essere sempre padroni; vi si



accolgono gli ospiti, si lasciano entrare i visitatori. Ma nessuno di questi potrà dettare legge. Dovremo curare il nostro giardino, altrimenti nessuno verrà a visitarlo. E quando avremo visite, da bravi padroni di casa, guideremo il nostro ospite alla scoperta delle bellezze



che nel nostro giardino sono racchiuse; ma senza dimenticare che l'ospite deve rimanere ospite, il padrone deve rimanere padrone.



Proiettando questa immagine nella pratica dell'aikido, non bisogna consentire che uke prenda il sopravvento e diventi il centro del movimento: questo posto centrale spetta a tori; il padrone del giardino. Proiettando l'immagine nella vita penso si debba coltivare la propria personalità, il proprio carattere, si debba essere consapevoli di noi stessi e del mondo che ci circonda, a cui rimaniamo aperti ma senza perdere o stravolgere la nostra personalità e le nostre regole di vita. Questa meravigliosa immagine, "il mio giardino", non solo ha contribuito a responsabilizzarmi verso me stessa, prendendo come detto sempre più coscienza sia della mia vita che di ciò che accade al mondo e nel mondo, ma anche a curare effettivamente il mio giardino "reale"... prima non riuscivo a tenere in vita una pianta per più di una settimana, mentre adesso ho un balcone



Per scelta editoriale non vengono più pubblicate le tradizionali "cronache" dei raduni, che rischiano spesso di cadere nel ripetitivo o nell'autocelebrazione. La redazione si riserva di volta in volta di pubblicare commenti od analisi tecniche dettagliati riguardanti i raduni maggiormente significativi dell'Anno Accademico, più ampie fotocronache ovvero importanti spunti di riflessione che possano essere colti anche dal lettore, non necessariamente presente al raduno stesso. Le foto a corredo di questo articolo si riferiscono ai raduni tenuti dal Direttore Didattico, maestro Hiroshi Tada, a La Spezia nel luglio 2007 e a Roma nel novembre.

pieno di fiori e di piante, frequentato da farfalle e uccellini, e ho anche molti ospiti. E di questo ringrazio il maestro Tada; grazie ai suoi insegnamenti ho imparato a curare il mio giardino reale e sto investendo tutte le mie energie per curare in modo sempre migliore il mio giardino virtuale

Infine, proiettandoci verso il futuro, voglio ricorrere all'immagine futurista dello spazio vitale che il maestro ci ha dato quest'anno a La Spezia: il cono.



Ci ha detto il maestro: immaginate di avere intorno un cono, di essere il centro di un cono. Io sinceramente ho immaginato questo cono come un raggio di luce che esce da un piccolo foro, la testa, e si allarga man mano che si allontana da esso fino, ai piedi; occorre quindi muoversi con la consapevolezza che lo spessore del proprio corpo corrisponde a quello della base del cono: non limitare i movimenti in un piccolo spazio circoscritto... sentire la dimensione del proprio spazio vitale e in quella... attirare uke.

Concludendo, mi sento di affermare che siamo estremamente fortunati ad avere incontrato un maestro che non elenca solamente principi tecnici o forme, ma ci guida paziente alla scoperta del meraviglioso universo che si trova in ognuno di noi. Un maestro che sta cercando di trasmetterci alcuni tra i valori più importanti che ci siano per l'essere umano: la consapevolezza, la generosità d'animo, la rinuncia all'egocentrismo e l'accettazione degli altri, uniti ai quali concorriamo a formare l'universo. Per utilizzare le parole del maestro Tada, siamo tutti cristalli di un'unica forza. E, aggiungo io, ognuno con la propria forma e colore. Dobbiamo solo cercare di armonizzarci: per dare un bel colore al mondo.

Nihonshoki

Luisa Bargiacchi

Lo Shintoismo, religione autoctona del Giappone, è stata fino alla fine della seconda guerra mondiale religione di Stato: una delle sue fonti primarie è il Nihonshoki (Annali del Giappone), o Nihongi. Questo sono 30 rotoli scritti in cinese, che narrano gli eventi del Giappone fino al 697 d.C. Le vicende sono in ordine cronologico ed hanno lo scopo di rendere gloria ed onore al passato del Giappone legittimando contemporaneamente il diritto al regno perpetuo.

Di seguito l'inizio della mitologia dello Shinto, tratto dal Nihonshoki: una storia d'amore universale

Nel tempo dell'inizio, il cielo e la terra non erano ancora separati, ma formavano una massa confusa, racchiusa come in un uovo.

Spontaneamente la parte più pura e chiara salì in alto perché era leggera e formò il cielo, e la parte più grossolana scese giù, perché era pesante e divenne la terra.

Quando l'orizzonte si dischiuse, il mondo apparve, ma era informe, e fluttuava sulle acque come una medusa alla deriva, come una nuvola che vaga nel cielo e non ha dove mettere radici.

Allora, nell'alta pianura del cielo fu generato un seme e una piantina germogliò.

Così, quando il mondo era giovane, nacque un dio il cui nome era Ama no minaka nushi, e poi germogliò il dio Takami musubi e poi il dio Kami musubi - misteriosi, solitari - e poi sette generazioni di dei. Perché quella era l'epoca degli dei.

Vennero quindi in essere, nello stesso momento, il dio Izanagi e la dea Izanami, ed erano uomo e donna. Il dio Izanagi e la dea Izanami camminarono sull'arcobaleno, l'etereo ponte del cielo, guardarono giù e dissero: "Non c'è una terra qui sotto". Con la punta della preziosa lancia toccarono le onde, una goccia di brina cadde dalla punta della lancia nelle acque profonde e un'isola si coagulò nell'oceano e si chiamò Onogoro jima. I due dèi vi discesero e fecero di Onogoro jima il pilastro al centro del mondo.

Il dio disse: "Il mio essere è incompleto". "Anche io sono incompleta", gli rispose la dea.

Il dio disse: "Nel mio corpo c'è la sorgente del principio maschile".

"Nel mio corpo c'è la sorgente del principio femminile", disse la dea, "congiungiamo queste due sorgenti perché siano una".

Detto questo, il dio e la dea presero a girare attorno al pilastro sacro, il dio verso sinistra e la dea verso destra, e si guardavano con desiderio:

"Come sei bella e amabile" disse Izanagi.

"Come sei giovane e bello" disse Izanami.

E per la prima volta si unirono come marito e moglie. Da loro nacquero l'isola di Awaji, l'isola di Yamato, grande e dalle ricche messi, e le altre molte isole del Giappone.

Poi gli dei generarono Oyamatsumi il dio dei monti, il sacro Shina il dio dei venti, il dio dei fiumi e il dio degli alberi, e Kayahime, la signora dell'erba e dei campi. Dissero: "Questo universo non ha un centro" e per questo generarono Amaterasu omikami, la dea del sole. Il suo splendore si diffuse per tutto l'universo e gli dei ne gioirono.

E generarono Tsukiyumi no mikoto, il dio della luna, perché fosse il suo sposo nel cielo.

Dal testo del Nihonshoki (712 d.C.)

Massimo Raveri, Itinerari nel sacro. L'esperienza religiosa giapponese, Editrice Cafoscarina



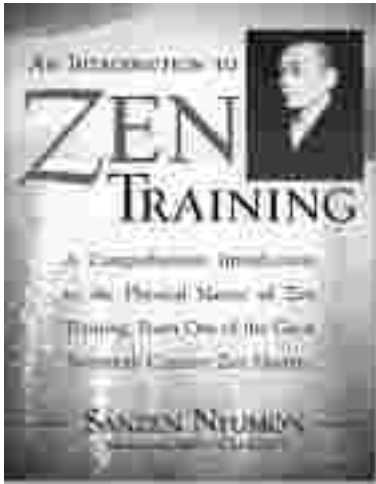
Ingresso ad un tempio Shinto

Come trasformarsi in un Enorme Macigno

ovvero

come realizzare che il Vero Corpo dell'Uomo è l'intero universo

Gino Amiconi e Dionino Giangrande



“Lo zen –afferma Omori Sogen, l'autore di *Come praticare lo zen: istruzioni per un buon avvio* (An Introduction to Zen Training, Tuttle Publishing, 2002, 254 pagine, 39 figure in bianco e nero, \$ 19,95), il libro che qui si va a p r e s e n t a r e - è

trascendere la vita e la morte (vale a dire ogni dualismo) per realizzare –mediante una rigorosa disciplina tale da rendere mente e corpo un'unità- che il Vero Corpo dell'Uomo è l'intero universo. Miyamoto Niten, il grande *samurai* meglio noto col nome di Musashi, chiamò tale realizzazione *Iwa no mi* (insieme di ideogrammi che possono essere volti in italiano con: corpo di un enorme macigno o, forse meglio, attraversare la vita rotolando e rivoltandosi come un enorme macigno).

A sua volta, Yagyū Sekishūsai (1527 – 1606; noto anche come Yagyū Muneyoshi, fu ai suoi tempi uno dei più famosi esperti di spada e fondatore della scuola Yagyū Shinkage) si riferì alla medesima realtà con *Marubashi no michi* (cioè, ponte costituito da un tronco d'albero di sezione sufficientemente rotonda per cui, al passaggio di persone, tende a ruotare su se stesso, immagine questa che vuole descrivere in modo compatto la miriade di cambiamenti propri della vita). Al di là di tale realizzazione non c'è nient'altro”. Per afferrare nella sua interezza il vasto significato di queste righe, è utile comprendere pienamente il valore di alcune espressioni usate da Omori Sogen, ed in particolare: realizzare, Vero Corpo dell'Uomo, dualismo.

Il verbo *realizzare* corrisponde ovviamente a *rendere reale* (dal latino *res* che in italiano è tradotto con *cosa*, *ente concreto*), e dunque descrive il passaggio da uno stato di possibilità ad un fatto concreto per cui ciò che era virtuale diventa attuale (come realizzare il progetto di una vacanza). Però, la realizzazione a cui si riferisce

l'autore del libro (e che per la precisione sarebbe forse opportuno scrivere con l'iniziale maiuscola, Realizzazione) è una sola, ma talmente importante e nobile che vale la pena di dedicare ad essa l'intera vita: diventare Vero Corpo dell'Uomo (e non: ricchi, belli, ammirevoli ed ammirati, colti, potenti e quant'altro mai di desiderabile all'umano livello).

Ma che significa: realizzare che il *Vero Corpo dell'Uomo* è l'intero universo?

Ci soccorre tutta la tradizione orientale ed occidentale (quest'ultima fino alla rivoluzione francese), secondo cui l'uomo e l'universo sono simili a due specchi che si riflettono l'uno nell'altro, da cui l'adagio: l'universo è un grande uomo, e l'uomo è un piccolo universo. Da questo punto di vista, si può dire che l'universo e l'uomo sono due forme dello Spirito (Dio, Sé), tra loro complementari. Questo senso globale della natura umana dimora nell'uomo ordinario in modo virtuale; diviene invece attuale presso colui che ha realizzato effettivamente tutte le potenzialità dell'essere umano, al quale perciò si applica l'appellativo di *Uomo Universale* (secondo la terminologia tradizionale dell'Islam): questo uomo conserva infatti la forma esteriore della sua individualità umana (che è ora il *Vero Corpo dell'Uomo*), ma gli appartengono interiormente tutti gli stati dell'esistenza, in quanto la sua realtà interiore s'identifica con la totalità dell'universo. Questa visione riecheggia anche in uno scritto di Nietzsche: 'Finché sentirai le stelle [solo] come qualcosa al di sopra di te, ti mancherà sempre lo sguardo del veggente'; e cioè, le stelle dentro di noi, il mondo del sacro.

Una tale realizzazione è possibile in quanto, secondo il modo classico di vedere, ogni singolo uomo non è una entità circoscritta ed autosufficiente (del tipo di quel che in fisica vien detto un 'sistema chiuso'), bensì una modificazione transitoria e contingente dello Spirito, col quale è dunque collegato. Pertanto, a meno di non considerarlo solo nella sua modalità corporea (come si tende a fare oggi), l'essere umano può estendersi a tutta la molteplicità degli stati dell'essere (a tutto l'universo), rendendo così perfetta e completa la

realizzazione dell'essere totale a partire dall'esistenza individuale che gli è propria. Questa visione vale per ogni mente orientata al mondo spirituale, ieri come oggi, indipendentemente dalla tradizione a cui l'essere umano appartiene. Basti qui ricordare alcune celebri frasi, che descrivono questa medesima realtà, ma con differenti linguaggi: 'Chi vuol giungere a Dio deve diventare Dio', afferma Angelo Silesius, colui che nel Seicento mise in versi l'insegnamento di Eckhart. Oppure nel mondo indù: 'Colui che sa di essere il *Brahman*, diviene questo universo'; o anche: 'Tu sei Quello'. Ma perché appaia lo Spirito eterno o, in altre parole, venga realizzato il Vero Corpo dell'Uomo, è necessario che scompaia l'io individuale. 'Non sono più io che vivo; è Cristo che vive in me', ricorda san Paolo. Perché c'è questa necessità?



Angelus Silesius

Quando ci aggrappiamo al nostro piccolo io -inteso come una realtà dissociata ed indipendente dal resto dell'universo (un 'sistema chiuso', appunto)- cessiamo di renderci conto della differenza che corre tra il nostro stato naturale (cioè spontaneo o, come è qualificato nella tradizione biblica, paradisiaco) e lo stato fittizio e falsamente autonomo che ci attribuiamo e col quale ci identifichiamo. In altre parole, cessiamo di immedesimarci con il nostro vero essere —che è pieno, completo, indistruttibile— e ci identifichiamo con ciò che crediamo di essere (il Tal dei Tali): un'illusione alla quale attribuiamo una realtà, mentre quel che chiamiamo io non è altro che la somma di accidenti fisici e mentali (bellezza o bruttezza del corpo; salute o malattia; stato sociale, eccetera). Come conseguenza, si perde la capacità di scorgere anche la vera natura delle cose e finiamo per identificarle con ciò che crediamo —ci illudiamo— che siano.

In Europa (ma anche negli Stati Uniti, Australia) c'è chi, avendo un po' di pratica meditativa e contatto solo

razionale con termini come: impermanenza ed illusione, tende a considerare tutto quel che accade come un fatto illusorio e dunque trascurabile. Marpa (1012 – 1097), il maestro del grande tibetano Milarepa (1040 – 1123), chiarisce che il mondo che ci circonda con tutta la sofferenza che accoglie (... 'ad ogni giorno basta la sua sofferenza', riporta Matteo l'evangelista) non è un'illusione in sé: l'illusione è nel nostro sguardo offuscato dalla falsa centralità dell'io individuale, e non nella realtà del mondo. 'L'occhio è lume del corpo, afferma Matteo l'evangelista. Se l'occhio tuo è sano, tutto il tuo corpo sarà illuminato. Ma se l'occhio tuo è guasto, tutta la tua persona sarà nelle tenebre'. Per ritrovare la capacità originaria di vedere la realtà delle cose senza distorsione alcuna, è necessario perciò rimuovere il velo costituito dal proprio io. Ma come può avvenire in concreto la scomparsa dell'io (oltre che con la morte corporale, ovviamente)? Con la conoscenza; infatti: 'Per mezzo del Sé si ottiene lo stato umano, per mezzo della conoscenza si ottiene l'immortalità' ci ricordano le *Upanishad*, immortalità che 'nessuno può raggiungere (solo) per mezzo di opere o di sacrifici'. Qui ovviamente non si tratta della conoscenza razionale, per cui si ha un soggetto che conosce ben distinto da un oggetto che è conosciuto (cioè un tipo di conoscenza fondata sul dualismo).

La vera conoscenza (specialmente del mondo spirituale) si raggiunge solo con l'identificazione del soggetto con l'oggetto o, il che è lo stesso, l'assimilazione dell'oggetto da parte del soggetto. Essendo perciò la vera conoscenza un'identificazione, è evidente che l'essere umano individuale come tale non può conoscere ciò che oltrepassa il suo dominio individuale: se ciò è possibile, lo è in quanto, pur essendo individuo umano (costituito da corpo e psiche), è in pari tempo anche altra cosa (Spirito o Intelletto).

La conoscenza del mondo spirituale (si badi bene, non del mondo psicologico) è con ogni evidenza in se stessa inesprimibile e dunque incomunicabile, ogni espressione —manifestata col linguaggio parlato quotidianamente— essendo individuale (nel senso che deve avere la forma specifica del linguaggio; lo Spirito invece non ha forma) e per tal motivo inadeguata a questa conoscenza: si può conoscere il mondo spirituale solo con l'esperienza diretta (e, in modo molto sfocato, con l'ausilio debolissimo di un linguaggio simbolico). Dopo la frase riportata all'inizio di questa presentazione, Omori Sogen fa alcune altre considerazioni e poi conclude: "Lo zen senza l'esperienza fisica che lo deve accompagnare non è altro che vuote chiacchiere. Tutte le vie marziali senza un veritiera realizzazione della Mente Universale (cioè del *Vero Corpo dell'Uomo*) in

altro non consistono se non in comportamenti bestiali. Dare il proprio assenso alla visione sopracitata è l'essenza della pratica dello zen".

Prima di procedere oltre nella lettura del testo, vale forse la pena di spendere qualche parola per chiarire un aspetto centrale di questa frase di Omori Sogen, citando per esteso un breve racconto del persiano Sohrawardi (XII secolo), che descrive un percorso spirituale analogo (o, forse, sovrapponibile) a quello offerto dallo zen e ne permette – nell'opinione di chi scrive queste note – una comprensione più profonda.

“Un giorno le farfalle decisero di capire la natura del fuoco. La prima si avvicinò ad una fiamma e tornò raccontando che cosa aveva sentito. Ma la farfalla più vecchia disse: ‘Lei non sa cosa sia davvero il fuoco’. Allora un'altra farfalla si avvicinò ancor di più alla fiamma e poi tornò dicendo quel che aveva provato. Ma ancora una volta la farfalla più vecchia commentò: ‘Nemmeno lei conosce la natura del fuoco’. Una terza farfalla si avvicinò allora alla fiamma, tanto da perdersi gioiosamente in essa. Allora la farfalla più vecchia disse: ‘Lei, sì, ha conosciuto la realtà del fuoco’ “. La vera esperienza del conoscere si ha – come nel caso della farfalla che diventa fuoco – con l'identità di soggetto ed oggetto (cioè, con la sparizione di ogni dualismo). Una vera conoscenza dello Spirito, che per essere ‘sperimentale’ deve passare attraverso la corporeità (l'incarnazione di Cristo – per i credenti – dovrebbe aver abbattuto discriminazioni tra natura e sovrannatura), sfocia di necessità nell'estinzione dell'io individuale (la cosiddetta morte (delle potenze) dell'anima o psiche). Ogni io individuale è in realtà un ‘noi’: ciascun essere umano è infatti un composto di molteplici funzioni (o, come si diceva nel medioevo, di potenze) ed è lo Spirito o Sé che opera in ognuno di questi numerosi io (vista, udito, pensiero e via via enumerando) nei quali è suddiviso.

