

AIKIDO

Supplemento AIKIDO Anno XLII (aprile 2011)

Periodico dell'Aikikai d'Italia - Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese

Ente Morale D.P.R. 526 del 08/07/1978 Via Appia Nuova 37 00183 Roma



合気道



Supplemento al n°XLII di AIKIDO
Periodico di Cultura Tradizionale Giapponese dell'Aikikai d'Italia
Autorizzazione Tribunale di Roma n° 14332 del 29 gennaio 1972

Redazione:

Via Appia Nuova 37 00183 Roma

Direttore Responsabile:

Luisa Bargiacchi

In Redazione:

Gianna Alice

Manuela Baiesi

Vincenzo Conte

Piano Editoriale e Coordinamento:

CentroPubblicità

Via XX Settembre 83 19121 La Spezia

Amministrazione:

Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese Aikikai d'Italia

Via Appia Nuova 37 00183 Roma

Stampa: GD srl Grafiche Digitali

Via Var. Cisa ang Via Ronzano 19038 Sarzana

Si ringraziano sentitamente tutti coloro che, a vario titolo,
hanno collaborato alla realizzazione di questo supplemento.
Un grazie particolare a Cesare (Marulli) e Mariarosa (Giuliani)

藤本洋二君の八段昇段を祝って。

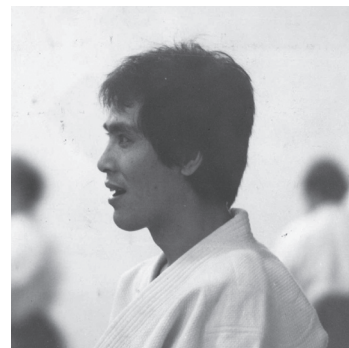
八段昇段おめでとうございます。

藤本君がイタリアに来てデセンザノ・デル・ガルダの夏期講習で活躍した時の事が今でもつい先日の様に思えます。

それから今日までイタリア各地を、地を這う様な苦勞のもと、多くの苦難を乗り越え、イタリア合気会の活動を支え、その中心となって来られました。

これからも身体を大事にして、長く、広く、深く合気道を行ってほしいと願っております。

多田 宏



Per celebrare il conferimento dell'VIII dan al Maestro Fujimoto

Congratulazioni per il conferimento del grado di ottavo dan.

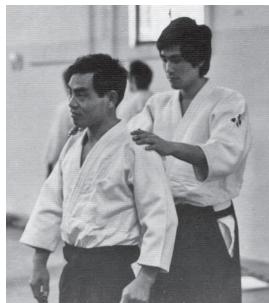
Ricordo ancora come fosse ieri quando il M. Fujimoto è arrivato in Italia per la pratica al seminario di Desenzano del Garda.

Da allora ad oggi, superando mille difficoltà con immensi sforzi, ha sostenuto l'attività dell'Aikikai d'Italia su tutto il territorio, divenendone un pilastro centrale.

Il mio augurio è che, avendo cura di sé, possa dedicarsi ancora a lungo alla diffusione e all'approfondimento dell'Aikido.

Tada Hiroshi

Traduzione a cura di Watanabe Koji



È con gioia che ho appreso del conferimento dell'ottavo dan al Maestro Fujimoto, il giusto coronamento di una carriera spesa alla diffusione dell'Aikido e volta al continuo affinamento dello stile.

L'arte dell'Aikido richiede questo impegno.

In me l'apprezzamento per l'Aikido praticato da Fujimoto si è spesso tramutato in ammirazione, con l'invito rivolto a tanti miei allievi di frequentarne le lezioni.

Questo è il vantaggio della famiglia Aikikai: abitare una casa con molte porte e molte finestre, dove tante persone possono entrare per praticare e vedere panorami diversi, dove tutti trovano sempre gentilezza, rispetto, impegno e sincerità.

La mia memoria va adesso alle lezioni, agli stages che abbiamo tenuto insieme in tante parti d'Italia, alle serate liete che abbiamo passato a discutere del Giappone e dell'Aikido, o più semplicemente a chiacchierare.

Con l'affetto dell'amico di vecchia data dico:
auguri Maestro Fujimoto.

Hosokawa Hideki

Il conferimento del 8° Dan al M° Fujimoto è un grande avvenimento.