Al momento della morte dell'organismo, tutte le potenze dell'individuo – tutte quelle che costituiscono quell'essere umano che nel linguaggio quotidiano viene indicato con ‘noi stessi’ – tornano a riunirsi nello Spirito; e ‘noi’ sopravviveremo a questo passaggio – verso l'immortalità ricordata più sopra, citando le *Upanishad* – soltanto se la nostra coscienza (da non confondersi con le facoltà di percezione, di cui nulla sopravvive a questa transizione) è passata nello Spirito e non è più in ‘noi stessi’. Tant'è che nel mondo indù è detto: ‘Non vi è coscienza dopo la morte (del corpo o, per i viventi, dell'anima (secondo l'accenno fatto sopra))’ nel senso in cui la coscienza implica un dualismo, cioè la conoscenza di qualcosa di separato dalla coscienza stessa. Un'affermazione questa della quale ci sono molte eco nel mondo occidentale e con il medesimo significato:

l'Ecclesiaste, ad esempio, secondo il quale: ‘I morti non fanno nulla’; o Eckhart, il quale afferma che: ‘...l'uomo davvero povero di spirito [cioè morto a sé stesso] deve vivere in modo da non sapere neanche che vive...’. E dunque, essendo stato molteplice (ad esempio, nelle numerose potenze che costituiscono ogni ‘noi’), lo Spirito ridiventa uno. Ugualmente la Realizzazione, vista dalla nostra situazione attuale – quella appunto della molteplicità del ‘noi’ –, consiste nel riunire ciò che era smembrato: nel costruire un Sé altro ed unitario che sarà il nostro Sé quando l'io non ci sarà più. Questa unificazione è ad un tempo morte (dell'io) e rinascita (nel Sé).



Omori Sogen

In questa cornice concettuale, faticosamente costruita e forse troppo pesante, si inseriscono gli insegnamenti riportati nel libro di Omori Sogen, che è diviso in sette capitoli: i primi cinque trattano la dimensione fisica, quella mentale e quella spirituale dello zen (secondo l'insegnamento del ramo Rinzai), mentre i rimanenti due riportano i commenti dell'autore a due importanti testi buddhisti tradizionali: lo *Zazen Wasan* (Un canto di zazen, scritto da colui che rivitalizzò e ridiede slancio in Giappone alla scuola Rinzai, il maestro Hakuin Ekaku (1686 – 1769)); e *I dieci dipinti del bue*, un antico testo illustrato della tradizione cinese, in cui ciascuna figura è accompagnata da una poesia che ne spiega il contenuto.

Il primo capitolo – *Perché fare zazen* – si presenta come una brevissima introduzione al secondo, il cui titolo – *Lo scopo dello zazen* – esprime con altre parole il medesimo concetto. Il tema centrale è che la realtà della vita (cioè, una visione senza veli dell'esistenza) può essere raggiunta con la meditazione praticata stando seduti (ovvero facendo zazen): “za (sedendo) sta a significare che non bisogna favorire il grigio trastullarsi con immagini mentali (oltre quelle che spontaneamente si producono nella mente), attardandosi poi a seguirle in tutti i loro ghiribizzi (un modo questo per combattere

ogni conoscenza di tipo dualistico); e poi, *zen* (meditazione) che vuol dire vedere la propria natura originaria, cosicché la mente non diventi confusa”.



Kanji di Zazen (Daigaku Rumme)

Nell'altra grande scuola zen (oltre alla Rinzai, cui appartiene Omori Sogen), quella del ramo Soto, per descrivere quanto detto più sopra si usa il termine *shikantaza* (che vale: non altro che star seduti in modo corretto) per indicare che durante il periodo di meditazione seduti non si può lasciare la mente girovagare distratta. In particolare, *shikan* vuole significare che colui che è seduto deve avere la mente totalmente unificata col proprio corpo, la cui postura pertanto non può che apparire maestosa, poiché –così si afferma- la mente del praticante è tutta raccolta in se stessa. Tant'è che molti principianti, benché seduti secondo i modi prescritti, non praticano in verità lo zazen in quanto la loro mente è dispersa dietro ogni fuggevole immagine che l'attraversa. Infatti, “a meno che la mente non sia allo stesso tempo concentrata ed unificata con vigorosa energia, non si può affermare di stare praticando lo zen; non ha alcuna importanza il tempo, anche lungo, che si trascorre seduti con le gambe incrociate”. E se è pur vero che si può praticare lo zen anche senza stare seduti (infatti, “zen è parlare, rimanere in silenzio, muoversi, stare fermi”), tuttavia è oltremodo difficile; e dunque per i principianti non c'è scelta: devono senz'altro praticare stando seduti. Ma si sta operando con verità –o, meglio, meditando- solo quando sparisce ogni attaccamento del corpo e della mente. “Quando capita di pensare ‘sto praticando zazen’, ciò significa che lo zazen ed il proprio piccolo io sono ancora due entità ben separate”.

Ed ecco un buon riferimento proposto dall'autore a chi si dedica anche ad un'arte marziale.

Nella tradizione della scuola di spada Mugai (fondata nel 1695 da Tsuji Gettan Sukemochi) c'è questo breve insegnamento orale: mente e mani diventano uno, proprio come il ricordarsi e il dimenticare allo stesso tempo. Tale detto si riferisce all'esperienza in cui la mente dimentica le mani e le mani dimenticano la mente: in uno stato come questo, mani e mente agiscono del tutto

all'unisono. Per esempio, “quando si affronta un nemico, nel momento in cui si pensa ‘ecco devo attaccare’, le mani devono essere già in movimento per tagliare; non si deve trovare –tra pensiero ed azione- un intervallo neanche per inserire un capello”. In altre parole, mentre si abbatte la spada sul nemico, la mente si muove simultaneamente proprio per decidere quell'azione. Questo stato in cui l'io (la mente individuale) e la spada formano un'unità è quel che si dice ‘mente e mani diventano uno’.

Questo punto non è facile da afferrare da menti del tutto moderne, non più abituate a curare l'attenzione a quel che si sta facendo; può però soccorrere questa frase di Simone Weil: “L'attenzione estrema somiglia ad un'incoscienza..., tant'è che quando si fa moltissima attenzione ad una cosa non si ha tempo di saperlo...”. Il medesimo insegnamento della scuola Mugai si applica quando si sta seduti per praticare realmente e con verità lo zen (vale a dire, senza avere la mente dispersa in fantasticherie). “Questo è il vero Star Seduti: si pone la propria esistenza in modo totale tra Cielo e Terra, non essendoci alcun Sé al di fuori dello star seduti ed alcuno star seduti al di fuori del Sé”.

Nel terzo capitolo –*Come star seduti durante la meditazione zen*- vengono descritti con precisione (qualche volta fin nei dettagli) i vari procedimenti con cui raggiungere la posizione migliore del corpo, i modi che permettono di regolare il respiro, i metodi concreti che favoriscono il corretto comportamento della mente (tra i quali –di importanza non trascurabile- è come giungere alla veritiera percezione della realtà contando la frequenza degli atti respiratori o *susoku-kan*). Questi tre aspetti dello zazen –postura, regolazione del respiro, controllo del girovagare della mente- descritti dall'autore separatamente per ragioni didattiche, devono ovviamente essere armonizzati tra loro; o, meglio, “quando questi tre metodi sono messi in pratica contemporaneamente come se fossero uno solo, allora è possibile stare in zazen in modo perfetto, avendo allo stesso tempo stabilità e quiete sia del corpo che della mente”.

Da un punto di vista logico, si potrebbe dire che il corpo e la mente devono essere unificati mediante la respirazione; “ma ognuno di questi aspetti della realtà umana è inseparabilmente correlato agli altri due: se il corpo ha una postura corretta, pure la mente ed il respiro si comporteranno in modo irreprensibile; tant'è che non vale neanche la pena di correggere la condotta della mente o del respiro, se la postura è trascurata”. L'abitudine ad una postura ricolma di attenta vigilanza costituisce il fondamento anche per un'azione spontanea al momento giusto.

E' forse opportuno aggiungere un breve commento sulla spontaneità che si libera col praticare lo zazen. E' infatti doveroso distinguere il tipo sbagliato di spontaneità (che consiste nell'arrendersi alle passioni che distorcono la chiara comprensione della situazione) dal tipo corretto di reattività fondato sulla quiete impersonale, che compare quando la visione interiore è massimamente lucida (come quella che si ottiene con la pratica seria dello zazen). Sta proprio in questo la netta differenza tra la spontaneità che propone lo zen e quella indicata dal Romanticismo europeo, il quale valuta positivamente le passioni in relazione alla loro intensità, nonostante che esse impongano una profonda deformazione alla realtà.

Per far meglio comprendere l'importanza della postura durante lo zazen e la stretta correlazione tra postura e spontaneità, Omori Sogen propone questo esempio: "Quando un gatto si accinge ad afferrare un topo, o quando un ragno sta per saltare su una preda impigliata nella sua ragnatela, ambedue gli animali assumono –senza volerlo- una postura di estrema attenzione che permette loro di afferrare -senza fallire- l'oggetto della loro caccia". Una meditazione profonda deve dunque essere colma di energia spirituale e di vita. Chi scrive ricorda che questo medesimo racconto lo si ritrova anche nella tradizione islamica: un giorno il grande *sufi* Abu Bakr ash-Shibli (861 – 946) sorprese il suo maestro immobile come una montagna, mentre era immerso nella meditazione; pieno di ammirazione gli chiese: "Da chi hai appreso questa straordinaria immobilità?" "Da un gatto che stava immobile davanti alla tana del topo" fu la risposta. Lo stesso atteggiamento vale per il *susoku-kan*: "Bisogna contare i propri respiri –uno, due, tre,...-con tutta l'energia che è in noi, come se si tentasse di perforare la terra. Se non si opera in questo modo, la mente non sarà mai trasportata a costituire un'armoniosa unità col respiro e col corpo". Se è ricolmo della percezione di avere l'opportunità di realizzare il Sé, il corpo di chi siede in zazen non è più soltanto quello puramente fisico, ma è già il Vero Corpo di quel dato individuo, che esprime in concreto anche la sua natura spirituale: "E' come se quel corpo fosse l'intero universo", dichiara Omori Sogen. Per illustrare affermazioni come quest'ultima, l'autore avanza, tra altri esempi, quello ben noto di Yamaoka Tesshu (1836 – 1888; maestro di spada della scuola Muto da lui fondata, maestro di calligrafia della scuola Jyuboku e maestro laico di zen) e dei topi che affollavano giorno e notte la povera casa che in gioventù occupava con la moglie. "Quando Tesshu cominciava la sua quotidiana seduta di zazen, tutti i topi che fino a quel momento si vedevano scorrazzare in ogni direzione

sparivano senza lasciar traccia. La moglie, meravigliata per questo comportamento dei topi, ne chiese spiegazione al marito, il quale scoppiò in una risata ed aggiunse: "Dunque il mio zazen funziona ottimamente come spauracchio per i topi". "Ritengo –commenta Omori Sogen- che Tesshu dovesse essere seduto in zazen con il medesimo spirito vigoroso con cui avrebbe affrontato con la spada un nemico".



Yamaoka Tesshu

Nell'introduzione al libro che si sta presentando, Trevor Leggett (autore di una trentina di opere su dottrine orientali e primo straniero ad ottenere il sesto dan di judo dal Kodokan di Tokyo) fa un'acuta osservazione su questo racconto, rispondendo ad una domanda che si è posta da solo: "Perché Omori Sogen menziona un tale episodio, visto che non corrisponde allo scopo dello zen ottenere poteri straordinari?"

Ed ecco la replica: "A coloro che praticano lo zazen con dedizione può capitare di fare qualche esperienza rimarchevole come effetto collaterale della loro pratica. Se nessuno li ha mai edotti circa questi possibili accadimenti, costoro possono entusiasmarsi quando capitano ed abbattersi quando spariscono. Ma se vengono correttamente informati che possono accadere effetti non comuni né cercati mentre si sta in zazen, allora costoro potranno non rimanere turbati".

Anche il quarto capitolo -*Dove porre l'attenzione durante la meditazione*- è di grande interesse. Innanzitutto, vi sono elencate alcune motivazioni sbagliate che spesso spingono a sedersi in zazen come: rendere quieta la propria mente; rimanere con la mente vuota d'ogni pensiero; fuggire dal mondo che distrae;

mantenere uno stato di buona salute; [ottenere poteri straordinari]; concentrarsi su *koan* (letteralmente ‘archivio di casi pubblici’) con l’atteggiamento mentale di chi risolve indovinelli. Quando queste svianti sollecitazioni sono state rimosse, allora ci si sentirà orientati verso la giusta direzione dello *zazen*: cioè, verso ciò che gli antichi maestri di zen indicavano con le parole: ‘nessun guadagno e nessun merito’, vale a dire verso il risveglio alla propria essenza così da esprimere la vera natura anche nella vita quotidiana. A parole tutto questo sembra facile, ma –come è noto– non è affatto così. Infatti, “gli errori nelle nostre opinioni possono essere rimossi con facilità, semplicemente modificando con ragionamenti razionali il modo di pensare; mentre gli errori nel nostro modo di sentire e nelle abitudini legate alle emozioni non possono essere eliminati agevolmente”. Questa dimensione umana infatti può essere modificata solo oltrepassando l’illusione causata dal proprio io. E’ dunque del tutto inutile praticare uno *zazen* ‘morto’, ovvero star seduti senza avere la mente concentrata.



Il kanji di zen (Gianna Alice)

Un buon esercizio per renderlo vivo consiste nel riempire il basso addome (*hara*) di energia: è questo un metodo rimarchevole per entrare in *samadhi*, cioè per ‘vedere’ la propria vera natura. Si tratta ovviamente di energia mentale (la cui sorgente si trova appunto nello *hara*) e non di energia fisica, come quella che potrebbe essere ottenuta contraendo i muscoli dell’addome (una modalità che all’inizio della pratica può risultare molto utile). Ed ecco come l’autore approfondisce quest’argomento, facendo riferimento alla famosa scuola di spada Yagyū:

“Yagyū Toshinaga (un caposcuola dello stile Yagyū Shinkage di iaido, vissuto nel ventesimo secolo) insegnava che è di particolare importanza concentrare l’energia mentale –e dunque la potenza– con cui opera un vero uomo di spada– sia nella parte anteriore del corpo attorno all’ombelico che in quella posteriore nell’area pelvica (cioè nel *koshi*), ogni volta che ci si mette in guardia. In altre parole, egli invitava a riempire di energia mentale l’intero corpo”, a partire dalla parte inferiore dell’addome.

E per avvalorare questo insegnamento, Omori Sogen cita anche un testo zen: “L’energia dello *hara* da sola non è sufficiente; ugualmente, non è bastante da sola l’energia del *koshi*. Bisogna bilanciare la potenza dei due centri di energia e mantenere l’equilibrio del corpo in posizione seduta, portando il centro di massa che si trova nel basso addome in linea con il centro della base triangolare su cui poggia il corpo del praticante (costituita dalle due ginocchia e dal perineo)”.

Il significato di questi insegnamenti (dati da maestri di *zazen* e da maestri di spada) è così riassunto dall’autore e come tale offerto ai praticanti di *zazen*: “espandere la regione del corpo che va dal coccige alla zona anteriore dell’addome al di sotto dell’ombelico, spingendo in avanti il basso addome e contraendo allo stesso tempo i muscoli dall’ano”.

Le citazioni sopracitate, tratte da questo quarto capitolo, possono far sorgere in qualche lettore interrogativi su almeno due termini dati senza alcuna spiegazione: sul *samadhi* (che può tradursi con: raccoglimento meditativo; sintesi estatica, in cui il Sé ritrova la sua condizione primordiale, paragonata nelle *Upanishad* a quella di un uomo ed una donna teneramente abbracciati), e sulla differenza tra energia mentale (in qualche caso chiamata nel testo energia spirituale) e forza fisica. Circa quest’ultimo punto, l’autore confessa che non ha una risposta semplice e diretta, che possa essere espressa a parole: “Tutto quello che si può dire è che praticando lo *zazen* per un lungo periodo di tempo (fino a diventare abbastanza esperti), apparirà all’improvviso la differenza”.

Per quanto riguarda il *samadhi*, l’autore fornisce precisi chiarimenti distinguendolo nettamente dall’attaccamento. “Alcune persone sono talmente assorbite nel guardare le corse dei cavalli (o di biciclette o di automobili) da dimenticare il tempo che passa e da avere non più coscienza neppure della fame, a motivo del loro attaccamento a questi spettacoli”. E prosegue citando un dialogo tra un filosofo cinese del sedicesimo secolo ed un suo allievo, dialogo teso proprio a distinguere il *samadhi* dall’attaccamento: “Se siamo

居合道

La via della spada

Via della spada è un percorso che conduce alla vittoria o alla sconfitta, in essa non possono esservi altro che opposizioni e dicotomie del tipo: l'individuo e chi gli si oppone; chi vince e chi perde; vita e morte; e così proseguendo. Infatti, finché osteggiamo e contrastiamo gli altri, non è possibile sperare di trovare la pace (interiore) e vivere in serenità, anche se la nostra vita fosse molto lunga: non resterebbe che continuare a vivere nell'insicurezza e nell'agitazione. Gli uomini di spada del passato –col *kokoro* (e cioè, con la mente, col cuore e con lo spirito)– si sono dati grandissima pena per trascendere la distinzione dualistica della realtà e per

vivere nella sicurezza di una pace assoluta". Questa affermazione ovviamente non vale solo per la Via della spada, ma è pur sempre vera per ogni attività della vita quotidiana. In quel che segue però –per scelta arbitraria di chi scrive, che preferisce orientare questa presentazione verso l'interesse di chi è dedicato alle arti marziali– verranno riferiti solo gli avvenimenti che riguardano la vita di Yamaoka Tesshu, così come li riporta Omori Sogen.

Com'è noto Tesshu maneggiava la spada con tale intenso ardore che la sua arma era detta 'la spada del demonio'. Omori Sogen così commenta: "Il mio maestro di spada, Yamada Ittokusai, una volta mi disse: 'Nei suoi ultimi anni di vita, Tesshu era diventato lento nell'usare la spada', probabilmente per l'avanzare dell'età. Mi domandai se in quelle condizioni fisiche Tesshu avesse sempre resistito alla tentazione di rivaleggiare con l'avversario del momento, quando lo affrontava in combattimento nel suo *dojo*. Ritengo in ogni caso che, quando raggiunse i quarantanove anni, Tesshu fosse completamente libero da ogni pensiero dualistico e che pertanto fosse pervenuto all'ultimo gradino accessibile ai praticanti dell'arte della spada, che è detto *ainuke*". Si dice che, per la gran parte degli esseri umani, la liberazione dai desideri fisici e psicologici giunge verso gli ottanta-novanta anni. Sembra invece che Tesshu abbia ottenuto la maturità piena –nel senso di essere

andato al di là della sua individualità– molto prima (verso i cinquant'anni) quando era ancora nello splendore dell'età virile. Lo spegnimento di ogni desiderio è visto da sempre come il fine supremo per spalancare l'accesso alla salvezza (ovvero, all'immortalità), e non solo nel buddismo, ma anche nella spiritualità occidentale: 'La causa della morte è il desiderio' viene ripetuto dall'ermetismo (dottrina, la cui sistematizzazione è fatta risalire al III secolo prima di Cristo); una visione ribadita anche da persone come Cicerone: 'Nessun uomo può essere considerato un saggio, se ignora l'inizio della conoscenza, cioè la fine del desiderio...'. Un allievo di Tesshu, Chiba Ritsuzo, pensando di doversi liberare dalle passioni al fine di concentrarsi sull'auto-disciplina, un giorno si alleggerì di questa sua preoccupazione parlandone direttamente col maestro, il quale gli diede la seguente risposta: 'Che magnifica idea! Sono proprio la passioni a produrre la dualità di vita e morte. A meno che non riesca a liberarti dalle passioni, non raggiungerai mai l'illuminazione, per quanto duramente tu possa praticare lo zen. Bene, ma come pensi di affrancarti da queste tue afflizioni? Chiba prontamente replicò: 'Penso di liberarmene tenendo a distanza le donne o, meglio, cercando di evitare qualsiasi contatto con loro'.

'Questo però non significa liberarsi dalle passioni, disse Tesshu, ma semplicemente reprimerle; non è altro che porre una copertura sopra cose non desiderabili'. E poi continuò: 'Se vuoi veramente liberarti dalle passioni, sii strenuo nella tua volontà e salta dentro le onde burrascose delle tue passioni guardando attraverso la loro sostanza'....Anni dopo, Tesshu così ricordava agli amici i suoi sforzi: "Ho messo tutto il mio impegno per risolvere questo problema. Da quando ho compiuto trent'anni non ho più subito la fortissima attrazione del fascino femminile, anche se la consapevolezza del dualismo tra uomo e donna mi ha tormentato fino ai quarant'anni, e cioè fino a quando sono riuscito a trovare il significato profondo di queste parole: 'Quando le punte di due spade sono incrociate, non c'è più necessità di stare in guardia...'. Fu allora che divenni uno con tutte le cose dovunque mi trovassi. Anche allora però rimaneva in me qualche sbiadita traccia dell'abituale pensiero del dualismo, dal quale mi potetti sbarazzare, all'età di quarantanove anni, guardando casualmente nel mio giardino un fiore che stava sbocciando". Così Tesshu è riuscito a vincere ogni dualismo. Ed ecco una dimostrazione di questo stato spirituale: "In un giorno di primavera, gli allievi di Tesshu stavano riuniti a mangiare per festeggiare l'inaugurazione di un seminario di spada. Un allievo si fece avanti per

avere un colloquio col maestro. Non appena però ebbe appoggiato a terra le mani per rivolgere il suo rispettoso saluto, l'allievo vomitò. Tesshu si alzò immediatamente e, dopo aver allontanato coloro che ebbe ad incontrare sul suo cammino, mangiò fino in fondo tutto quel che era stato vomitato. Un altro allievo tentò di opporsi, dicendo: 'Ma che sta facendo!'. Col volto sereno Tesshu rispose: 'Ho solo messo in pratica un modo di unificare purezza ed impurità'. Questa perfetta libertà, raggiunta da Tesshu -da ogni avversione e da ogni attrazione (da ogni passione)- non appartiene al mondo delle vane chiacchiere, ma alla vita, una distinzione ben sottolineata da quest'ultimo racconto: "Un allievo che da tempo seguiva Tesshu nell'insegnamento dello zen, un giorno chiese al maestro di ascoltare da lui una conferenza su un importante testo della loro scuola, il *Rinzai Roku*. Tesshu declinò la richiesta: "per questo devi rivolgerti a Kosen, il sacerdote di Kamakura". 'Ho già ascoltato la sua conferenza, ma ora vorrei sentire la tua giacché sono venuto a sapere che il maestro zen Tekisui ha di recente riconosciuto pubblicamente che sei giunto all'illuminazione' rispose l'allievo insistendo nella sua richiesta. "D'accordo, allora; avrai la mia conferenza" proseguì Tesshu alzandosi improvvisamente in piedi ed invitando l'allievo nel *dojo*. Dopo un incontro con lo *shinai*, ambedue tornarono nella stanza dove era iniziata la conversazione. Il maestro chiese allora all'allievo: 'T'è piaciuta la mia conferenza sul *Rinzai Roku*?'. Vedendo l'imbarazzo dell'allievo, Tesshu proseguì: 'Ti ho mostrato una conferenza sul *Rinzai Roku* con la spada, poiché io sono un uomo d'arme. La Via della spada è il mio campo professionale. Sono un guerriero. E' per questo che non seguo la Via del sacerdozio. L'imitazione è sempre una falsità, per quanto possa assumere un aspetto gradevole.... Circa lo zen, se si tratta di quello 'morto' è senz'altro un oggetto amabile ma inutile. So che hai praticato lo zen per anni; e mi dispiace di aver verificato che prendi il *Rinzai Roku* per una banale raccolta di parole".

Come già detto, il sesto capitolo consegna al lettore un testo in versi di Hakuin, mirato a spiegare l'essenza dello *zazen*, ed accompagnato da commenti di Omori Sogen e da citazioni prese da scritti antichi a chiarimento del poemetto stesso. In quel che segue, si riportano solo alcuni versi ed un breve commento, per illustrare la struttura del capitolo e per far assaporare il magistero offerto dallo *Zazen Wasan*. Ed ecco la prima strofa:

Tutti gli esseri [viventi] sono nella loro
essenza Buddha

Come acqua e ghiaccio

Non c'è ghiaccio separato

dall'acqua

Non ci sono Buddha separati
dagli esseri [viventi],

strofa che il maestro cinese Yoka Gengaku (665 - 713) così commenta: 'La natura reale dello stato non illuminato (ghiaccio) è precisamente la natura del Buddha (acqua); il corpo vuoto di ogni illusione (ghiaccio) è null'altro che Dharma (acqua)'. "Il maestro Gengaku -spiega Omori Sogen- vuole chiarire che non c'è natura del Buddha al di fuori dei nostri corpi afferrati dai desideri e dalle illusioni. E dunque, non ci sono veri Sé in un qualche dove, se non nei nostri corpi vuoti [del piccolo io]".

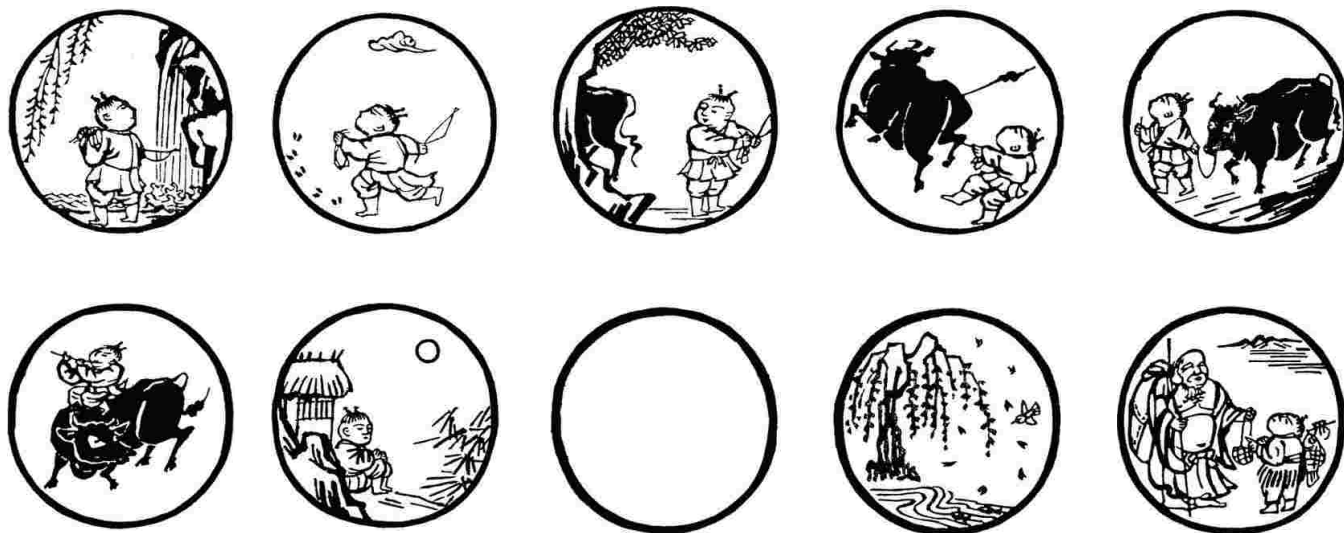
Nel settimo ed ultimo capitolo, infine, si trova la serie delle dieci illustrazioni che distinguono i vari stadi dell'evoluzione spirituale del discepolo fino all'illuminazione, e delle dieci poesie che le accompagnano.

Si tratta di immagini molto semplici, che rappresentano un contadino (il discepolo) che va alla ricerca del bue (la verità); dopo averne rinvenuto le tracce ed averlo inseguito, il contadino lo cattura e lo doma. Ritrovata la sua natura autentica (il bue o natura del Buddha) -smarrita nelle terre dell'inconsapevolezza- il contadino riposa davanti alla sua capanna. Segue poi il ritorno alle origini, simboleggiato dalla rappresentazione della natura senza il contadino (vale a dire, cose osservate e osservatore coincidono), ed infine il contadino è ritratto a piedi nudi nel mercato, dove partecipa alle vicende del mondo con occhi e cuore consapevoli. Qui non si vuole aggiungere altro, perché chi è interessato a questa aurea raccolta (di figure e di brevi commenti) della tradizione buddhista può trovarla anche in lingua italiana in varie edizioni (*Le dieci figure dell'uomo col bue*, in: D T Suzuki, Saggi sul buddismo zen, vol I, Edizioni Mediterranee, 1981, pp. 342 - 362; *Alla ricerca del toro*, (a cura di Luigi Maggio), il melangolo, 1991; *I dieci dipinti del bue*, in: S Ueda, Zen e filosofia, L'Epos, 2006, pp. 291 - 311).

In questa presentazione sono stati riportati ampi stralci del libro di Omori Sogen, a beneficio di coloro che non possono o non intendono leggerlo nella lingua originale (o, più semplicemente, non vogliono acquistarlo). Chi scrive si augura di aver fornito in tal modo un quadro fedele dell'esposizione di precetti, consigli ed insegnamenti contenuti in un'opera che può essere di grande interesse per chi -anche senza praticare lo *zazen*- si dedica ad un'arte marziale. La gran parte dei richiami alle arti marziali, presenti nel libro, è stata riportata perché il lettore possa intravedere le arti marziali come

veritiere Vie spirituali. Ed anche se ‘le scritture non sono nulla più che carta straccia’ –come dichiara il maestro Rinzai- tuttavia i vari aneddoti raccontati e qui trascritti possono valere come convenienti stampelle per poter procedere verso la Realizzazione spirituale, ed una migliore comprensione delle arti marziali. La propensione di Omori Sogen a descrivere i comportamenti di uomini d’arme a sostegno degli insegnamenti zen deriva dal fatto che, fin dalla più giovane età, egli ha praticato con perseveranza non soltanto lo zen (della scuola Rinzai), ma anche l’arte della spada e quella della calligrafia. Coloro che non hanno la possibilità di accedere direttamente al libro, possono però accostarsi all’ammaestramento dell’autore anche nella lingua italiana. Infatti, Padre Kakichi Kadowaki, un gesuita giapponese che ha completato la sua educazione nello zen sotto Omori Sogen senza la necessità di abbandonare la sua fede cristiana, ha scritto un libro –*Invito alla meditazione. Sintesi fra cultura orientale ed occidentale*- la cui traduzione in italiano è uscita nel 1992 presso le Edizioni Paoline: in esso è esposta con chiarezza la gran parte dei precetti (sulla postura, sul respiro, sull’orientamento della mente) che si ritrovano nel testo qui presentato.

Riassumendo, è lecito affermare che questo libro fornisce un proficuo avviamento alla vita spirituale, spesso indicata come ‘interiorizzazione del mondo esterno’ ed ‘esteriorizzazione di quello interiore’. E’ un avviamento offerto a coloro che sono disposti a percorrere con fiducia una via lunghissima ed opposta alle opinioni che prevalgono in modo schiacciante al giorno d’oggi: ad essere cioè educati secondo la dottrina zen, l’educazione essendo un aspetto importante del processo con cui si esteriorizza il mondo interiore (basti ricordare l’etimologia della parola: *e-ducare*, cioè condurre fuori). Questo processo educativo è possibile, secondo il modo classico di vedere la natura umana, perché la conoscenza del divino è innata, ed è totalmente presente in noi, seppure in uno stato virtuale. Tale virtualità può essere resa concreta, cioè realizzata, e tale realizzazione è in genere (con l’eccezione dei santi) frutto di una educazione (del *training*, per usare il termine inglese presente nel titolo originale del libro). Tutto ciò corrisponde alla dottrina platonica del ricordo (*anamnesis*) che, in ultima analisi, è il ricordo dello Spirito: e questo, appunto perché ‘il regno dei cieli è dentro di ciascuno’. Per concludere, Omori Sogen ha scritto un libro veramente bello ed interessante.



Quelli che vedete sono i 10 ritratti del bue addomesticato di cui gli autori parlano nel loro articolo. Attribuiti al cinese Kaku-an, maestro di zen del 12° secolo, sono una illuminante e conosciutissima parabola la cui chiave di lettura è assai semplice: il bue rappresenta la realizzazione dell’ esistenza. Ecco dunque:

1: la ricerca del toro - 2: la scoperta delle impronte - 3: la vista del toro - 4: la cattura del toro - 5: la doma del toro - 6: il ritorno a casa - 7: il riposo - 8: il vuoto (e qui si fermavano le versioni antecedenti a questa di Kaku-an) - 9: l’arrivo alla fonte - 10: il cammino nel mondo

Jikishinkage ryu kenjutsu

Si riporta che il Jikishinkage ryu derivi dal Kage ryu, fondato e diffuso da Aisu Iko, e dalla scuola poi derivatane da Kamiizumi Ise no Kami Nobutsuna (conosciuta anche con i nomi di Hidetsuna o Koizumi) e chiamata Shinkage ryu. Non esistono tuttavia prove documentali, essendo l'arte trasmessa esclusivamente per trasmissione diretta e per via orale.

Le origini della scuola si fanno risalire a Matsumoto Bizen no Kami Naokatsu (1467-1524) fondatore della scuola Kashima shin ryu presso il tempio di Kashima, poco prima della sua morte. Fu il suo sesto successore, Yamada Ippusai Mitsunori, a rinominare la scuola Jikishinkage ryu, o anche Kashima Shinden Jikishinkage ryu.

Diffusasi largamente nel 1800, principalmente ad opera di Kenkichi Sasakibara che formò numerosi discepoli autorizzati a diffondere l'arte nella sua integrità, la scuola diede origine a numerose scuole locali. Al giorno d'oggi non è possibile distinguere una linea principale e non tutte queste scuole seguono il vasto programma integrale di cui ricordiamo fa parte anche il kata *hojo*. Tra i principali praticanti del Jikishinkage ryu si annovera anche Muso Gonnosuke, leggendario inventore del *jo* e fondatore del Muso Shinto ryu jojutsu. Diversi secoli dopo anche Sokaku Takeda, principale maestro di Morihei Ueshiba, fondatore dell'aikido, praticò Jikishinkage ryu per alcuni anni come *uchideshi* del già menzionato Kenkichi Sasakibara. Fu costretto ad interrompere lo studio del Jikishinkage alla morte improvvisa del fratello Sokatsu di cui dovette prendere il posto. Venne di conseguenza inviato dal maestro Chikanori Hoshina presso il tempio di Tsutsukowake, abbandonando però la vocazione dopo poche settimane per tentare di raggiungere le armate ribelli di Saigo Takamori, dalle cui idee era attratto.

Molte sono le caratteristiche esclusive del Jikishinkage ryu; la prima con cui si confrontano gli allievi è la

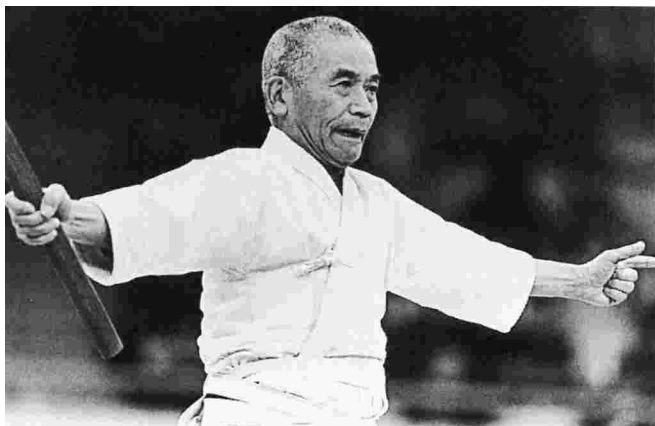
necessità di apprendere l'*unpo*, il caratteristico spostamento dei piedi.

Come in alcune altre scuole durante l'allenamento, svolto sotto forma di *kata* (forme fisse), è di consueto l'allievo anziano o l'insegnante stesso che svolge la parte di *uchidachi* o "spada che taglia" mentre l'apprendista ricopre il ruolo di *shidachi*, "spada che riceve". In questo modo il praticante avanzato è in grado di condizionare i movimenti di *shidachi*, decidendo i tempi e le intensità delle tecniche e fronteggiando nella pratica all'aperto il sole, mentre *shidachi* rimane simbolicamente e materialmente nell'ombra. Particolare attenzione viene dedicata al *kiai*, che la scuola cura particolarmente anche nelle fasi di immissione e circolo dell'aria – energia, non solo in quella di emissione.

Le fasi iniziali e finali di ogni *kata* comprendono movimenti chiamati *hanen*, divisi in movimenti superiori *kami hanen* ed inferiori *shimo hanen* (detti anche in alcune scuole *jo hanen* e *ge hanen*), in cui si incrociano le braccia per poi estenderle di lato, con la mano destra che impugna la spada verso l'alto e l'indice della mano sinistra che punta in basso. Secondo il maestro Hosokawa il *kamihanen* del Jikishinkage ryu pone l'uomo al centro del sistema formato dal cielo (in alto) e dalla terra (in basso) ed è quindi paragonabile alla tecnica di aikido chiamata *tenchinage*.

Il *kata hojo* è composto da 4 parti che sono, in ordine di esecuzione: Primavera (*haru no tachi*), Estate (*natsu no tachi*), Autunno (*aki no tachi*), Inverno (*fuyu no tachi*). E' anche conosciuto come il kata "delle 4 stagioni".

Il maestro Omori Sogen è stato fino alla sua morte, avvenuta nel 1994, il sedicesimo soke (caposcuola) della Daihonzan Chozen-ji del Jikishinkage ryu. Gli è succeduto il maestro Terayama Katsujo.