Oggi vorrei però esaltare tutto il lavoro, la tenacia, le rinunce e i sacrifici che senz'altro hanno accompagnato il Maestro in tutti questi anni in cui si è dedicato completamente allo studio e all'insegnamento di quella meravigliosa disciplina che è l'Aikido. Se esistono sentimenti, ricordi e soddisfazioni che appartengono solo a lui, è però vero che il suo lavoro nell'Aikikai d'Italia ha fatto sì che moltissimi muovessero i primi passi con lui, e che tutti i praticanti dell'Associazione abbiano, attraverso il suo insegnamento, arricchito le proprie conoscenze dell'Aikido.

Possiamo dire tranquillamente che in ognuno di noi c'è un po' di M° Fujimoto.

La forte personalità del M° Fujimoto non consente di dare per scontato che il rapporto con lui sia facile, ma, al contrario, si rivela sempre impegnativo, stimolando così le qualità migliori di collaboratori e allievi e costringendo ognuno di noi ad interrogarsi continuamente per trovare nuovi spazi di crescita sia personale che collettiva.

L'Aikikai d'Italia non può che provare profonda gioia e commozione a fronte del prestigioso riconoscimento dell'8° dan che il M° Fujimoto ha ricevuto lo scorso gennaio dal Doshu, ed è onorata di partecipare ai festeggiamenti organizzati per un evento così importante per la nostra Associazione.

Il Consiglio Direttivo, la Direzione Didattica, il Collegio dei Revisori, a nome proprio e di tutti gli associati, rivolgono al M° Fujimoto i più sentiti ringraziamenti per l'opera svolta in oltre 40 anni di attività nel nostro Paese e gli augurano di raggiungere altri importanti traguardi a testimonianza della qualità del suo insegnamento e del suo impegno.

Il Presidente Franco Zoppi



Dare voce ad un sentimento diffuso, quale l'ammirazione e la stima incondizionata verso un Maestro 8° Dan è, tutto sommato, una cosa semplice; più arduo è interpretare il lavoro, la gioia, la fatica, il sudore, il divertimento, l'ammirazione, la stima che questo grande maestro ci ha fatto provare. Per questo motivo abbiamo lasciato posto alle immagini, che sono da considerarsi una bussola, un indicatore del tempo passato insieme; tempo passato ma non sprecato, tempo trascorso ma non scordato. Le fotografie che vedrete sia in bianco e nero che a colori, sia vecchie che nuove sono testimoni del nostro desiderio di capire e praticare quest'arte, l'Aikido, la cui difficoltà è proporzionale alla sua bellezza.

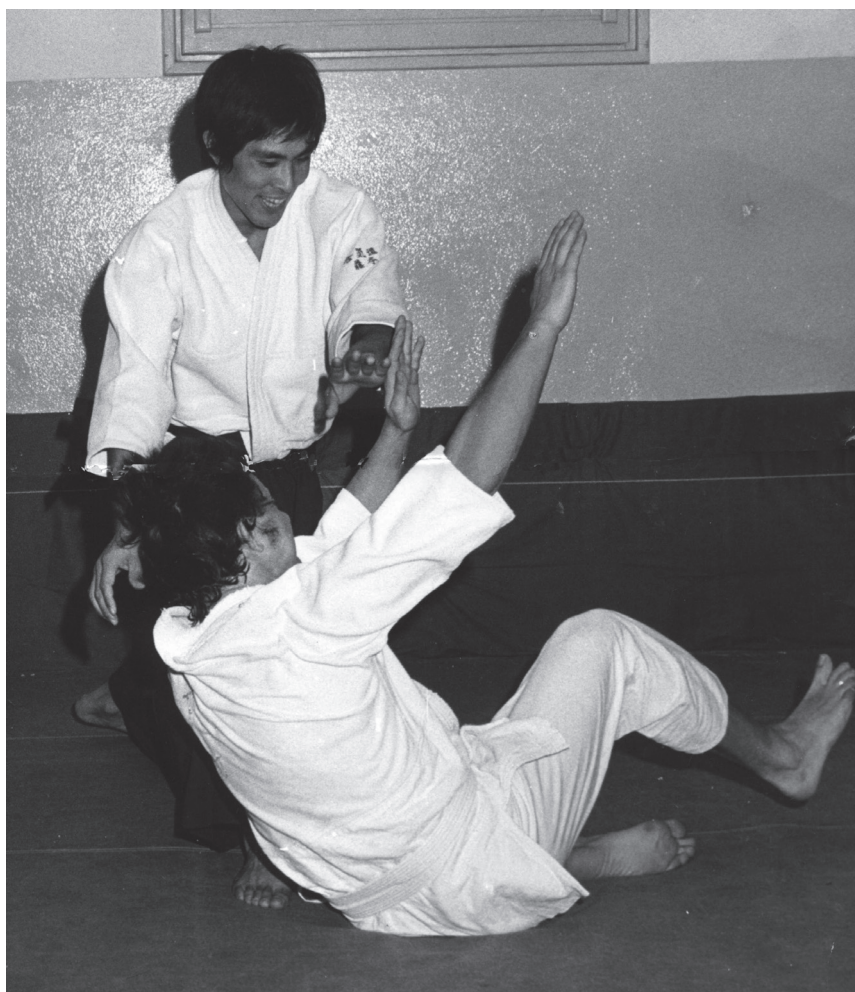
Crediamo che quasi tutti gli aikidoisti italiani siano saliti sul tatami insieme a questo Maestro che affina la sua arte ed insieme la trasmetteva: il Maestro Fujimoto, con la sua innata eleganza ci ha mostrato movimenti fluidi e leggeri, movimenti a cui noi, goffi principianti, abbiamo spesso risposto con rozzezza ed impaccio e se abbiamo continuato nella nostra pratica lo dobbiamo al nostro ma anche al suo impegno.