M° Omori Sogen
kamihanen/shimohanen



M° Omori Sogen
Esecuzione di un kata di habiki

Jikishinkageryu: Maestro Terayama Katsujo

Nel settembre del 1979 una delegazione guidata dal monaco zen Yamada Mumon (1900-1988) venne a Roma per essere ricevuta dal papa. Avrebbe dovuto far parte della delegazione anche il maestro Omori Sogen (1904-1994), ma motivi di salute glielo impedirono. Venne sostituito dal suo primo allievo, futuro successore alla guida della scuola Daihonzan Chozen-ji Jikishinkage ryu, il maestro Terayama Katsujo. Il 26 settembre il maestro Terayama, accompagnato dal maestro Banzai, eseguì i kata di hojo durante un embukai tenuto presso la Scuola Centrale dell'Aikikai in Roma, in via Eleniana 2, di fronte ad una folla strabocchevole che aveva riempito ogni angolo libero. L'embukai venne presentato ed illustrato da Luigi Mario,

monaco zen titolare del monastero rinzai di Scaramuccia (Orvieto), conosciuto nel mondo dello zen col nome di Engaku Taino. I rapporti tra Taino e l'Aikikai erano all'epoca frequenti: fu presso la Scuola Centrale che si appoggiò per qualche tempo la pratica dello zen, in attesa dell'apertura della prima sede nella vicina via Grandi e poi del monastero.

Al termine della manifestazione il maestro Banzai volle fare omaggio di una antica "lezione di budo", che si dice impartita da Kitii Hogan al principe Minamoto no Yoshitsune (XII secolo). Appariranno evidenti al praticante di Jikishinkage ryu, oltre agli alti significati morali, anche quelli legati alla pratica dei kata di hojo.



Esecuzione di un kata di habiki al Budokan di Tokyo nell'anno 1979, da parte dei maestri Omori Sogen (a sinistra) e Katsujo Terayama.



Terayama: Il maestro Terayama durante l'esecuzione del kata haru no tachi di hojo alla Scuola Centrale di Roma dell'Aikikai, settembre 1979.

Le foto di Omori Sogen sono tratte da: "Omori Sogen: Come praticare lo zen: istruzioni per un buon avvio"

Non siamo in grado di controllare da chi sia stata effettuata, circa 30 anni fa, la traduzione del documento, nè siamo in possesso dell'originale. Non possiamo quindi garantire l'assoluta congruenza della traduzione, che tuttavia riportiamo per dovere di cronaca e documentazione

武道訓 (今出川忠一法眼)
来則迎 去則送 對則和
一 九 十 二 八 十 五 五 十
以是可和 天下無不和矣
索虛實 識陰伏
大絶宇宙 細入微塵
治殺心機 变化從時
臨事莫動心矣

Se arriva tu lo ricevi, se va via lo accompagni, se ti confronta ti mostri conciliante.

Uno e nove fa dieci, (*) due e otto fa dieci, cinque e cinque fa dieci. Ecco i modi per mettersi d'accordo. Nulla c'è al mondo che non si possa conciliare.

Tu però devi saper distinguere il vero dal falso, e devi saper discernere quanto si nasconde nell'ombra.

Quando il tuo spirito si apre, pensa di abbracciare l'universo, ma non distogliere l'attenzione dalle piccole cose, anche minime come grani di polvere.

Sia in te la capacità e il potere di lasciar vivere o uccidere a seconda dei casi e del tuo apprezzamento.

Sia in te la capacità e il potere di cambiare punto di vista a seconda dei casi e del tuo apprezzamento.

Conserva calmo il tuo cuore, soprattutto di fronte a gravi incidenti imprevisti.

(*) Anche a questo concetto, oltre che alla data della morte del maestro Yamaoka Tesshu, fa riferimento il nome della scuola Ichikukai (Associazione dell'Uno e Nove, oppure Associazione del Diciannove).

- Nuove frontiere: il cinema giapponese -

Paolo Bottoni

L'avvento dei dvd ha colmato una lacuna tecnica del vecchio sistema video vhs, che ne aveva fortemente limitato l'utilizzo intensivo da parte delle case di produzione e distribuzione. Era infatti impossibile utilizzando il nastro magnetico realizzare grandi quantità di copie in tempi brevi e ogni tentativo di velocizzazione ne faceva ulteriormente scadere la qualità, già non soddisfacente in partenza, senza risolvere che in parte il problema della produzione di massa. Il dvd invece può essere riprodotto con un procedimento di stampaggio



Akira Kurosawa

laser, abbattendo i costi di produzione e permettendo sia le enormi tirature che quelle limitate per amatori.

E' così che sono arrivati sul mercato titoli che erano rimasti per decenni inediti, e per il cultore della cultura giapponese si è aperto un nuovo canale di accesso. Naturalmente è stata data la precedenza ai titoli ed agli autori più famosi, praticamente tutti i film di Kurosawa ad esempio sono disponibili da tempo, ma già fin d'ora sono reperibili anche numerose opere "minori" o di autori meno celebrati. Rimangono inspiegabili diverse lacune, è introvabile ad esempio salvo una rara edizione in vhs l'opera maestra di Kei Kumai, "Morte di un maestro del tè", che pure a suo tempo conquistò pubblico e critica. Ma in conclusione quello dei film d'epoca giapponesi è un nuovo portale di ingresso alla cultura giapponese che mi sento di consigliare vivamente e che sicuramente ha ancora molto da darci.

Ovviamente la precedenza va data alle opere del genere conosciuto in Giappone come *chambara* o *jidai geki* che tratta della lunga epopea del *samurai*: in termini pratici un periodo di circa 900 anni che va dall'XI al XIX secolo, ma con una forte concentrazione nel cosiddetto periodo di Edo, ossia il periodo dal XVII al XIX secolo in cui gli *shogun* Tokugawa, dopo la conquista del potere, trasportarono la capitale da Kyoto ad Edo (l'attuale Tokyo) da lì esercitando il potere. Storicamente dobbiamo distinguere tre distinte fasi all'interno di questa epoca. La lunga e sanguinosa guerra per la conquista dello shogunato, che vide protagonisti personaggi del calibro di Takeda Shingen e Uesugi Kenshin e poi i tre grandi pretendenti al ruolo

di *shogun*: in ordine cronologico Oda Nobunaga, Toyotomi Hideyoshi e Yeyasu Tokugawa che dopo la grande battaglia di Sekigahara (1600) assunse il potere. Seguirono circa 250 anni della cosiddetta *pax Tokugawa*, un periodo che seppur privo di guerre vere e proprie rimane torbido e denso di mutamenti e rivolgimenti. Al termine dell'epoca Tokugawa, insanguinò il Giappone un altro breve ma intenso periodo di guerre civili, quelle tra seguaci dello *shogun* e dell'imperatore prima, tra progressisti e conservatori poi, che continuò ancora per circa un decennio dopo la data, il 1868, che segna il termine dell'era Tokugawa e il passaggio all'era Meiji. Tutte queste ambientazioni sono quelle d'elezione degli artisti giapponesi, che ricostruiscono grandi avvenimenti storici o rappresentino le vicende personali di oscuri personaggi, non di rado ripresi dalla letteratura, tentando quasi sempre anche se con alterna fortuna una lettura simbolica degli avvenimenti che aiuti a trarne una morale trascendente, anche nelle opere più attente ai gusti del pubblico o più dichiaratamente commerciali. Permane un certo gusto giapponese nel lasciare un poco in ombra, tra le righe, il "messaggio", nel richiedere al fruitore una certa attenzione nel trovarlo e decifrarlo. Sarà bene fare un esempio. In *Joiuchi* (Rebellion) il finale rimane ambiguo: mentre l'estremo tentativo di rivendicare il proprio onore e le proprie ragioni di fronte alle autorità sembra tragicamente fallito, una giovane balia fino allora sballottata qua e là da eventi troppo grandi per lei raccoglie da terra l'innocente bambina unica superstite della famiglia Sasahara e si dirige su un sentiero di montagna; sta tornando al suo villaggio, per sfuggire ad altre rappresaglie, o sta riprendendo il sentiero che porta ad Edo, per denunciare allo Shogun l'ingiustizia di cui è stata testimone?

Sono ricorso al maestro Hosokawa per sciogliere il dubbio.

Avendo una certa conoscenza della località dove si svolgono gli eventi, si sente di poter affermare che la donna ha oltrepassato il posto di frontiera e nella inquadratura finale si sta dirigendo ad Edo, per chiedere giustizia. Notiamo spesso anche in altre opere che pur se gli antagonisti sono consapevoli delle ragioni della loro controparte, se buon senso ed umanità albergano sovente anche nei loro cuori, tuttavia raramente riescono a tradurre in azione i loro pensieri, prigionieri delle loro convenzioni e rispettosi di un ordine costituito che sia pur avendo una propria ragione di essere non sempre assicura la giustizia su questa terra e a volte nemmeno benessere e serenità, aspirazioni minime ed irrinunciabili di ogni essere umano.

Il periodo storico in cui si svolgono le azioni, che

abbiamo detto coincidere quasi sempre con alcune epoche storiche ben delimitate, è in realtà un luogo dell'anima, un paesaggio immaginario nel quale qualunque storia potrebbe trovare la sua ambientazione. Lo dimostra anche il continuo passaggio di temi da una cultura all'altra, da un'epoca all'altra. Significativa al riguardo soprattutto la produzione di Akira Kurosawa.



Rashomon: locandina originale del film

Tra le sue opere più note, citiamo "Rashomon" che diede ispirazione al film western "L'oltraggio", interpretato da Paul Newman; e poi "I sette samurai", che diede vita a "I magnifici sette", concludendo con "Yojimbo" da cui il nostro Sergio Leone ricavò l'archetipo dei western all'italiana, "Per un pugno di dollari". Ma mentre era fonte di ispirazione per l'occidente, alla

cultura occidentale Kurosawa attingeva a sua volta: non solo alla letteratura nobile-Macbeth per "Il trono di sangue" (Kumonosu jo) o Re Lear per "Ran"⁽¹⁾ ma anche a quella considerata minore i "gialli" della serie dell'87° distretto di Ed Mac Bain per "Anatomia di un rapimento". E non solo alla letteratura, poiché la colonna sonora di "Barbarossa" (Akahige) utilizza motivi di Haydn e Beethoven, mentre le grandi battaglie di massa di Kagemusha sembrano aver trovato ispirazione nei grandi affreschi storici di Paolo Uccello.

Molti gli stilemi ricorrenti nella filmologia giapponese: l'agguato al corteo di dignitari in mezzo ad una tempesta di neve, il duello in una landa battuta dal vento, la battaglia finale in condizioni impervie (ad esempio la resa dei conti con i predoni di Sichinin no samurai, sotto una pioggia battente ed implacabile), l'auto presentazione formale dei personaggi, che indicano invariabilmente assieme al nome ed alla casata la scuola di arti marziali di cui sono discepoli.

Citiamo anche il samurai che combatte con una guardia rinunciataria ed apparentemente facile da penetrare attirando come una falena i suoi avversari, l'attrazione fatale verso il *sake* e le donne che distoglie il *samurai* dal suo cammino, l'altra attrazione, altrettanto fatale, verso l'azione ad ogni costo che porta spesso i protagonisti a diventare esempi negativi scontando scelte di campo non meditate. Scomposti e ricomposti in varie combinazioni e vari dosaggi questi ingredienti danno la misura di un "mestiere" che non viene mai meno anche nei prodotti di onesti artigiani che non hanno il soffio dell'arte vera e propria. Che si avverte sempre quando c'è.

Basti come esempio l'opera prima di Akira Kurosawa, "Sugata Sanshiro"; molte sono le ingenuità e le imperfezioni, stilistiche o tecniche, ma l'unghia dell'artista si avverte anche in questa opera immatura. Il film inizia con una agguato teso al maestro Shogoro Yano (nella realtà Jigoro Kano, fondatore del *kodokan judo*) da esponenti di una scuola rivale. Vengono

1) Ran significa confusione, caos ed è lo stesso termine utilizzato in randori, che significa in sostanza "attacco libero"



Joiuchi (Rebellion)



facilmente sconfitti, uno addirittura gettato in un fosso con un pregevole *kotegaeshi*, gli altri messi in fuga. Ma anche il conduttore della carrozzella su cui era arrivato Yano è fuggito; si offre naturalmente Sugata, che ha assistito esterefatto alla scena e vuole diventare allievo del maestro; al momento di mettersi alle stanghe si rende conto che i suoi zoccoli non gli permettono di correre, e li lascia lì con noncuranza; le inquadrature successive ci mostrano quegli zoccoli portati via dal vento estivo, in mezzo al turbinare delle foglie autunnali, poi sommersi dalla neve d'inverno, infine trascinati via dalle piogge primaverili. Un modo estremamente poetico ma altrettanto efficace di creare uno stacco temporale: lo spettatore si rende immediatamente conto, quando viene inquadrato di nuovo Sugata, che indossa un *keikogi* consunto dall'uso e si trova sul *tatami* della scuola, che diversi anni sono passati e lui è diventato il primo allievo del maestro Yano.

Per comprendere appieno le trame è spesso necessaria una certa conoscenza delle storia e della cultura giapponese, perlomeno per grandi linee anche se non mancheranno i momenti in cui è necessario conoscere qualcosa di più.

Ad esempio è difficile per il profano cogliere in "Joiuchi" diverse sfumature della vicenda; quando il protagonista Isaburo Sasahara si ritira dal suo incarico alla corte del daimyo locale il suo modo di rivolgersi formalmente ad altre persone cambia, portando maggior rispetto agli interlocutori in quanto non più parte in causa nella vita sociale. Logico essere perplessi quando improvvisamente si ribaltano le parti, ed è lui ad essere ossequiato per primo e trattato con maggior rispetto; il maestro Hosokawa conferma la chiave di lettura da me ipotizzata: la scena si svolge nella casa di Sasahara, e per quanto sia ormai a riposo, per quanto gli interlocutori siano suoi superiori nella scala sociale, in quella situazione è a lui che è dovuto rispetto.

Come esempio delle difficoltà derivate da insufficienti nozioni storiche citiamo anche i due recenti film "Gohatto", girato da Nagisa Oshima, e "Mibugishiden" di Yojiro Takita, entrambi ambientati all'interno della

milizia Shinsengumi.

Chi tra di noi è in grado di comprendere al volo in quale epoca si colloca l'azione, e cosa era la Shinsengumi? Verrebbe istintivamente da pensare che si trattasse di un gruppo di estremisti reazionari, ma pur essendo indubbiamente estremisti e altrettanto indubbiamente tradizionalisti, in quanto fedeli allo shogunato morente, erano allo stesso tempo progressisti in quanto tale era la politica dello shogun cui erano fedeli.

Non è possibile ricavare queste informazioni dal contesto, è necessario approfondire per conto proprio, e questo è comprensibile.

Anche nei film sul nostro risorgimento spesso è assente qualunque riferimento utile a far comprendere chi siano e cosa stiano facendo i personaggi. Irrompe sullo schermo un uomo di mezza età, con una gran barba bionda, un poncho gettato sulle spalle ed una camicia rossa: tutti sappiamo, perlomeno se apparteniamo ad una generazione non più verdissima, che si tratta di Giuseppe Garibaldi e siamo in grado di comprendere senza alcun ragionamento, decifrando istintivamente gli indizi, se si trova alla battaglia di Calatafimi o a Bezzecca, se sta per pronunciare il famoso "qui si fa l'Italia o si muore" o l'altrettanto celebre "Obbedisco".

Ovviamente un giapponese di media cultura rimarrebbe disorientato e avrebbe difficoltà a seguire la trama, esattamente come succede a noi alle prese con le loro vicende storiche.

Purtroppo la lettura delle opere è spesso ostacolata da edizioni italiane sconciate da un pessimo doppiaggio, che non si limita a stravolgere il senso di parole o frasi ma ne altera perfino il tono, trasformando ad esempio - in Gohatto - i militareschi *Ha!* (sì) dei protagonisti in espressioni di educato assenso assolutamente inappropriate in quel contesto. Quando non esiste un termine adeguato nella nostra lingua tanto varrebbe lasciare quello originale, perlomeno quando il significato è perfettamente comprensibile dalle espressioni degli attori e dalla intonazione della voce. Consigliabile quando possibile (lo è quasi sempre con i dvd) seguire la versione originale aiutandosi con i sottotitoli.



Scena dal film *Harakiri*

La versione gialla della divisa Shinsengumi, utilizzata durante un attacco notturno.



L'uniforme della milizia Shinsengumi è celebre in Giappone più o meno come in Italia le camice rosse dei garibaldini. A quanto sembra introdotta dall'ufficiale Serizawa Kamo, consisteva in una *hakama* ed una giacca (*haori*) indossata sopra il *kimono*. Una corda bianca, il *tasuki*, teneva raccolto l'*haori* avvolgendosi a croce

dietro la schiena. Quando non era disponibile il *tasuki* il samurai si preparava al combattimento o al duello raccogliendo i vestiti con il *sageuchi*, la fettuccia che assicura il fodero della spada alla cintura. L'*haori* della Shinsengumi era di colore *asagi*ro, che può corrispondere sia al blu che al giallo.



Questa volta dal film Gohatto, l'ennesima sfilata per le vie della città. I costumisti hanno scelto per gli aori un colore marrone scuro poco aderente alla realtà storica, ma hanno riportato sui baveri i profili di montagne stilizzati che realmente contrassegnavano le divise.

Gli stilemi ricorrenti nelle opere chambara sono facilmente identificabili. Oltre quelli già ricordati nel testo dobbiamo ricordare la sfilata della Shinsengumi tra gli osanna della folla, la prova di ammissione nella milizia (o, altrove nel feudo o nel dojo) mediante un combattimento, quasi sempre sostenuto non con gli *shinai* di bambù ma con i *bokken* di legno o addirittura con armi vere e proprie spade o lance, il precipitare sempre più in fondo del *ronin* caduto in disgrazia e costretto ad abbandonare il suo signore, fino all'immane tragica fine, o al contrario la indomabile dignità del *ronin* che ha saputo mantenere i suoi principi

e la sua disciplina. Ricorre anche il tema del combattente invincibile in quanto impassibile, che non lascia alcun riferimento all'avversario. In tema di stilemi, è curioso notare come i membri della Shinsengumi fossero circa trecento. E' immediato il collegamento con altri famosi eventi della storia, come la disperata resistenza dei trecento spartani di Leonida alle Termopili nel V secolo a.C. o i trecento "giovani e forti", tragico episodio risorgimentale di una fallita rivolta nel Regno delle Due Sicilie, cantato nella Spigolatrice di Sapri da Luigi Mercantini nel 1857.

La prova di ammissione nella Shinsengumi (Mibugishiden), nel cortile d'armi di fronte agli ufficiali.



- la nostra scelta -

Paolo Bottoni



Non tutti i titoli elencati sono disponibili in lingua italiana, e quasi tutti vengono distribuiti da varie case e in differenti versioni. Molti distributori si trovano all'estero e i dvd non sono disponibili in Italia ma facilmente ordinabili via internet. Normalmente sono utilizzabili nei nostri lettori di dvd, trovandosi il Giappone nella stessa fascia regionale dell'Europa (codice regionale 2) ma è sempre bene controllare prima dell'ordine.

Quando non è indicato un titolo italiano il film non è stato finora distribuito in Italia; viene indicato allora il titolo della versione visionata, senza escludere che ce ne siano altre in lingue differenti.

L'elenco non vuole assolutamente essere esauriente, costituisce solo una libera selezione fatta dall'estensore seguendo i suoi criteri personali e tralasciando alcune opere già molto note. E' una semplice proposta per agevolare l'inizio di un percorso che ognuno dovrà poi adattare alle sue esigenze di ricerca. Vengono incluse due opere, L'arpa birmana e Dersu Uzala, che pur non appartenendo al genere *jidai* abbiamo ritenuto utile citare. Ovviamente proporre la visione di un'opera non significa che il proponente ne condivida le tesi o semplicemente l'estetica. Vengono proposte per prime alcune opere di Akira Kurosawa, di cui naturalmente si raccomanda ogni lavoro. Le altre seguono un ordine cronologico.

Sugata Sanshiro

(La leggenda del grande judo)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Susumu Fujita, Denjiro Okochi

Anno:

1942 e 1945

Trama: Sul finire dell'800 varie scuole di *jujutsu* si confrontano per avere la supremazia, inviando i loro migliori esponenti ai tornei che selezioneranno gli istruttori di esercito e polizia. Il migliore allievo della scuola Kodokan di Jigoro Kano otterrà la vittoria. Commissionato per esaltare in tempo di guerra

le virtù tradizionali del popolo giapponese, il film venne poi seguito da un secondo episodio iniziato a girare poco prima della fine della guerra ma terminato dopo. Infatti in alcuni confronti oriente-occidente introdotti ad arte si tenta tra le righe una critica all'arroganza delle truppe di occupazione (ad esempio mostrando il confronto tra il judoka ed un pugile). Si tratta delle prime prove in assoluto di Akira Kurosawa, allora poco più che trentenne e reduce da travagliate vicende familiari che non gli avevano ancora consentito di trovare una sua via.

Tora no o fumu otokotachi

(Gli uomini che camminavano sulla coda della tigre)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Susumu Fujita, Denjiro Okochi, Kenichi Enomoto

Anno:

1946

Trama: Girato nell'immediato dopoguerra con mezzi di fortuna, dura infatti meno di un'ora data la difficoltà di reperire pellicola, il film è tuttavia estremamente denso e "pieno di *ki*", come disse il maestro Hideo Kobayashi dopo averlo visto per la prima volta nel 1981 (all'epoca ne esisteva in occidente una sola copia, a Parigi). Narra la semplice storia della fuga del principe Miyamoto no Yoshitsune perseguitato dal fratello, accompagnato da sette fedeli samurai. Rimarchevole la prestazione di Enomoto, famoso mimo che recita magistralmente la parte di un buffo portatore, spezzando col riso la tensione emotiva delle vicende. La storia è riadattata dall'opera *kabuki* Kanjincho, a sua volta derivata dall'opera *noh* Ataka.

Rashomon

(Il trono di sangue)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Toshiro Mifune, Machiko Kyo

Anno:

1950

Trama: A due guerrieri, di ritorno da una battaglia, uno spirito profetizza al primo gloria e successo, al secondo predice che il figlio succederà all'altro amico. Il secondo, convinto dalla moglie ad assecondare la profezia uccidendo si trova sotto assedio e con un nuovo vaticinio: verrà sconfitto solo quando gli alberi della foresta marceranno verso il castello e lo circondaeranno... A parte qualche piccolo aggiustamento, "Il trono di sangue" è fedele nella sostanza alla tragedia di Shakespeare "Macbeth"





I sette samurai: Seiji Miyaguchi nella parte dell'invincibile Kyuzo

Kyuzo era impersonato dall'attore Seiji Miyaguchi che si riteneva assolutamente inadatto al ruolo, non avendo alcun retroterra marziale. Fu il maestro di spada e di aikido Yoshio Sugino (scomparso circa 10 anni fa, a 94 anni di età) a convincerlo e a prepararlo. Sugino, maestro d'armi in quasi tutti i film di Kurosawa, ricostruisce nel film un famoso duello che si dice avvenuto tra Yagyu Jubei (1607-1650) ed uno sconosciuto ronin (vedi Aikido, gennaio 2005). Miyaguchi "tiene" il ruolo con grande credibilità, come del resto in tutto il film.

Shichinin no samurai

(I sette samurai) (1)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Toshiro Mifune, Takashi Shimura e altri

Anno:

1954

Trama: Gli abitanti di un misero villaggio, sottoposto a continui attacchi dei predoni, decidono di assoldare un gruppo di samurai che li difenda. Hanno da offrire solo il vitto, quindi il drappello che riescono ad assemblare è quanto mai eterogeneo e composto soprattutto da *samurai* senza ambizioni e senza pretese che hanno fatto esperienza "perdendo tutte le battaglie cui hanno partecipato", come dice il loro capo Kambei. Fa eccezione il silenzioso ed enigmatico Kyuzo, imbattibile con la spada e che per ragioni inspiegabili accetta la proposta pur potendo mirare a ben altro.



I sette samurai: Toshiro Mifune nella parte di Kikuchiyo, cialtronesco personaggio che si accoda agli altri samurai. Nella carriera di Mifune si sono sempre alternati personaggi "alti" assieme ad altri picareschi o addirittura negativi (basti pensare al bandito di Rashomon), tutti impersonati con la stessa maestria

1) La versione distribuita in Italia fino a pochi anni fa era brutalmente accorciata per ragioni commerciali, si pensava che quella originale fosse inconciliabile con i gusti del pubblico occidentale. Soltanto da poco è distribuita la versione integrale, con un nuovo doppiaggio, che dura praticamente il doppio.

Akahige

(Barbarossa)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Toshiro Mifune, Yuzo Kayama

Anno:

1965

Trama: In epoca Meiji (seconda metà dell'800) un giovane di casta samurai affronta gli studi di medicina. Dopo essersi brillantemente diplomato viene con sua sorpresa assegnato per un periodo di pratica ad un oscuro ospedale in un quartiere malfamato, burberamente diretto dal dottor Barbarossa (Akahige). Lì scoprirà suo malgrado che la missione del medico è di curarsi dei più deboli e non di salire la scala sociale. Rifiuterà la "promozione" guadagnatasi proprio col servizio degli umili, e chiederà di rimanere con l'imbarazzato Akahige, che non sapendo come esprimergli la propria gratitudine se la cava con una alzata di spalle e si allontana senza dir nulla.

Kagemusha

(Kagemusha, l'ombra del guerriero)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Tatsuya Nakadai, Tsutomu Yamazaki

Anno:

1980

Trama: Nel medioevo giapponese, il valoroso principe Shingen Takeda sta per morire. Temendo la riscossa dei rivali, chiede ai parenti più stretti e a tutti i generali del clan di nascondere la sua morte il più a lungo possibile. Quando suo fratello scopre che un ladro cui ha salvato la vita assomiglia in modo impressionante a Shinge convince tutti a farlo passare per il defunto. Col passare del tempo il sosia (kagemusha in giapponese) arriva a un'immedesimazione totale col principe fino ad assumerne il valore e il coraggio di fronte alla morte.



Musashi

(Miyamoto Musashi – Ichijoji no ketto - Ganryu no ketto) (2)

Regista:

Hiroshi Inagaki

Interpreti:

Toshiro Mifune, Koji Tsuruta e altri

Anno:

1954-1956

Trama: Takezo, giovane samurai che non riesce a controllare la sua forza ed il suo istinto, viene infine domato dal monaco Takuan ed entra al servizio di una casata. Ma decide di iniziare un *musha shugyo*, peregrinaggio marziale, per completare la sua formazione, rinunciando agli agi del suo nuovo stato sociale e alla donna che lo ha sempre amato. Conosciuto ormai col nome di Miyamoto Musashi, troverà se stesso solo al termine di un lungo cammino, culminato nel duello mortale nell'isola di Ganryu con l'unico avversario alla sua altezza: Sasaki Kojiro.

2) Si tratta di una trilogia, conosciuta con diversi nomi e distribuita sia in blocco col titolo di *Musashi* o *Samurai Series* che separatamente; riportiamo i titoli originali dei 3 episodi (*Musashi*, *Duello a Ichijoji*, *Duello a Ganryu*) vedi *Filosofia di Mishima*, in *Aikido*, gennaio 2007



Musashi: Toshiro Mifune nella parte di Miyamoto Musashi. Secondo la tradizione Musashi affrontò in duello Shishido Baiken utilizzando due spade, tecnica che poi abbandonò per riprenderla solo al termine del suo percorso di ronin.

Biruma no tategoto

(L'arpa birmana)

Regista: Kon Ichikawa
Interpreti: Tatsuya Miyashi, Shoy Tasui ed altri
Anno: 1956

Trama: In Birmania, praticamente al termine della seconda guerra mondiale, il soldato Mizushima inviato in missione non fa più ritorno. Ma i suoi compagni, continuamente spostati da un campo di prigionia all'altro, non rinunciano alla speranza di rintracciarlo. Arrivano al punto di addestrare un pappagallo che ripete incessantemente a chiunque incontri la frase "Mizushima, torna in Giappone con noi", mentre un trovatello che li accompagna suona sull'arpa i temi preferiti di Mizushima. Al momento del rimpatrio, un monaco che aveva più volte incrociato il loro cammino si volge verso di loro: è lui, i compagni esultano; Ma Mizushima silenziosamente chiede l'arpa, suona lo struggente motivo dell'addio e si allontana per sempre. La missione cui ha dedicato la vita è di rimanere in Birmania per dare sepoltura ai tanti soldati giapponesi là caduti.

Harakiri

(Harakiri)

Regista: Masaki Kobayashi
Interpreti: Tatsuya Nakadai, Shima Iwashita, Akira Ishiyama, Tetsuro Tamba
Anno: 1962

Trama: Un *ronin* si presenta alla dimora degli Iyi chiedendo l'uso della corte per compiersi *seppuku* e porre onorevolmente fine ad una vita senza più speranza e dignità. Ma prima ha una missione da compiere, e la compirà fino in fondo.

Joi-uchi

(Rebellion)

Regista: Masaki Kobayashi
Interpreti: Toshiro Mifune, Tatsuya Nakadai
Anno: 1964

Trama: Costretto a sposare la concubina ripudiata dal suo signore, un giovane *samurai* tuttavia se ne innamora e ne ha un figlio. Quando gli verrà imposto di restituirla si rifiuterà, affrontando la morte assieme a lei. Suo padre, Saburo Sasahara, temibile maestro di spada, prende in braccio la figlioletta della coppia, ancora in fasce, e si dirige verso Edo per denunciare l'ingiustizia. Il posto di frontiera è comandato dal suo migliore amico, Tatewaki Asano, che ha l'ordine di fermarlo ad ogni costo.

Ken

Le sabre

Regista: Kenji Misumi
Interpreti: Raizo Ichikawa, Yusume Kawazu
Anno: 1964

Trama: Ripresa da una novella di Yukyo Mishima, l'opera narra la tragica parabola di Jito Kobubu, capitano della squadra di *kendo* della sua università. Interamente dedito all'addestramento, inabile a scendere a compromessi, verrà infine "tradito" dai membri della squadra allegramente andati in sua assenza a prendere un bagno nel mare, nonostante la proibizione. Incapace di accettare la sconfitta Kobubu porrà termine ai suoi giorni.



Tatsuya Nakadai in Harakiri





Sconcertato dalla impenetrabilità di Isawa, che in realtà non ha alcuna intenzione aggressiva ma vuole solo farsi battere per conquistare la simpatia del maestro e riceverne ospitalità per qualche giorno, Tusji Gettan si dichiara vinto prima ancora di incrociare le lame. Paradossalmente nel film Dai bosatsu toge (The sword of doom, 1966) è Nakadai ad interpretare la parte del samurai indecifrabile che adotta una guardia passiva.

Dai Bosatsu Toge

(The sword of the doom)

Regista:

Kihachi Okamoto

Interpreti:

Tatsuya Nakadai, Toshiro Mifune

Anno:

1966

Trama: Molto dotato con la spada, e pur richiedendo la sua scuola di dominare i propri sentimenti non dando alcun riferimento all'avversario, il samurai Ryunosuke Tatsue è tuttavia preda delle sue passioni. Legatosi ad una setta di estremisti, ci troviamo ancora una volta nell'inquieta epoca Meiji, inizia la sua parabola discendente. Non lo sottrarrà al suo destino neppure l'esempio positivo del maestro Toranosuke Shimada.

Tenchu (Hitokiri)

Regista:

Hideo Gosha

Interpreti:

Shintaro Katsu, Tatsuya Nakadai, Yukio Mishima

Anno:

1969

Trama: Con protagonista Shintaro Katsu, il più famoso interprete della saga di Zatoichi, e interpretato tra gli altri dallo scrittore Mishima (3), è uno degli innumerevoli film ambientati in epoca Meiji che narra le sanguinose gesta dei rivoltosi, nostalgici dell'*ancient régime* e ostili allo straniero. Inutile cercare motivazioni alle loro azioni, inutile cercare una trama in queste opere: si tratta immancabilmente di personaggi disperati che agiscono senza una logica precisa e destinati ad una fine insensata. Il regista di turno registra asetticamente le loro azioni, lasciando il legittimo dubbio se voglia additarli ad esempio o condannarli.

3) vedi *Filosofia di Mishima*, in *Aikido*, gennaio 2007

Ako-Jo Danzetu

The fall of Ako Castle (anche Swords of Vengeance)

Regista:

Kinji Fukasaku

Interpreti:

Tetsuro Tamba, Kinnosuke Nakamura, Sonny Chiba, Toshiro Mifune

Anno:

1978

Trama: La leggendaria e celeberrima vicenda dei 47 ronin, che hanno giurato di vendicare ad ogni costo la morte del loro signore, nonostante le alte protezioni di cui gode il colpevole. Una delle migliori ricostruzioni, per il ricco *cast* degli interpreti e soprattutto per l'accurata ambientazione.

Sen no Rikyu

(Morte di un maestro di te) (4)

Regista:

Kei Kumai

Interpreti:

Toshiro Mifune, Heiji Okuda

Anno:

1989

Trama: Honkakubo, allievo del maestro di *chanoyu* Rikyu, cerca ancora dopo molti anni di risolvere il mistero della sua morte. Rikyu, magistralmente interpretato da Toshiro Mifune, alla sua ultima apparizione sullo schermo, ha in realtà compiuto *seppuku* per protestare contro la folle politica militarista del dittatore Toyotomi Hideyoshi, trascinando col suo esempio ad una disperata quanto dignitosa ribellione altri suoi discepoli e numerosi dignitari. Gli ambiziosi piani di Hideyoshi non giunsero mai a compimento e la sua linea dinastica fu stroncata sul nascere da Tokugawa Yeyasu.

4) Per quanto Kei Kumai (1930-2007) sia un regista di fama mondiale e "Morte di un maestro di te", premiato col leone d'argento a Venezia nel 1989, sia stato un vero fenomeno culturale rimanendo per anni nella programmazione dei cinema d'essai, inspiegabilmente le opere di Kumai sono estremamente difficili da reperire. Perfino la recente morte del maestro è passata praticamente inosservata. Molti suoi film furono interpretati da Toshiro Mifune ed egli fu prescelto nel 2002 per completare l'ultima opera di Akira Kurosawa, *Il mare e l'amore*.

Esiste in commercio al momento una sola versione di questo film, in italiano e solo su vhs, ma è praticamente introvabile.



Toshiro Mifune: il maestro di te

Ame agaru

Regista :

(Après la pluie)

Interpreti :

Takashi Koizumi

Anno :

Akira Terao, Shiro Mifune

1998

Trama: Trattenuto dalla pioggia ad un traghetto divenuto impraticabile, il ronin Ihei Misawa riflette sul corso della sua vita, che non ha avuto gli esiti sperati. Un incontro fortuito col nobile Shigeaki sembra aprirgli nuove prospettive. Collerico e disincantato Shigeaki è attratto dalla calma interiore di Misawa, che supera la prova di ammissione battendo i campioni del feudo, ma viene ruscato dalla corte quando scoperto a violare deliberatamente regole e leggi per seguire piuttosto la sua coscienza. Shigeaki è costretto a licenziarlo, ma da allora non è più in pace con se stesso; è una storia ormai chiusa, o avrà un seguito?



La prova di ammissione al servizio del signore Shigeaki affrontata dal ronin Ihei Misawa (Ame agaru). Insoddisfatto della prova dei suoi campioni Shigeaki chiederà di affrontare direttamente Misawa, armandosi di una vera lancia.



Shiro Mifune, nella parte di Shigeaki, chiede di esaminare la spada di Misawa, per ricavarne indicazioni sulla sua personalità e sulla sua visione del mondo.

Shiro Mifune è il figlio del grande ed indimenticabile attore Toshiro Mifune; è titolare della casa di produzione cinematografica fondata dal padre, e non abbiamo notizie di altre sue apparizioni sullo schermo. In Ame agaru impersona Shigeaki.

Il maestro Tsuji Gettan, interpretato da Tatsuya Nakadai, affronta il giovane Isawa, che ha chiesto di essere ammesso al suo dojo (Ame Agaru).



Gohatto

Regista:
Interpreti:
Anno:

(Gohatto) (5)
Nagisa Oshima(6)
Takeshi Kitano, Asano Tadanobu, Ryuhei Matsuda
2001

Trama: In epoca Meiji, 2 giovani si arruolano nella milizia Shinsengumi; il più giovane, dall'aspetto efebico, sembra destinato ad attrarre le attenzioni e i desideri di molti uomini, ed è legato all'altro da un contrastato sentimento di amore ed odio. Apparentemente preda innocente degli istinti altrui, si rivela in realtà una inquietante figura che manovra a suo piacimento chiunque gli è vicino.

5)Distribuito anche in Italia col titolo originale,altrove col titolo "Tabu"

6)Nagisa Oshima ebbe una intensa stagione artistica fino agli anni 90 (basti ricordare l'eco suscitato dal suo "L'impero dei sensi"), in seguito un ictus lo privò di molte delle sue facoltà, costringendolo su una sedia a rotelle. Occorre rendere omaggio alla forza di volontà del grande regista, che dopo un lungo e immaginiamo sofferto intervallo è riuscito a tornare sul set. Esempio non unico, stessa sorte toccò tra noi al maestro Michelangelo Antonioni, recentemente scomparso. Lo stesso Takeshi Kitano, attore prediletto da Oshima (oltre Gohatto ricordiamo la sua partecipazione in Furo), ha ripreso a recitare e dirigere film nonostante i postumi di una caduta in moto che gli ha lasciato il volto segnato e privo di gran parte della mobilità espressiva



Asano Tadanobu, nella parte del samurai errante Hattori Genosuke, destinato a discendere la scala sociale fino ad una tragica fine, non essendo le sue grandi capacità marziali supportate da capacità morali allo stesso livello.