Congratularsi con il Maestro Fujimoto per il suo 8° Dan è, al di fuori di ogni retorica, congratularsi con l'Aikido.

Luisa Bargiacchi

Gianna Alice - Manuela Baiesi - Vincenzo Conte

Nelle prossime pagine troverete, anticipato da una biografia essenziale, il compendio di due interviste che il Maestro Fujimoto ha rilasciato per Aikikai, chi voglia leggere le versioni integrali le può trovare sul portale aikikai, sezione media (Aikido XXI-1 e Kodomo 2006). Buona lettura!!!



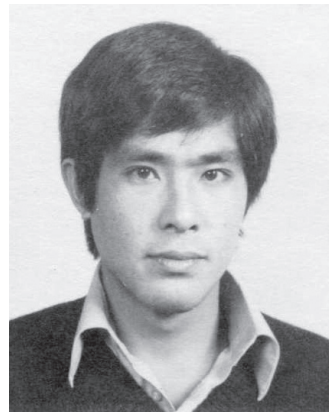
Yoji Fujimoto è nato ad Yamaguchi, nel sud del Giappone, nel 1948. Destinato a seguire l'arte marziale di famiglia, il kendo, di cui suo padre era Maestro 8°Dan presso il Dojo Kendo della Polizia locale, gli capitò, giovanissimo, di assistere ad una lezione di Aikido all'Hombu Dojo: ne rimase così colpito che ne cominciò la pratica assidua, tanto che a 14 anni fu promosso shodan, e a 21 sandan. Completati gli studi, laureatosi in Scienze Motorie all'Università Nitai, nel 1970 si

trasferì in Italia per coadiuvare il maestro Tada nella sua opera di diffusione dell'Aikido. Si stabilì a Milano dove tuttora risiede e da questa città cominciò un'instancabile attività che lo portò al conferimento del 7°Dan nel 1994 e dell'8°Dan durante il Kagamibiraki del 2011.

Dalle ciliegie al Palalido

Maestro, vuole raccontarci come è avvenuto il suo incontro con l'aikido?

Bisogna risalire ai tempi dell'Università. Con un piccolo gruppo di amici, tutti studenti della Nitaidai, avevamo cominciato a praticare aikido, ma il nostro club aikidoistico non era ancora ufficialmente riconosciuto dall'autorità accademica. A noi, costretti a girare di dojo in dojo e con pochi soldi per pagare le quote mensili, premeva avere un buon Maestro e poter praticare con continuità, all'Hombu Dojo interessava sviluppare l'aikido nell'ambiente universitario e così, grazie anche a una serie di fortunate coincidenze - il rettore era compaesano e buon conoscente di O' Sensei, ci venne assegnato il Maestro Koichi Tohei, che all'epoca faceva parte del corpo docente dell'Hombu Dojo con la qualifica di Shihan bujo (capoistruttore). Il nostro club aikidoistico venne ufficialmente riconosciuto ma, purtroppo, le numerose incombenze del Maestro Tohei gli impedirono ben presto di dedicarsi a noi, ed io mi rivolsi allora al Maestro Masuda, il quale venne incaricato dall'Hombu Dojo di seguire lo sviluppo aikidoistico del nostro club. Per convincerlo a prendersi cura di noi, gli dissi che non si sarebbe trattato di un grande impegno ... giusto il tempo di farci le ossa, e invece da allora il Maestro Masuda non ha più smesso di occuparsi dell'ambiente universitario, tanto che oggi è il Direttore Tecnico del Settore aikido di tutte le Università del Giappone.