Mibugishiden

Regista:
Interpreti:
Anno:

(When the last sword is drawn)
Yojiro Takita
Kiichi Nakai, Koichi Sato
2003

Trama: Durante i torbidi dell'epoca Meiji, Kanichiro Yoshimura si arruola nella milizia Shinsengumi, al solo scopo di spedire denaro alla famiglia lontana. Deriso per la sua apparente venalità e per la sua bonomia in stridente contrasto con la rigida disciplina della setta, si rivelerà invece il più strenuo combattente, l'ultimo ad impugnare le armi in difesa degli ideali della Shinsengumi. Il rigido comandante Saito, che fatica fino all'ultimo a comprenderlo, rimarrà infine toccato, e per sempre segnato, dal suo esempio.

Il film ha riscosso grande consenso di critica: ha ricevuto il primo premio della Accademia Giapponese di Cinematografia nel 2003 nelle categorie miglior film, miglior protagonista, migliore attore non protagonista.

La Milizia Shinsengumi sfila nelle strade di Edo, acclamata dalla folla. Al centro l'ufficiale Yoshimura, interpretato da Kiichi Nakai nel film Mibugishiden.



Zatoichi

Regista:

(Zatoichi)

Takeshi Kitano

Interpreti:

Takeshi Kitano, Tadanobu Asano, Akira Emoto ed altri

Anno:

2003

Trama: Zatoichi è un guerriero cieco che sbarca il lunario facendo massaggi e dedicandosi al gioco d'azzardo. Avendo offeso dei compagni di gioco è costretto a scappare. Approda ad un villaggio vessato da un potente clan dove si erge a paladino di due ragazze scampate allo sterminio della famiglia e cerca di vendetta. Il film è tratto da un serial televisivo.



Il cieco Zatoichi durante un combattimento

Dersu Uzala

(Dersu Uzala – Il piccolo uomo delle grandi praterie)

Regista:

Akira Kurosawa

Interpreti:

Maksim Munzuk, Yuri Solomin

Anno:

1975

Trama: L'amicizia tra un cacciatore brillante, tiratore infallibile, e un comandante russo adetto a misurazioni della taiga siberiana. Una storia di amore per la natura, una storia di amicizia. La vittoria della libertà, ad ogni costo. Kurosawa arrivò a questo film dopo un lungo periodo di inattività ed un tentativo di suicidio; tutto il film è pervaso da un forte senso onirico e da immagini naturalistiche indimenticabili. Il piccolo Dersu che parla con cose ed animali come fossero esseri umani e che immiserisce in una confortevole casa lontano dalla sua taiga, è paradigma di tutti gli uomini: la libertà è un bene prezioso. Con questo film nel 1976 Kurosawa vinse un Oscar e un David di Donatello.



- cinema -

Harakiri

Paolo Bottoni

Il film *Harakiri* (1) è diretto nel 1962 da Masaki Kobayashi ed interpretato da Tatsuya Nakadai, attore ricorrente nelle ultime opere *chambara* (2) di Akira Kurosawa, prima il notissimo *Kagemusha* e infine *Ran*; ma era già presente come antagonista di Toshiro Mifune in *Yoshimbo* (quasi sempre trascritto *Yoshimbo* nelle edizioni occidentali) e poi in *Sanjuro*, nonché protagonista dell'opera di ambientazione moderna *Anatomia di un rapimento* (3); l'azione si svolge nel 1619 quindi all'inizio dell'epoca Tokugawa, circa 20 anni dopo la battaglia di Sekigahara che ponendo fine alla lunga guerra di successione segnava l'inizio dell'epoca Edo, che venne definita anche l'era della "pax Tokugawa". Un periodo ininterrotto senza guerre durato circa 250 anni, che creò non poche e non lievi crisi di assestamento nel sistema sociale giapponese. Furono gettati di colpo nella povertà più assoluta, e con l'interdizione assoluta di dedicarsi ad attività di lucro, le centinaia di migliaia di samurai che erano stati reclutati nel torbido periodo precedente, quando si richiedevano grandi masse di guerrieri libere da ogni vincolo

economico e sociale, che si dedicassero completamente alla formazione prima alla battaglia poi.

Il film fu esportato all'estero ed arrivò anche in Italia in quanto il successo di critica e di pubblico riscosso da molte (non tutte) le opere di Kurosawa autorizzava grandi speranze per il cinema giapponese. Ma circolò invece quasi clandestinamente, scomparendo in breve dalla circolazione: troppo cruda la trama, troppo cruento le rappresentazioni per la sensibilità dell'epoca. Forse la cultura che dava origine e credibilità a questo genere di opere era ancora troppo lontana dalla nostra conoscenza e quindi dalla possibilità di pieno apprezzamento da parte nostra.

Paradossalmente, in una società che si considera più avanzata e più sensibile rispetto a quei tempi, fino al punto di eliminare dal suo vocabolario termini utilizzati per millenni o di coniare definizioni grottesche come "diversamente abili" per timore di rinfacciare a persone innocenti le loro debolezze e le loro sfortune, le cruente scene di *Harakiri* sembrano ormai banalmente ordinarie. Ai giorni nostri vediamo ben di peggio, quotidianamente, non solo al cinema ma anche ad ogni fascia oraria della



Il ronin Hanshiro Tsugumo si presenta ed espone la sua richiesta.

1) Il termine *harakiri* (taglio del ventre) 腹切り considerato scorretto e da evitare in Giappone, ma è il più noto in occidente e probabilmente per questo il film è conosciuto col titolo *Harakiri*. Il titolo originale che **viene riportato nei titoli di testa e nella locandina originale** è quello più appropriato di ***Seppuku*** 切腹 (scritto con gli stessi ideogrammi ma invertiti)

2) I film detti *jidai geki* corrispondono al filone da noi definito del film "storico" o "in costume", ma accanto ai grandi affreschi storici e alla ricostruzione di episodi celeberrimi (ad esempio la storia dei 47 ronin o la vita di Miyamoto Musashi) figurano opere libere da ogni riferimento reale ma piene di azione, dette appunto *chambara*, che potremmo paragonare al filone occidentale dei film di "cappa e spada".

3) Il titolo originale è *Tengoku to Jigoku*, rendibile con *Tra cielo ed inferno*. E' tratto dal libro *King's Ransom* dell'autore italo americano Salvatore Lambino, divenuto celebre sotto i nomi di Ed McBain con cui firmò i "gialli" ed Evan Hunter con cui firmò i libri di maggiore impegno.



*Tetsuro Tamba, a sinistra, impersona il maestro d'armi della casata di Iyi, Hikokuro Omodaka .
Akira Ishiyama, di spalle, interpreta il giovane samurai Motome Chijiwa, in attesa di compiere seppuku.*

tv, e quel che è peggio senza alcuna apparente ragione, senza alcuna giustificazione fornita dalla trama: violenza pura e semplice fornita come intrattenimento. Naturalmente il pubblico benpensante si scandalizza per i barbari costumi delle società rappresentate sullo schermo, che siano quelli della antica Roma o del Giappone feudale, ma poi si affolla davanti a schermi e teleschermi per vedere la morte che si fa spettacolo. Non stupiamoci allora che anche in “Gohatto” (2001) e “Mibugishiden” (2003) si rappresenti sullo schermo il *seppuku*, sia pure in contesti, epoche e trame diverse; ma nemmeno che la macchina da presa invece di arrestarsi al momento fatale ci mostri naturalmente due decapitazioni, ugualmente raccapriccianti eppure – ormai - terribilmente banali. E sono, si badi bene, opere di registi di vaglia e che hanno riscosso unanimi consensi di critica, ma è il momento di iniziare a parlare di

“Harakiri”.

Alla dimora della casata di Ivy si presenta un *ronin*, un uomo onda, *samurai* senza più padrone; ridotto allo stato di indigenza dopo lo scioglimento della casata cui prestava obbedienza, senza più alcuna speranza di riscatto sociale, chiede che gli venga concessa la corte della dimora per compirvi *seppuku*, terminando il suo percorso su questa terra con un onorevole suicidio per mezzo della sua lama più fidata: il *wakizashi* (4), che il *samurai* non abbandona mai, mentre la lunga *katana* viene lasciata all'ingresso delle case private e dei luoghi pubblici. Con lo scioglimento di numerose casate dopo la battaglia di Sei, legate alla parte perdente durante la sanguinosa guerra civile o semplicemente non più necessarie, migliaia e migliaia di *samurai* erano di colpo precipitati nella miseria più nera assieme alle loro famiglie. Di conseguenza questo genere di richieste si



Una intensa espressione del ronin Hanshiro Tsugumo

4) Il *wakizashi*, ossia “arma da lato” è una lama compresa tra 1 e 2 *shaku* di lunghezza utile (30-60 cm), portata in coppia con la *katana* con cui costituisce il *dai-sho* (corta-lunga, sottintendendo il termine spada). Il porto di questo tipo di *daisho*, obbligatorio per la classe *samurai*, si attesta a partire dal XVI secolo. Continuò ad essere utilizzato ai soli fini cerimoniali il *dai-sho* precedente, costituito dal lungo *tachi* (di solito oltre 2 *shaku* e 5 *sun*, circa 75 cm) e dal tanto (sotto 1 *shaku*, ossia 30 cm).



era talmente diffuso da creare un notevole allarme in tutte le casate privilegiate, scosse anche motivo dal vedere uomini d'onore abbattuti dallo stesso destino che sarebbe potuto toccare da un momento all'altro anche a loro, e divise tra due tendenze contrastanti e inconciliabili.

Mossi da pietà alcuni *daimyo* avevano offerto ai *ronin* disperati l'assunzione nei loro ranghi. Moltiplicandosi a dismisura questi casi non fu più possibile provvedere a tutti; si iniziò a elargire somme di denaro che permettessero ai diseredati di rimandare per qualche tempo la decisione estrema, per poi tuttavia congedarli senza acconsentire alla richiesta. Ma questo aveva causato una ulteriore esasperazione del fenomeno: molti disperati si presentavano senza alcuna intenzione di compiere veramente *seppuku* ma solo per la speranza di essere assunti o perlomeno di ricevere l'offerta in denaro.

Alcune casate decisero allora una linea di fermezza, obbligando i *seppukusha* ad eseguire immediatamente, e con le più rigide modalità tradizionali, quanto da loro richiesto. Tra queste la casata di Iyi.

Il samurai presentatosi alla dimora degli Iyi si presenta formalmente: è un *ronin*, già legato alla casata Fukushima di Hiroshima, e si chiama Hanshiro Tsugumo, "*tsu come porto e kumo come nuvola*". Chiede con un atteggiamento rispettoso quanto fiero che gli venga concesso l'estremo favore, e qualcosa in lui induce l'intendente di palazzo a non liquidarlo in qualche modo ma a chiamare in prima persona il dignitario Kageyu Saito, responsabile della tenuta. Sarà quest'ultimo che turbato accennerà al *ronin* di un precedente episodio: la stessa richiesta era stata avanzata poco tempo prima da un giovane *samurai*, anche lui appartenente in passato alla casata di Fukushima.

C'è forse qualcosa in comune tra i due? Tsugumo nega. Ma lo svolgersi successivo degli eventi dimostrerà che non solo un legame esisteva, ma era anche stretto, indissolubile, e che rappresenta la ragione stessa della presenza di Tsugumo proprio in quel luogo e non in un altro, e della sua estrema decisione.

Il mistero del legame tra i due *samurai* non verrà sciolto immediatamente: come di consueto in molte

rappresentazioni artistiche giapponesi la verità viene svelata gradualmente, in modo quasi insopportabilmente lento ed ambiguo eppure avvincente e coinvolgente, fino alla esplosione della catarsi finale che giunge quasi come liberatoria, per quanto cruenta.

Il lungo racconto di Tsugumo esplicita l'esigenza di porre un termine onorevole al suo cammino, ormai giunto irrevocabilmente al tramonto, ma anche e soprattutto quella di rivendicare il proprio onore e la propria dignità, protestare contro l'ingiustizia patita e chiedere, con l'autorità ed il distacco di chi sta abbandonando tutto, che la casata di Iyi prenda atto dei suoi errori.

Tsugumo non verrà ascoltato. Eppure aveva offerto spontaneamente la soluzione più facile e dignitosa al grande problema che aveva posto di fronte alla coscienza dei seguaci di Iyi: il suo *seppuku*.

L'ira di Saito prenderà il sopravvento e si rivolgerà, come spesso succede, contro l'incolpevole ambasciatore di un messaggio che non gli appartiene. Ma l'infausta decisione gli si rivolgerà contro, e tutte le persone e istituzioni coinvolte finiranno per pagare un prezzo ben più caro di quello, sia pure elevato, richiesto da Tsugumo. Per la morale occidentale forse il finale è amaro: della missione portata fino in fondo da Tsugumo Hanshiro, non rimarrà traccia.

La verità ufficiale sarà scritta dai suoi antagonisti, che celeranno per sempre quanto accaduto. Ma sarà evidente, per quanti avranno seguito fino in fondo avvinti davanti allo schermo l'odissea del *ronin* solitario che lui ha fatto quanto riteneva giusto ed inevitabile fare. Ha accettato le conseguenze delle azioni e delle opinioni altrui senza darsene peso, senza consentire che influissero sulla linea di condotta da lui ritenuta giusta e sacrosanta. E nemmeno si è lasciato condizionare dalla conoscenza e dall'apprezzamento delle sue azioni che potessero avere o non avere i posteri: ha fatto quanto doveva fare, e può abbandonare sereno la sua vita mortale.

Da una società e da una cultura che il nostro apprezzamento e il nostro studio non riescono ancora tutto sommato a svelare e apprezzare completamente, arriva nonostante tutto un messaggio chiaro ed universale.

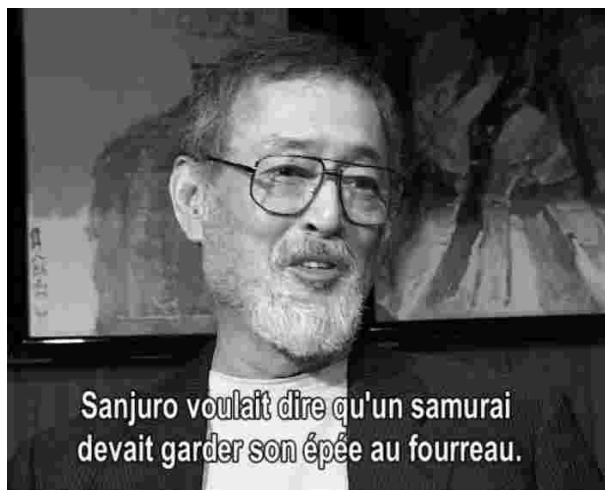


Il cortile pronto per la cerimonia del seppuku

- cinema -

Tatsuya Nakadai

Paolo Bottoni



Tatsuya Nakadai

Negli ultimi film *chambara* del grande regista Akira Kurosawa, Kagemusha che narra le vicende del grande generale Takeda Shingen e Ran, in cui si parla riprendendo a grandi linee la trama del Re Lear di Shakespeare della caduta della casata di Hidetora Ichimonj (1), Tatsuya Nakadai aveva preso il posto ed il ruolo di Toshiro Mifune, di cui nelle opere precedenti (Yojimbo e Sanjuro) era stato invece l'antagonista.

Il sodalizio tra Mifune e Kurosawa si era infatti interrotto al termine delle riprese di Akahige (Barbarossa, film travagliato e praticamente inedito in Italia), durante le quali i due grandi personaggi erano venuti ripetutamente in contrasto. Mifune intendeva dare ed effettivamente diede al personaggio principale, Akahige appunto, una grande statura morale. Kurosawa intendeva farne un uomo più "normale", anche lui soggetto a debolezze e crisi. Occorre dire che Mifune ebbe fin dagli inizi una presenza scenica importante.

Sottoposto al solito provino, era circa il 1947, scelse di esprimere il sentimento della rabbia con tale realismo da sconcertare ed impaurire i funzionari incaricati della selezione. In sede di delibera si stava decidendo a grande maggioranza di non accettarne la candidatura quando Kurosawa, che avvertito da una attrice aveva interrotto la pausa pranzo per vedere quello strano personaggio, gridò "Aspettate un momento, per favore!". Con una

appassionata difesa ottenne di dare una possibilità al giovane Mifune, di cui ebbe a dire più tardi: "*Era impossibile impedirgli di attirare l'attenzione su di lui, a meno di non farlo comparire affatto. Mi trovavo intrappolato in un vero dilemma. Il fascino di Mifune dava allo stesso tempo di che allietarmi e preoccuparmi*". Fu a questo dilemma che Kurosawa decise di sottrarsi 30 anni dopo.

La sua scelta cadde inizialmente su Katsu Shintaro, allora sulla cresta dell'onda per la sua interpretazione del mitico Zatoichi in numerosi film, che venne quasi immediatamente a contrasto con la personalità dominante di Kurosawa. La scelta cadde allora su Tatsuya Nakadai. E' proprio in quei ruoli affidatigli da Kurosawa che Nakadai ha trovato la fama internazionale, ma pochi conoscono le sue interpretazioni precedenti, che non sono poche; ha quasi sempre lavorato in film in costume, e ha quasi sempre interpretato sullo schermo ruoli di "vilain", antagonista votato al male e destinato ad una morte cruenta. Suo erede sembra al momento Asano Tadanobu (Gohatto, Zatoichi, Gojoe): anche lui come Nakadai ingabbiato in ruoli negativi a dispetto della gradevole presenza fisica, e con una grande credibilità come uomo di spada. Mentre non si intravede invece all'orizzonte un possibile erede del grande Toshiro Mifune.

Tra le rare eccezioni alla regola del Nakadai perfido e psicopatico va segnalato un film del 1968 di Kihachi Okamoto, conosciuto in occidente col nome di *Kill!*, onomatopeica ed indovinata traduzione del titolo originale *Kiru!* oppure in Francia come *La forteresse des samourais*. Qui nei panni del protagonista, il *samurai* errante Genta, Nakadai non solo fa sfoggio di notevoli doti umoristiche ma è addirittura il "buono" della situazione. Memorabile la scena in cui gli viene tirato un coltello, con l'innegabile intenzione di ucciderlo. Genta fulmineo para il colpo con la lama della spada(3); poi si avvicina all'attentatore agitandogli sul viso il coltello, nel dire con fare indignato: "Guarda che se mi prendevi mi facevi male!".

E qui devo inserire una parentesi: qualche tempo fa sentendomi raccontare ad un ospite questo episodio il

1) Nella realtà storica Mori Motonari, feudatario della regione di Chugoku vissuto nell'epoca Sengoku, nel XVI secolo, aveva tre figli, Takamoto, Motoharu e Takakage, di grandi virtù e specchiata fedeltà, mentre nel film i tre figli di Hidetora porteranno la casata alla rovina. Fu Mori Motonari il protagonista dell'episodio rievocato nella scena iniziale del film, mostrando ai figli per esortarli alla concordia tre frecce, che isolate potevano essere facilmente spezzate ma riunite in fascio resistevano a qualunque tentativo di romperle.