Come ha poi deciso di lasciare il suo Paese e di trasferirsi proprio in Italia?

Per la verità era un'idea che era venuta maturando già dalla fine delle scuole medie inferiori.

L'aikido non c'entrava niente allora, volevo uscire dal Giappone, vedere altri paesi. Ne parlai con mio padre il quale, nascondendomi il suo disaccordo, prese tempo dicendomi che nel mondo moderno la licenza media inferiore non era più sufficiente a garantire prospettive per il futuro e che sarebbe stato meglio completare gli studi superiori. Terminato il liceo tornai alla carica. Mio padre mi diede la sua approvazione ma, questa volta, fu mia madre che prima di acconsentire volle interpellare i miei insegnanti. Avevo allora un professore che giocava a calcio nella nazionale giapponese e che aveva frequentato la Nitai dai, il quale mi consigliò di frequentarla. Mi disse in sostanza che la mia preparazione non era ancora completa e che un conto era recarsi all'estero da turista, altro era costruirsi un futuro. La Nitai dai godeva fama di Università dalla rigida disciplina e severamente formativa: se ce l'avessi fatta a superarla avrei forse avuto delle buone carte da giocare per il mio futuro e così mi laureai in Scienze motorie.

Lei è stato invitato in Italia dall'Hombu Dojo per continuare il lavoro già avviato dal Maestro Tada e contribuire allo sviluppo dell'aikido nel nostro paese.

Erano gli inizi degli anni '70, anni in cui in Italia il judo primeggiava ancora tra le arti marziali e il karate era in piena ascesa.



Ci racconta qualcosa sulle difficoltà che ha incontrato nella sua opera di diffusione dell'aikido?

Mah... non ricordo particolari difficoltà... i problemi erano soprattutto di ordine burocratico: il permesso di lavoro, i documenti vari e cose di questo genere. Per il resto, l'iniziale mancanza di allievi, la fatica per cominciare a raccogliere un po' di praticanti... beh, tutto questo è normale. Gli inizi sono sempre difficoltosi, ma questo lo sapevo già, me lo aspettavo.

Però in qualche palestra, per dimostrare "sul campo"

l'efficacia dell'aikido, Lei ha dovuto anche praticarlo in un modo forse pur sempre elegante, ma di sicuro un po' più "energico" di quello a cui siamo abituati.

Sì... più cattivo, più aggressivo... però qualsiasi cosa all'inizio è così.

Anche in un'intervista concessa a Telelombardia Lei ha affermato che gli inizi della sua esperienza italiana furono duri. Dal punto di vista economico "quanto" furono duri?

Ah... economicamente fu molto dura (e qui il Maestro ci picchia una sonora risata). Tanto per capire: io insegnavo tre o quattro volte la settimana in una palestra, avevo una sessantina di allievi e quello che guadagnavo se ne andava tutto per l'affitto di casa. Allora abitavo con un judoka e un karateka e c'era

sempre un viavai di altra gente che veniva ospitata; in pratica c'erano quasi sempre sette o otto persone. Sì, ognuno divideva le spese si fa per dire ma un lavoro vero l'avevo soltanto io. In qualche modo da mangiare ce n'era: quando c'erano i soldi si comperava... non so... una decina di chili di riso; mi ricordo che una volta abbiamo vissuto cinque o sei giorni soltanto di ciliegie; un'altra volta, era d'estate, soltanto d'anguria... anguria e sale, come si usa in Giappone... mettendo il sale diventa più dolce. Eh sì, economicamente è stata dura, ma non più di tanto... eravamo giovani.

Come mai decise di stabilirsi proprio a Milano?



Inizialmente non c'è stato un preciso motivo, piuttosto si è trattato di un intreccio di combinazioni tant'è che io desideravo andare negli Stati Uniti, dove il maestro Tohei aveva una serie di conoscenze. A quel tempo c'era il Maestro Tada a Roma e ad occuparsi di Milano c'era un altro Maestro giapponese, di nome Kawamukai, che insegnava aikido in una palestra di judo, l'Asahi mi pare; il Maestro Kawamukai svolgeva però anche una attività commerciale ed il suo datore di

lavoro, un americano di origine giapponese, era amico del Maestro Tohei, così quando, con l'approvazione del Maestro Tada, Kawamukai richiese un insegnante che potesse affiancarlo mi fu offerto di venire in Italia ed io, che ero allora terzo Dan, venni a Milano. Subito dopo, si tenne uno stage, forse per Pasqua, non ricordo bene, e conobbi il Maestro Tada al quale chiesi dove sarebbe stato meglio stabilirmi. In sostanza mi disse che se non ce l'avessi fatta economicamente, avrei potuto ripiegare su Roma dove c'era il dojo centrale già avviato, il Maestro Tada a quel tempo non risiedeva più stabilmente nella capitale, se invece fossi riuscito a superare le iniziali difficoltà di inserimento, sarebbe stato meglio restare a Milano, sia per la diffusione dell'aikido nell'Italia settentrionale, sia per le potenzialità economiche del capoluogo lombardo, tanto Roma aveva già un buon numero di praticanti ed era in grado di cavarsela da sola. E così rimasi qui.



E come è andata?

Dapprima ho insegnato alla palestra Asahi, poi al Nippon club in via Termopili, nel '72 mi pare, dove sono rimasto per due o tre anni e dopo ho affittato la palestra del Collegio dei Padri Salesiani.

E' cominciata ad arrivare gente, avevamo bisogno di uno spazio più ampio e, tramite un amico che aveva buone conoscenze presso le Suore Orsoline in viale Majno, ho potuto affittare una palestra allora inutilizzata nel loro istituto. Gli allievi sono aumentati ancora, il canone d'affitto rincarava ogni anno e così, a furia di cercare una soluzione, nell'83 siamo arrivati qui in via Porpora.

E' andata bene, eh! Torniamo ai suoi tanti anni in Italia. Nel corso di questo tempo lei è cambiato, così come è cambiato il suo aikido naturalmente, il modo di viverlo, di praticarlo e sicuramente di insegnarlo...

Lo spero! interloquisce



No, Maestro, è Lei che deve dirlo. In cosa è cambiato il suo modo di insegnare?

Innanzitutto, alcuni sono d'accordo, altri un po' meno, oggi la direttiva dell'Hombu Dojo ... è: "L'aikido è per tutti". Non solo per alcune categorie di persone, ma per tutti; deve quindi essere praticabile da tutti indipendentemente dal sesso, dall'età, dalla prestanza fisica. Quando ero giovane non la pensavo così.

A volte arrivavano nuovi praticanti e io... beh, non che li mandassi via ma dopo un po' se ne andavano e non tornavano più.

Vuol dire che non li respingeva, ma li poneva di fronte a difficoltà tali per cui si allontanavano da soli? Il Maestro annuisce e continua:

Con il tempo un uomo cambia, forse è l'età o forse perché il mondo stesso è cambiato e questo cambiamento non l'ho voluto io. Non mi sono posto il problema: "il Doshu ha detto che l'aikido deve essere



praticabile da tutti e quindi io devo cambiare". Certo il Doshu è la Guida dell'aikido mondiale e noi Shihan dobbiamo seguirne le direttive; ma il problema, ripeto, non si è posto in questi termini; è stato un processo naturale. D'altra parte lo stesso Doshu dice: "Non sono io che ho voluto questi cambiamenti, tutto è cambiato". È cambiato il mondo, sono cambiati i bisogni, la mentalità, i comportamenti e quindi anche l'aikido; anche il modo di praticare e di insegnare è cambiato.