2) Il coltello si conficca addirittura nella lama, che è in realtà uno *tsunagi*: la falsa lama di legno che viene utilizzata per assemblare i fornimenti quando la spada è depositata nel fodero "da riposo", la *shirasaya*. Il picaresco vagabondo impersonato da Nakadai infatti non ha i mezzi per permettersi una vera spada. In realtà anche i coltelli tiratigli sembrano degli *umabari*, coppia di coltellini di servizio inseribili nel fodero della spada ma utilizzati normalmente per incombenze quotidiane e non come armi.



Nelle foto: Tatsuya Nakadai nella parte del protagonista di Harakiri (1962, regia di Masaki Kobayashi), il samurai Hanshiro Tsugumo

maestro Hosokawa si è avvicinato alla raccolta dei dvd, ha cercato brevemente, ha trovato il film e me lo ha porto sorridendo: dovevo riguardarmelo e parlarne nell'articolo. Ed io, come vedete, "Obbedisco!".

Nakadai ha adesso 75 anni. E' nato il 13 dicembre del 1932, quindi lo stesso giorno del maestro Hosokawa, di cui è maggiore di 10 anni esatti. E' ora, in piacevole contrasto con la figura debole, allucinata e tormentata cui dà vita in



Ran, un bel vecchio dalla figura ancora imponente e dal sorriso contagioso, che ricorda con grande umorismo i bei tempi in cui girava penose scene di duello con Mifune, dopo che avevano passato la notte in bianco bevendo *sake* e dandosi bel tempo. E' uno degli aneddoti che racconta nei "bonus" del dvd "Rebellion"(Joiuchi), in una lunga intervista in cui commenta sarcastico che nel duello finale lui muore, "come sempre". Un aneddoto in particolare ha fatto molto ridere il maestro Hosokawa; è assieme a lui che ho visto praticamente tutti i film di cui si parla in questa serie di articoli, ma senza alcuna idea preconcepita che ne sarebbe sfociato qualcosa di scritto. Ma arriviamo all'aneddoto: sull'onda della notorietà acquisita col film "La sfida del samurai" (Yojimbo) molti sapranno infatti che da questa opera Sergio Leone ricavò il film che fu il capostipite del western all'italiana, "Per un pugno di dollari", anche Nakadai interpretò il suo bravo western. Fu chiamato da Tonino Cervi, onesto artigiano della celluloida cimentatosi in vari generi e scomparso nel 2002, ad interpretare uno degli innumerevoli banditi messicani che popolavano gli schermi in quegli anni. Si trattava per l'esattezza di Oggi a me, domani a te, con Bud Spencer (Carlo Pedersoli) in uno dei suoi primi ruoli, film probabilmente non memorabile di cui non ho finora trovato traccia nelle videoteche.

Nakadai racconta con molto spirito di avere notato immediatamente in Italia molte similitudini col Giappone feudale ma anche una "organizzazione" del lavoro praticamente agli antipodi di quella giapponese: nulla sembrava funzionare, nulla sembrava stare al suo posto, eppure alla fine il prodotto usciva fuori, e non era neppure male. Un giorno che Cervi era particolarmente

spazientito, le riprese dovevano essere iniziate da un pezzo ma tutti continuavano a farsi gli affari loro e a chiacchierare ad alta voce, dopo aver dato un bel liscio e busso concluse: "Guardate Nakadai: se ne sta lì serio, paziente, in attesa di ordini, senza parlare. Un vero *samurai*!" Non era esattamente così: il *samurai* Nakadai se ne stava buono in un angoletto solo perché in mezzo a quel manicomio, e non conoscendo né italiano né inglese, non capiva nulla di quanto succedeva e di cosa si diceva e non sarebbe stato in grado di spicciare parola nemmeno volendo.

Mentre Nakadai rideva dallo schermo tv al ricordo di quei fatti lontani, gli faceva eco nella stanza la risata del maestro Hosokawa. Mi sono permesso di insinuare che anche lui si sia trovata spesso in Italia in quella situazione. Almeno ai primi tempi. Mi ha risposto uno scuotimento di testa... Non era vero? Altro scuotimento, ancora più divertito... Per caso non solo era vero ma era addirittura ancora così?... Le risate del maestro si sono intensificate, gli scuotimenti anche; ma affermativi.

Non si creda che Nakadai sia solo un buontempone. Nell'intervista esprime diversi concetti complessi e profondi, lamentando la scomparsa della cultura del bushido in cui lui è cresciuto. Ritene che il film *chambara* abbiano sì cercato di soddisfare la voglia di evasione del pubblico, ma si siano spesso richiamati anche ad una cultura samurai che merita la conoscenza ed il rispetto dei moderni. Cita ad esempio il grande affresco corale di "Schichinin no samurai", cui ha partecipato in un ruolo minore: quale grande lezione quella dei *samurai* che accettano di lottare e di morire in cambio di tre pasti al giorno, per difendere chi non



è in grado di farlo da solo. Anche il suoi frequenti duelli con Toshiro Mifune, vengono da lui analizzati con notevole spessore psicologico e etico.

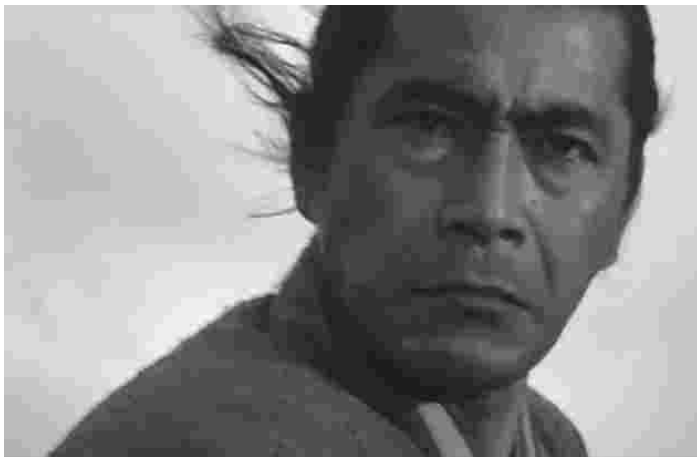
Un suo personaggio, il *samurai* senza scrupoli Hanbei Muroto, viene definito dal protagonista Tsubaki Sanjuro, dopo averlo ucciso come un *nukin*: una “spada nuda”. Nakadai spiega che si tratta di un tipico modo di dire *samurai*, che indica la persona che non riesce a stare nel suo “fodero”, lasciando uscire dall’animo quanto dovrebbe rimanere dentro, sotto controllo. Ed anche la sua analisi del difficile ed intenso rapporto tra due uomini che si rispettano e provano simpatia ma devono confrontarsi in duello, che si ripresenta anche nel citato “Joiuchi” è assolutamente degna di rispetto e condivisione.

Come detto prima la scena fu girata dopo una notte intera passata da lui e Mifune a darsi bel tempo e bere *sake*, e la mattina nessuno dei due era entusiasta di dover girare, soprattutto in una scena così impegnativa, che eppure è riuscita perfettamente credibile. Nella inquadratura che potete vedere nella foto, il duello tra Isaburo Sasahara e Tatewaki Asano è già finito: il maestro Hosokawa si è lasciato sfuggire nel momento cruciale un significativo *uh!*, ma nessuno degli altri spettatori sembra avere notato nulla; arresto la scena e chiedo se nessuno ha notato qualcosa: nessuno. Eppure quando premo nuovamente su *play*, dopo un attimo Nakadai si accascia, ferito mortalmente. Il pubblico, non ci sono altri praticanti di aikido, chiede di rivedere al rallentatore, ma continua a non notare nulla. Chiedo al maestro Hosokawa se la mia impressione è

giusta.

Isaburo è entrato nella guardia di Tatewaki applicando il principio di *ikkyo*, ossia tagliando con la sua spada dall’esterno verso l’interno, come in *katatetori aihanmi ikkyo, omote*. Il maestro è d’accordo; ogni tanto perfino io ne azzecco qualcuna. Tatewaki, ormai morente dice una cosa molto importante: non avrebbe mai potuto vincere, perché le motivazioni di Isaburo erano di un ordine etico superiore alle sue, che obbediva suo malgrado ad un ordine ingiusto.

L’ultima apparizione sullo schermo di Nakadai, perlomeno l’ultima di cui abbia notizia, è nel film *Ame Agar* (4), sceneggiato da Akira Kurosawa che avrebbe voluto portare in prima persona questa storia sullo schermo, ma girato postumo dal suo allievo Takashi Koizumi. E’ la storia dell’ennesimo *ronin*. Un *samurai* introverso e perdente ma dal grande spessore marziale e morale, che troverà forse comprensione ed appoggio in un *daimyo* (signore feudale), collerico e istintivo quanto sensibile. Il forse è d’obbligo, perché non possiamo sottrarre gli spettatori alla tensione e all’attesa di scoprire se i due riusciranno a comprendersi e convivere. Nakadai impersona in un breve “cameo” il grande maestro di spada Tsuji Gettan, fondatore del *mugai ryu*, ripetendo nella cifra estetica e negli atteggiamenti il modello iconografico di Miyamoto Musashi. Speriamo di poterlo vedere ancora sullo schermo, non importa in quale ruolo. All’epoca dell’intervista, nel 2003 era ancora attivo ed impegnato nella ripresa in teatro di un soggetto del suo regista preferito, Masaki Kobayashi, che lo aveva diretto anche in “*Harakiri*”.



Toshiro Mifune e Tatsuya Nakadai in “*Rebellion*”



Convegno a Salerno “Samurai del terzo millennio”

Vincenzo Conte

Il termine Samurai (lett. “servitore”) è nato durante il periodo Heian (794-1185) per indicare la nobiltà guerriera. In seguito i Samurai divennero la struttura portante del governo giapponese (la cui massima carica era ricoperta dallo Shogun), , ed infine a partire dal XVI secolo nacque la figura del Samurai come la conosciamo oggi, cioè del guerriero legato al proprio signore da uno stretto vincolo di fedeltà, talmente stretto che alla morte di questi diventava un Ronin (un Samurai errante, lett. “Uomo onda”). Con l’avvento della Restaurazione Meiji (1876), che avviò il Giappone

Ricco di contenuti il convegno organizzato dall’associazione Bu Sen di Salerno, sui problemi e sulle prospettive attuali del variegato mondo delle arti marziali in Italia. L’incontro, al quale l’Aikikai è stata invitata in maniera ufficiale, ha visto la presenza di quasi tutte le discipline legate alla cultura orientale. Numerosi gli interventi che hanno evidenziato i vantaggi dell’allenamento fisico nella prevenzione dell’obesità e delle malformazioni posturali. Soprattutto però (e qui faccio riferimento all’intervento introduttivo di Luigi Di Maio, un vecchio iscritto alla nostra associazione) si sono sottolineati gli aspetti legati alla formazione di un carattere e di una mentalità particolari che si accompagnano alla pratica di queste discipline: la crescita armonica della personalità specie nella fase evolutiva, l’educazione al rispetto dell’altro, il raggiungimento di

all’era moderna, i Samurai scomparvero dalla storia del Paese del Sol Levante lasciando come eredità il Budo, le moderne arti marziali.

Il Samurai doveva possedere: senso del dovere (Giri), risolutezza (Shiki), generosità (Ansha), fermezza d'animo (Fudo), magnanimità (Doryo) e umanità (Ninyo) e rispettare rigorosamente i seguenti sette punti: Gi: giustizia, lealtà / Yu: valore e coraggio/ Jin: amore universale, benevolenza verso l'umanità/ Rei: giusto comportamento/ Makoto: sincerità totale/ Meiyo: onore e gloria/ Chugi: lealtà e devozione.

un giusto equilibrio tra mente e corpo. La figura del samurai non è quindi un mito anacronistico, ma un modello di riferimento da proporre soprattutto alle giovani generazioni, un codice etico nel quale allo sforzo fisico si fondono coraggio, integrità morale, onestà. Valori immutabili, risorse preziose nella convivenza civile: perché gli organismi che non si rinnovano non durano, e rinnovarsi è solo un ritorno verso i propri principi, alla propria origine. Ma se è vero che ogni giorno si deposita sul corpo qualcosa per cui alla fine appare la malattia, e che questo processo di declino investe non solo gli individui ma le società; è vero pure che la pratica quotidiana togliendo la polvere che si accumula, può servire a riportare la mente al suo stato naturale, e immettendo nell’organismo sociale nuove (o vecchie) idealità si contribuisce a mantenerlo vitale.



Samurai del clan Chosyu. Felice Beato, 1860.



L'ultimo samurai

Hiroyuki Sanada, Ken Watanabe, Tom Cruise

Salute: Qi gong

Maurizio Episodio Medico agopuntore e fitoterapeuta

Il Qi gong cinese (pron. cikung) significa, più o meno, "lavoro sull'energia". Il nostro kinorenma ha più o meno lo stesso significato, "lavorare, raffinare il ki" (energia vitale).

Ma a parte la similitudine dei significati degli ideogrammi, ho potuto notare anche diverse affinità nello svolgimento della pratica. Come esercizi di coordinazione mente-corpo, esercizi di respirazione, tecniche di rilassamento, ecc.

Ne parlavo sul tatami dopo la lezione di aikido ai miei pazienti allievi (poiché ho il pregio-difetto di riversare loro tutto ciò che so e, per qualcuno, anche ciò che non so, sicuro del fatto che tutto va bene e quello che non strozza ingrassa), ed è venuto fuori che uno di essi, di ritorno dalla Cina per un viaggio di studio, ne sapesse più di me.

L'ho invitato a parlarne a tutti noi in modo più dettagliato scrivendo due righe per la nostra rivista. Cosa che ha fatto, puntuale.

Mario Piccolo

Sono rientrato dalla Cina il giorno dopo il solstizio d'inverno (22 dicembre) in quei luoghi meravigliosi pronto ad affrontare i tepori di un tiepido inverno italiano ben in contrasto con i -8 C° di Beijin che avvolgevano sotto forma di fitta nebbia la mia personalissima tristezza. Giunto in Italia per gli auguri di prassi incontro nuovamente una persona davvero speciale ... il M° Mario Piccolo del Dojo Busen di Salerno..., perché anch'io sono un praticante di AIKIDO.

Mi sorprende allorché mi dice che, in questo periodo di mia lunga assenza, ha familiarizzato con la pratica del "Qigong". Tanto evidente la sorpresa sul mio volto che il maestro Piccolo ne richiede giusta informazione. "Scrivi qualcosa, che la si pubblica, è giusto che anche gli altri sappiano"... ed eccomi qui ... a scrivere, con la ferma intenzione di soddisfare le necessità di informazione di chi possa essere interessato a questa attività di ricerca del proprio benessere corporeo! Sono un medico agopuntore e pratico la medicina cinese ormai da un decennio integrandola spesso con la medicina occidentale ma altrettanto spesso i pazienti giungono a me per le incapacità terapeutiche mostrate dalla medicina ufficiale per patologie, soprattutto croniche, per le quali, al contrario, la medicina cinese risulta essere davvero unica per capacità terapeutiche..

Tra i diversi approcci terapeutici, medicina cinese significa anche Qigong.

Il Qigong è un esercizio fisico - mentale della tradizione medica cinese. Conosciuto in tempi antichi con differenti nomi: "Dao yin", "Shiqi", "Bigu", Qigong può essere tradotto come esercizio del Qi o maestria del Qi o esercizio del respiro o forse la traduzione più consona potrebbe essere "disciplina di allenamento del proprio soffio vitale". Chi lo pratica e non è necessariamente un paziente, coordina mente, respiro e posizione del corpo per perseguire lo stato di salute ed unità del corpo

stesso.

Fra i reperti delle tombe della dinastia Han di Mawangdui località presso Changsha, nella provincia di Hunan ci sono testi che trattano di medicina ed uno dei documenti più interessanti rispetto all'origine dell'energetica cinese è un rotolo di seta che comprende tre testi ed una tavola illustrata. Questa tavola detta "Daoyinfu" rappresenta donne e uomini intenti negli esercizi di Dao yin (Qigong) nelle stesse posture praticate ancora oggi. Allora, probabilmente, l'idea dello "scorrimento del Qi" non nasceva nel contesto terapeutico ma in quello delle tecniche di lunga vita, fatto sta che il termine Qigong è uno dei concetti più complessi ed onnipresenti nella cultura tradizionale cinese secondo la quale, l'ambiente esterno e l'ambiente interno (corpo) sono concepibili in termini di flussi, variamente sostanzati. Questi flussi riguardano tanto lo scambio tra individuo e ambiente quanto i flussi materiali, energetici ed informativi all'interno del nostro stesso corpo. Nella medicina tradizionale cinese esiste il concetto di EQUILIBRIO DINAMICO: maggiore la fluidità, rapidità, sincronia e cooperazione nel movimento del Qi, maggiore risulterà la forza, la resistenza, la capacità di adattamento all'ambiente.

Il Qigong incrementa questo equilibrio dinamico potenziando ed armonizzando le basi fisiologiche del concetto medico scientifico cinese: i TRE TESORI. Jing, o essenza, Qi o espressione del movimento e di tutte le trasformazioni psicofisiologiche, Shen o spirito, termine generale per tutte le attività psicocognitive, conscie e non conscie, molari o molecolari.

Ecco perché quindi la tecnica è di conseguenza fondata su una triplice armonizzazione del "corpo" (sfera Jing), "respiro", (sfera Qi) "mente", (sfera Shen). Sia chiaro immediatamente, al di fuori di qualsiasi equivoco, che si parla di **medicina** e sebbene non vi

siano strumentazioni tali da poter misurare la "presenza del Qi", esistendo invece prove scientifiche inconfutabili della presenza dei punti di agopuntura, ricercatori hanno mostrato, con esperimenti sui fluidi, la capacità di modificazione che i maestri di Qigong possono operare sull'acqua, soluzioni acquose e sostanze chimico-liquide. D'altronde, per gli addetti ai lavori ma anche per coloro i quali possano essere interessati a subire gli effetti terapeutici della disciplina, enzimi, cofattori e coenzimi,



trasportatori energetici (ATP) non sono forse i componenti della **terminologia metabolica** riconosciuti dalla moderna biochimica della medicina occidentale? E questi, non hanno quale unico scopo la produzione di energia?

Può forse provarsi l'energia prodotta da questi fattori in gioco

nelle reazioni chimiche che quotidianamente avvengono nell'organismo?

Il respirare, la capacità di discernere il differente sapore dolce tra due acini d'uva, la passione, queste, sono le manifestazioni dell'energia così come intesa dalla medicina cinese quindi molto più immateriale e sublime di quanto forzatamente non voluta dall'attuale e sterile volontà scientifica occidentale.

Storicamente si sono evoluti quattro diversi modelli di medicina nei quali il Qigong può avere una funzione importante:

- medicina terapeutica
- medicina preventiva
- medicina riabilitativa
- medicina della mente

Il Qigong può essere utilizzato in tutti questi ambiti ma è mia opinione credere, per la esperienza acquisita, che esso possa svolgere un ruolo di predominanza soprattutto negli ultimi due.