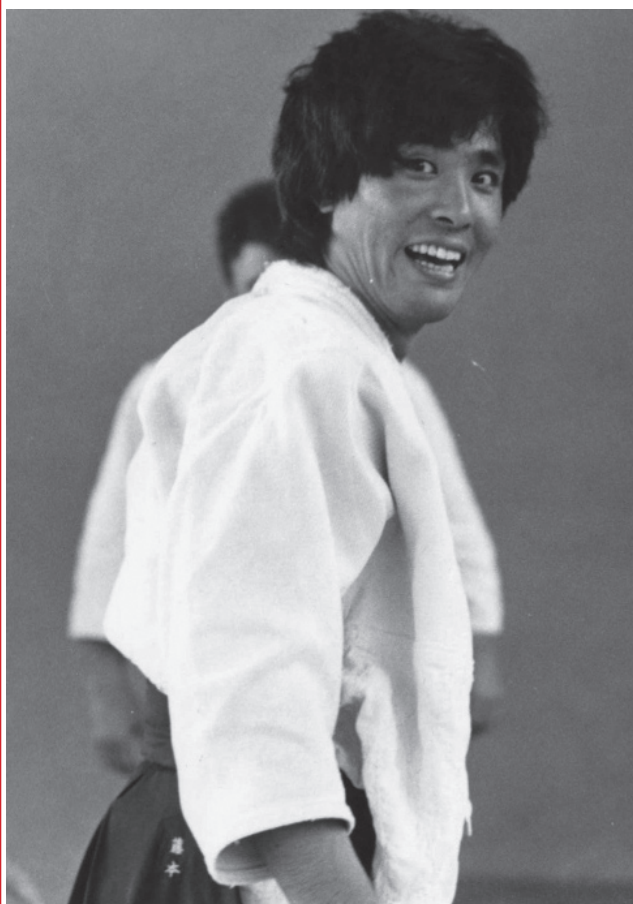
In tutti questi anni Lei ha anche accumulato una grande esperienza conoscitiva dell'aikido europeo. Ogni paese, si dice, presenti delle proprie caratteristiche nel modo di praticare. Quali sono, secondo Lei, nel bene e nel male, le caratteristiche degli aikidoka italiani, quali, rispetto agli altri europei, i nostri lati positivi e negativi.

Gli italiani sono bravissimi, molto bravi ma, tanto per capirci, per molti anni vi sono stati costantemente presenti tre insegnanti giapponesi. Quale altro paese europeo presenta una situazione simile?

Quindi Lei dice che l'Italia ha goduto di una storia, per così dire, privilegiata, ha beneficiato di maggiori possibilità di crescita.

Inoltre spesso si

presentano diverse occasioni per seguire altri insegnanti che vengono dall'estero e quindi ci sono più possibilità di verifica, di confronto con altri stili, di arricchimento del proprio bagaglio aikidoistico. Questo vale anche per noi Maestri. E' un po' anche se l'espressione non è la più adatta come la concorrenza. Se dobbiamo confrontarci con un'altra persona non possiamo rimanere prigionieri della nostra routine, siamo stimolati a cercare il nuovo, a crescere. In questi anni l'Aikikai Milano ha avuto un buon sviluppo e oggi funziona bene; abbiamo organizzato



grosse manifestazioni, il numero dei nostri praticanti è aumentato; poi abbiamo cominciato ad avere rapporti con persone anche al di fuori del mondo delle arti marziali, persone che oggi collaborano con noi e contribuiscono alla diffusione dell'aikido. Tutto è cambiato e siamo cresciuti anche perché io pure sono cambiato. All'inizio, mi riferisco al settanta, ho dovuto pensare alle mie necessità; d'altra parte quando una persona attraversa momenti economicamente difficili, la necessità di guadagnare assorbe la maggior parte dei suoi pensieri



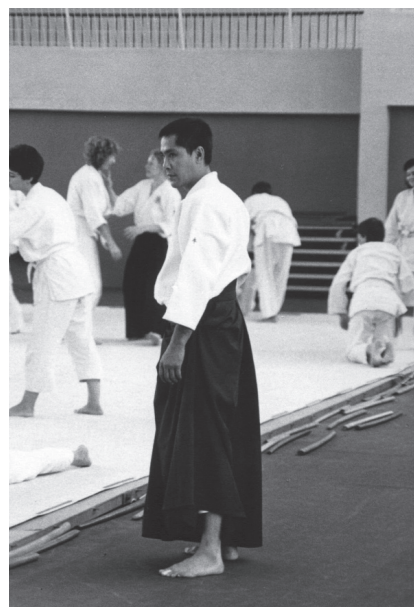
è soltanto un praticante che ha cominciato a camminare da solo, tutto qui. Qui invece quando uno supera l'esame di Shodan si considera già un Maestro. Ma anche questo modo di pensare è cambiato e cambierà ancora. Quando sono arrivato in Italia c'erano pochissimi Shodan e rispecchiavano un'altra epoca, un altro modo di praticare, un'altra concezione. Praticare è la cosa più difficile perché non basta praticare, bisogna vedere come lo si fa. Ecco possiamo dire che è forse questo il difetto di molti aikidoka italiani: si abituano, si "riempiono" di uno stile di un Maestro e poi non riescono più ad essere disponibili, ricettivi nei confronti degli insegnamenti di un altro Maestro. Per imparare, per acquisire ciò che di nuovo, di diverso ci viene proposto, bisogna "svuotarci" di ciò che abbiamo appreso. Ovviamente non vuol dire dimenticare le basi, gli insegnamenti fondamentali, ma per afferrare quello che un insegnante può offrirci bisogna sapersi "svuotare" se si vuole progredire davvero. In un bicchiere già colmo di vino non se ne può aggiungere dell'altro, no? La presenza di altri maestri che si sono avvicendati in passato dal maestro Masuda, al Maestro Asai, hanno dato la possibilità di usufruire di un insegnamento diverso; i diversi metodi di svolgere lezioni in atmosfera piacevole, divertendosi, che noi giapponesi diciamo "asobi" è molto diversa dallo spirito, dalla grinta da samurai con cui si sono presentati molti insegnanti dal Giappone: certo esiste anche quel modo di insegnare aikido, ma in quel modo l'aikido non sarebbe più per tutti.