La tecnica si articola nei tre punti fondamentali già citati: controllo del corpo, del respiro e della mente. Ciascuno di questi tre punti comporta diverse tecniche in relazione al livello di preparazione raggiunta nella propria pratica da ciascun praticante ma, volendo generalizzare, si possono individuare due fasi fondamentali:

- ripristino delle funzioni carenti
- attivazione delle facoltà latenti.

Appare ovvio che ogni differenza citata tra i modelli e le fasi applicative del Qigong è esprimibile solo per

finalità didattiche non risultando evidenziabile alcuna linea di demarcazione tra le stesse tanto vero è che il qigong terapeutico è includibile nel ripristino delle funzioni carenti ed il ripristino delle funzioni carenti comporta certamente l'attivazione delle facoltà latenti di autoguarigione.

La pratica persegue l'adeguata successione degli esercizi, è evidente che il percorso esperienziale va **adeguato** agli equilibri energetici dei singoli individui. Altrettanto più evidente è la specificità e l'attenzione alle metodiche scelte quando il campo sia la **cura e la terapia**. Converrà in questi casi riferirsi ad un esperto. In un manuale, diversi sono reperibili in librerie aggiornate, si può solo consigliare di impostare la successione delle metodiche svolte in un singolo allenamento secondo un percorso logico, vera parabola esperienziale...

"Le otto pezze di broccato", "I sei suoni", "la disciplina degli otto trigrammi", "la disciplina del rilassamento muscolare", "allenamento meditativo" sono attività con un intrinseco potere energetico per il quale un organismo sensibile e senza una opportuna guida, può dimostrare un ascolto tale da percepirle, sentirne gli effetti, avvertirne timbri e modi vitali inusuali e nuovi che possono rivelarsi sgradevoli (vertigini, sudorazioni, palpitazioni, insonnia sono da annoverarsi tra i disturbi clinici riscontrabili).

Una stimolazione può rilevarsi come un impegno inadeguato alle valenze energetiche di un singolo individuo in un preciso momento della propria vita.

Si potrà così dare spazio nella fase iniziale dell'allenamento a esercizi introduttivi di scioglimento, riscaldamento, ascolto e contatto.

La fase centrale dell'allenamento potrà essere dedicata al lavoro energetico più organico e fattivo, corpo e respiro. La fase finale della sessione potrà riguardare metodiche più specifiche all'introspezione e allo sguardo interiori. La conclusione sarà centrata sul ristorare la vitalità e ricomporre l'equilibrio energetico abituale. Come regola generale si ricordi che il lavoro deve cominciare dal basso, sulle radici, sulla terra, riservare il lavoro sull'alto, sulle fronde e sul cielo ad una fase avanzata della maturazione, tale e quale alla naturale crescita del seme, dal basso verso l'alto, dalla terra al cielo, mai all'opposto.

Questo è il Qigong.

La dissertazione, è vero, potrebbe ai più non risultare intelligibile per le difficoltà intrinseche alla tematica trattata, ma altrettanto vero è la non impossibilità a comprenderlo se permettiamo all'antica sapienza gialla di affiancarsi nella crescita mentale di ognuno di noi ... il passaggio dal corpo fisico (xing) al corpo eterico (jing), da questo al corpo astrale (qi) e poi al corpo spirituale (shen) sino a raggiungere il vuoto, la primigenia origine indifferenziata, e poi lo stesso processo cosmico, il TAO.

Salute: Tai ji quan- Wu shu- Aikido

Luisa Bargiacchi



I sette chakra

Il nei jing, il primo testo classico della medicina cinese-III se. a. C., recita che “l'uomo di costituzione robusta non soffre facilmente di malattie”. Il buon equilibrio yin-yang e la corretta distribuzione dell'energia sono alla base di un buon funzionamento del sistema immunitario. L'attività fisica, se ben indirizzata può senza dubbio aiutarci a vivere “bene” e a lungo la Cina ha considerato fin dalle epoche remote il verificarsi di questa possibilità creando le pratiche del wu shu, tai ji quan e qi gong. Queste tre arti hanno in comune: il movimento del corpo, il controllo dell'attenzione e il controllo della respirazione, e si distinguono solo per la maggior incidenza di uno di questi elementi rispetto all'altro; infatti nel wu shu predomina il movimento, nel tai ji quan l'attenzione e nel qi gong la respirazione. Elemento unificatore è la possibilità di poter agire sul qi del corpo umano. Il qi, per la concezione medica cinese è l'energia vitale che si estrinseca in tutte le funzioni dell'organismo, anche se non è immediatamente visibile o palpabile: essendo responsabile di tutte le funzioni vitali è sempre stata oggetto di attenzione da parte dei cultori di tutte le arti marziali, non solo quelle cinesi; conservandola, coltivandola, incanalandola è possibile proteggersi da ogni tipo di aggressione del mondo esterno, raggiungendo il benessere psicofisico.

Il wu shu, conosciuto come kung fu, si può tradurre in “arti marziali”; è basato su una concezione del movimento molto diversa da quella che noi intendiamo. Nella nostra cultura il movimento è il prodotto della prestanza fisica e della forza muscolare, nel wu shu invece si parte dall' presupposto di dover utilizzare le proprie forze per raggiungere il completo controllo di tutto l'organismo, avendo come obiettivo principale di utilizzare e dirigere la forza, di controllarla: riuscire in questo significa scoprire il possesso di una forza insospettabile. Il wu shu consente di fortificare muscoli ed ossa, ma permette anche di regolare il sistema nervoso centrale, di migliorare le funzioni cardiovascolari, digestive e respiratorie soprattutto di rafforzare le funzioni del sistema immunitario.

Il tai ji quan è un'arte tradizionale di antichissima origine, messa a sistema agli inizi del XV secolo. Il tai ji anche chiamato ginnastica della lunga vita ha anche il significato di “boxe con le ombre”, espressione che sta da indicare il combattere contro un avversario immaginario: questa forma di arte marziale è costituita da movimenti lenti, continui e senza scosse, tanto da dare l'impressione di una danza eseguita con molta lentezza ed armonia. Il corpo si muove nello spazio secondo le varie direzioni e realizzando una serie di gesti che implicano sempre la partecipazione contemporanea ad tutti gli arti.

In epoca più recente, l'elaborazione dei principi di benessere insieme a quelli di autodifesa e difesa hanno portato alla creazione di tantissime arti marziali sia in Oriente che altrove, ma quella che, a nostro parere apporta i benefici maggiori, quella che è riuscita ad amalgamare nella marzialità gli antichi elementi di terapia tradizionale è l'Aikido.

L'Aikido va alla ricerca dell'equilibrio tra l'energia vitale individuale e l'energia cosmica; i movimenti, le tecniche, le prese, le cadute, non sono altro che massaggi e pungolo dei canali di scorrimento dell'energia che gli agopuntori cinesi chiamano come “meridiani energetici”. Il massaggio e soprattutto l'automassaggio rappresentano da sempre nella storia dell'uomo il più immediato metodo terapeutico; quasi automaticamente siamo portati ad attivare un'azione analgesica su una parte dolente, attuando una manipolazione, un massaggio appunto. Qi BO, Dai Ji, Yu FU sono i nomi dei primi operatori del massaggio, vissuti, secondo la tradizione cinese tra il 2600 ed il 2100 a.C. La peculiarità della tradizione cinese consiste nel principio dei meridiani principali e

secondari, lungo i quali sono localizzati i punti dell'agopuntura: questi canali energetici collegano l'esterno dell'organismo con l'interno, la cute con gli organi ed i visceri, l'alto con il basso, la regione posteriore con l'anteriore: ne nasce una immensa rete di collegamenti che spiega perchè la stimolazione di un

punto sia in grado di determinare effetti locali ma anche effetti a distanza spiegabili soltanto con il sistema dei meridiani.

Dunque è arduo trovare un'altra attività fisica che possa offrire benefici maggiori; ed il fatto stesso che sia praticato da tantissime persone non più giovani ma in perfetta forma ne è la prova inconfutabile.

PHONE: 81-3-3203-9 2 3 6
FAX: 81-3-3204-9 1 4 5

U R L: <http://www.aikikai.or.jp>
e-mail: aikido@aikikai.or.jp

AIKIKAI

AIKIDO WORLD HEADQUARTERS

17-18 WAKAMATSU-CHO, SHINJUKU-KU
TOKYO 162-0056, JAPAN

National Secretary
Aikikai d'Italia

May 1, 2007

Dear Sir or Madam,

We are pleased to inform you that we received 136 application forms for Dan grades from you.

Also, our bank advised us that the amount of JP 2,491,500 yen which you remitted to us had been credited to our account on April 26th, 2007.

We deeply appreciate your prompt payment.

The certificates, Yudansha cards and 780 Yudansha stamps will be sent to you as soon as they are ready.

We would like to let you know that Mrs. Teru Ikeda retired from the Aikikai office on March 31st.

She is 92 years old and she is enjoying her retirement now.

Sincerely yours,

高溝真理子

Ms. Mariko Takamizo

International Department

Aikikai World Headquarters

La lettera viene chiaramente dall'Hombu Dojo, e dopo varie chiacchiere di servizio conclude:

Vorremmo informarvi che la signora Teru Ikeda ha lasciato l'ufficio Aikikai il 31 marzo. Adesso ha 92 anni e si gode il piacere di essere in perfetta forma

La biblioteca ideale

Sachimine Masui, Beatrice Testini

San Sen Sou Moku

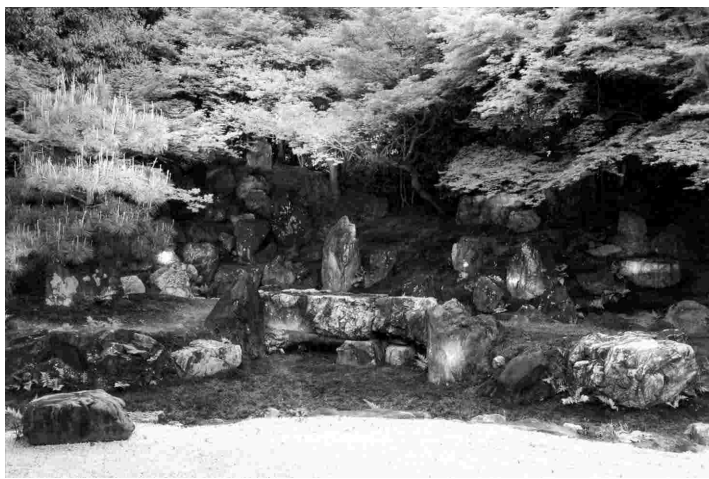
Il giardino giapponese nella tradizione e nel mondo contemporaneo

CasadeiLibri, collana Porte d'Oriente

Prezzo: 30 €

“Il libro esplora in profondità le caratteristiche essenziali dell'arte del giardino nipponico e la sua potenzialità come arte nel mondo contemporaneo. Contiene traduzioni inedite degli scritti di vari maestri di giardini dal medioevo ad oggi.”

Beatrice Testini è ben nota ai lettori di Aikido. Ricordiamo di lei l'articolo Sakuteiki, Il giardino come rappresentazione dell'universo apparso nel numero di Aprile 2002. E' certamente nota anche a molti praticanti come tra le più assidue ai nostri raduni, e come responsabile del dojo Katsura di Padova. Meno noti ovviamente la sua attività professionale, è architetto e il suo interesse verso l'arte dei giardini ha radici profonde, e la sua passione per lo *shodo*, la calligrafia giapponese.



Karesansui dell'Entokuin a Kyoto, realizzato intorno al 1605 per l'abitazione della vedova di Toyotomi Hideyoshi, chiamata Kita no Mandokoro “Nene”. Le pietre di questo giardino furono trasferite dal Castello Fushimijo, dove regnava Toyotomi Hideyoshi, e ricomposte secondo lo schema originario

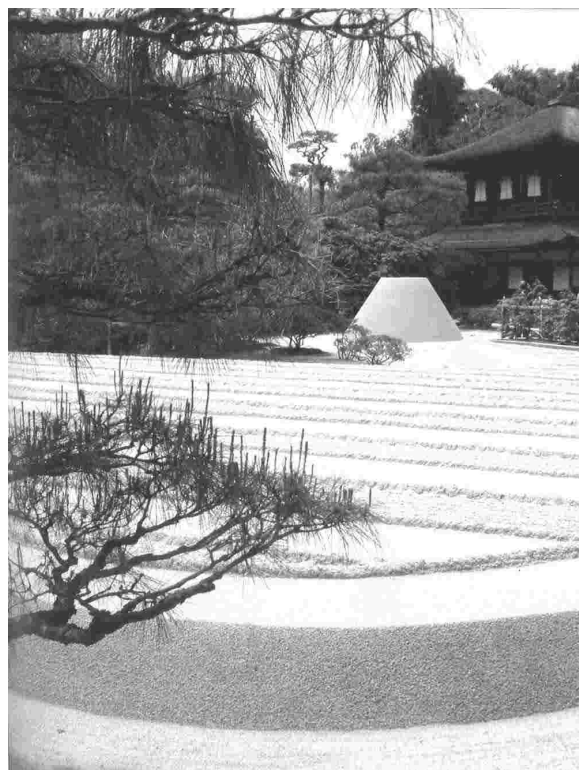
Il libro è diviso nelle 4 parti indicate dal titolo: *San* (montagna), *Sen* (fiume), *Sou* (erba), *Moku* (alberi). In *San* troviamo una accurata descrizione del territorio e del clima del Giappone, o per meglio dire dell'intero arcipelago che comprende oltre alle 4 isole maggiori non meno di altre 6500. Il 76% circa del territorio giapponese è montagnoso: l'importante influenza della montagna, non solo sul clima ma anche sulla concezione paesaggistica del giardino, sono analizzati nel capitolo “Origini e storia del giardino giapponese”; infine un

saggio sul *Sakuteiki*, il più antico testo dedicato alla composizione del giardino.

Il capitolo *Sen* esamina una impressionante mole di testi composti a partire dal XIV secolo dai maggiori maestri dell'arte.

In *Sou* vengono descritte le strategie paesaggistiche del giardino giapponese: Ospitalità, Attraversamento, Riproduzione, Riduzione, Astrazione.

In *Moku* si esplorano i rapporti tra l'arte del giardino contemporanea e altre 4 arti tradizionali giapponesi, materia di cui dobbiamo segnalare innanzitutto quella sulla mutua influenza tra l'arte del giardino e le arti del *budo*.



Giardino del Jishoji (Ginkakuji), Kyoto, realizzato intorno al 1490

Lo completano alcune appendici tra le quali quella del prof. Giangiorgio Pasqualotto sull'arte del *suiseki*, (da lui definita coltivazione di pietre), che utilizza pietre ritrovate in natura come elemento decorativo, non solo nei giardini ma anche all'interno degli edifici, per trasmettere il “senso di energia vitale e di variazione proprio di ogni fenomeno naturale”. Infine quella che propone “il gioco del *go* come metafora dell'architettura del paesaggio e del giardino”, di Lorenzo Casadei,

titolare della casa editrice, che nella sua ragione sociale - CasadeiLibri, gioca ironicamente sull'equivoco con il più ovvio Casa dei Libri. Anche lui una vecchia conoscenza dei nostri tatami: pratica presso il dojo Aikizen no Kai di Roma.

Questa opera segna a parere del recensore un ottimo punto di riferimento per chi voglia interessarsi dell'arte del giardino giapponese, ed è piacevole che alla sua gestazione e nascita abbiano operato dei membri della nostra Associazione. Che del resto nel frontespizio ringraziano tra gli altri Hideki Hosokawa e Hiroshi Tada "per i loro preziosi insegnamenti che sono stati una guida nell'approfondimento degli argomenti affrontati". E' un caso che un numero sempre crescente di soci dell'Aikikai si interessi professionalmente di cultura, la studi, la promuova, la pubblichi? Sicuramente no, e fa piacere constatarlo proprio in questo momento in cui la nostra associazione, di cui è bene ricordare il nome per esteso, **Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese – Aikikai d'Italia**, si accinge a celebrare il trentennale del riconoscimento giuridico da parte dello Stato.

Sarebbe probabilmente tempo di operare un vero e proprio censimento dei "giacimenti culturali" umani esistenti all'interno della nostra associazione, promuovere un proficuo scambio di idee, di esperienze e progetti, nonché far conoscere alla totalità dei nostri iscritti le varie possibilità di approfondimento culturale che sono a loro disposizione.

Va segnalato che la scienza moderna si interessa da tempo alle antiche arti tradizionali che ricercano l'armonia con se stessi e con l'universo, e che tentano di esprimerla nei modi più disparati. Vuoi nelle arti gestuali, cui può essere assimilata la nostra, che insegna come eseguire effimere tecniche di aikido destinate a

scompare immediatamente senza lasciare alcuna traccia tangibile, pur incidendo tangibilmente sul corpo e sull'animo del praticante essendo per definizione [arte di armonizzare lo spirito vitale in comunione con la natura], ed apparentata ad altre arti "effimere" come il *chanoyu*, [riassumendo una etica della ospitalità inquadrata in una cornice di principi estetico cerimoniali] o l'*ikebana*, [arte estetico simbolica di disposizione floreale]. Vuoi attraverso la pratica e lo studio di arti destinate a lasciare tracce tangibili che permeino nei secoli lo spirito del contemplatore, come la disposizione dei giardini.

Esistono infatti seri studi scientifici che tentano di riprodurre, anche attraverso rigorosi modelli matematici l'ideale di armonia rappresentato da un giardino di pietra (cfr. ad esempio *Neuroscience unlocks secrets of Zen garden, Nature, 26/09/2002*). Ma probabilmente per molti di noi prevarrà sulla fredda logica matematica il piacevole "profumo" che lentamente penetra nell'animo del praticante che si accosta, attraverso la guida di un maestro, ad un'arte che viene da tempi lontani. Ma chiudiamo con un richiamo all'arte occidentale, citato all'inizio del libro recensito, ma che vogliamo qui porre al contrario in chiusura.

*... vola con li occhi per questo giardino
ché veder lui t'acconcerà lo sguardo
più al montar per lo raggio divino*

Dante
Paradiso
XXXI, 97-99

Le citazioni tra parentesi quadre provengono dall'articolo 1 dello Statuto dell'Aikikai.



Lago nel giardino di Tenryuji, Kyoto

Il libro San Sen Sou Moku, il giardino giapponese nella tradizione e nel mondo contemporaneo, uscito nel marzo 2007 ha avuto un notevole riscontro, ed è già esaurito. La CasadeiLibri intende ristamparlo per settembre 2008. Segnaliamo che è possibile ordinare il libro anche direttamente presso la casa editrice:

Casadei Libri Via Castelfranco 6/n 35142 Padova Pd www.casadeilibri.com

Sugli ordinativi diretti l'equivalente del costo di distribuzione del libro, che normalmente incide sul prezzo di copertina con una percentuale che si aggira intorno al 50%, verrà devoluto al fondo di sostegno per il maestro Hosokawa.