e non è facile pensare ad altre iniziative. Poi quando la situazione si è modificata, ho avuto la possibilità di cominciare ad invitare altri autorevoli insegnanti, ed anche attraverso la loro presenza, sono cambiato anche io ... anche tecnicamente, no? Vorrei continuare a cambiare un po' ...

Però non ci ha detto se esistono dei risvolti negativi nei praticanti italiani.

Insomma, Maestro, qual è il maggior difetto degli italiani?

Non è un difetto degli italiani, è un difetto comune agli occidentali: in Giappone si dice che quando uno diventa Shodan ha compiuto solo il primo passo di un lungo cammino. Da noi uno Shodan





Intervista al Maestro Fujimoto

E. Cardia - C. Susca

Maestro, forse qualche bambino non lo sa ancora, ma qual è il significato della parola aikido?

Il nome Aikido è formato da tre parole: AI che vuol dire unione, armonia; KI è l'energia dell'universo che secondo noi giapponesi fa vivere tutte le cose, gli uomini, gli animali, le piante, il nostro pianeta...DO invece significa via, un percorso dove s'impara qualcosa. Quindi la sua traduzione potrebbe essere via dell'unione con l'energia dell'universo... capito? L'Aikido non serve per combattere o per fare del male a qualcuno ma insegna a creare armonia con le persone a cercare di andare d'accordo con qualcuno anche se questo ci vuole fare del male. Difficile no? Però interessante....

Ci dice come mai ha cominciato a fare aikido?

Nella mia famiglia si praticavano già arti marziali: mio padre, infatti, era maestro di kendo; anch'io da bambino ho fatto kendo e mi ricordo che mia mamma mi faceva alzare ogni mattina all'alba e prima di fare colazione dovevo fare 100 shomenuchi con lo shinai (il "bokken" del kendo) e se smettevo prima mi sgridava e mi faceva ricominciare; forse è colpa sua se ho cominciato



a fare aikido (ride!). Iniziai a praticare aikido più tardi da ragazzo e quando arrivai all'università a Tokyo cominciai a frequentare le lezioni all'hombu dojo (il dojo di O Sensei) e con i miei amici ci allenavamo anche all'università.

Come mai è venuto a vivere proprio qui in Italia?

Quando ero giovane mi sarebbe piaciuto conoscere il mondo fuori del Giappone, così dopo l'università andai negli Stati Uniti dove cominciai ad insegnare aikido; poi il M° Tada mi chiese di venire in Italia per aiutarlo e siccome a Milano non c'era nessuno che insegnava aikido decisi di fermarmi qui.



All'inizio è stato molto difficile, nessuno conosceva l'aikido, tutti volevano fare solo judo e karate, poi piano piano la gente ha cominciato ad interessarsi e adesso ogni settimana vado in giro in Italia e in Europa a fare degli stages dove c'è sempre molta gente e vedo che ci sono anche dei bambini. Una volta facevo lezione anche ai bambini: mi ricordo che era bello perché erano sempre molto allegri e s'impegnavano tantissimo...Ora nel mio dojo ci sono allievi che insegnano ai bambini; è bello sentire di nuovo le risate dei bambini nel dojo, mi fa tornare giovane (sorride).

Secondo lei un bambino che cosa impara facendo aikido?

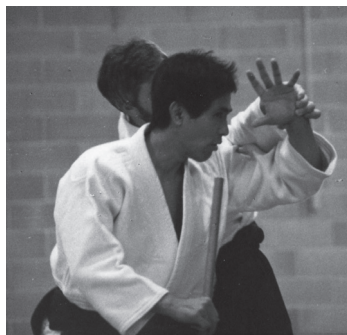
E' difficile da dire, ogni bambino può trovare diverse cose che gli piacciono, ma io penso che una delle cose più importanti è che tutti lavorano insieme, si aiutano tra di loro; l'altro giorno uno degli insegnanti del corso bambini mi ha raccontato che un bambino di sei anni che pratica aikido già da un anno, insegnava a fare tenkan a un bambino di dieci anni, e tutti e due erano contenti. Io penso che questo sia molto bello e che sarebbe bello vivere in un mondo dove non c'è un primo e un ultimo... Forse il messaggio dell'aikido è proprio questo... magari però ne parliamo tra 10 anni ok ? ah ah ah...



Lo stile del Maestro Fujimoto

Vincenzo Conte

Lo stile del Maestro Fujimoto, inconfondibile nella plasticità dei suoi movimenti ampi, è ormai da anni conosciuto e apprezzato dai praticanti non solo italiani. Uno stile seducente, originale, sempre misurato nelle movenze, che non cede alla tentazione del facile spettacolo e che non è frutto solo di doti naturali ma di un'educazione e uno studio costanti, protratti nel tempo. Molte volte nelle sue lezioni insiste infatti sull'importanza delle tecniche di base (kihon), di avere l'umiltà di tornare indietro, di riscoprire, di ricominciare daccapo a studiare quanto si crede di sapere, di conservare la mentalità del principiante. "Essere shoshin" o meglio "diventare shoshin", l'esortazione che spesso ripete, è la condizione per non cadere nella presunzione di



ritenersi arrivati, la qualità necessaria per poter migliorare.

Una ricerca quella dello stile senza dubbio faticosa, che diventa quasi un modo di essere, basata sulla cura meticolosa dei particolari. È sempre interessante ascoltare i suoi insegnamenti, frutto non solo dell'esperienza ma di una personale rielaborazione: l'aikido è qualcosa di sottile, un affinamento della sensibilità, la pratica tra uke e tori può essere paragonata a due coltelli che reciprocamente si affilano. Un discorso questo sulla sensibilità che gli ho sentito ripetere anche in relazione a Ueshiba. Lui era uno di quei giovani che accompagnavano O Sensei alla stazione e stavano

sempre attenti a non perderlo di vista, data la velocità di spostamento del Fondatore. Raccontava Fujimoto come Ueshiba potesse cambiare improvvisamente idea sulla destinazione del viaggio dicendo: "Ho sentito diversamente". Segno questo di una elasticità mentale su come distribuire il proprio tempo e di come cogliere le occasioni che si presentano, un insegnamento valido non solo sul tatami ma nella vita di ogni giorno.

Come noto il Maestro dà molta importanza alla figura di uke: "Uke è quasi più importante di tori. Per diventare forti occorre fare da uke. Quando si è giovani praticare molto da uke", d'altro canto lui stesso è stato un uke formidabile. Non



è da stupire quindi se con pazienza artigiana 'smonta e ricompone' le tecniche sottolineando la dinamica dei diversi momenti fisici e il benefico lavoro sulle articolazioni di uke. Fare bene da uke è salutare non solo dal lato fisico ma soprattutto psicologico.

Lo stile poi non è fine a se stesso, serve ad esprimere qualcosa, a comunicare agli altri una parte di sé, a crescere insieme. Uno stile quello del Maestro Fujimoto efficace, elegante, ma soprattutto bello; qualche volta gli ho sentito dire: "Fate in modo che il vostro movimento sia il più bello possibile".

Proprio la bellezza fa dell'aikido un'arte in grado di esprimere il nostro modo di essere, che allarga la nostra esperienza costruendo un canale per relazionarsi agli altri. L'esperienza di ognuno è diversa e lontana, ma grazie alla qualità estetica dell'arte, è possibile creare un collegamento, uno scambio reciproco.

Articolo tratto da Aikido XXXVIII



KAGAMIBIRAKI 鏡開き

di Gianna Alice



Kagamibiraki è un'antica cerimonia giapponese per festeggiare l'arrivo dell'anno nuovo, risalente al periodo Muromachi, cioè ai tempi dei Tokugawa, che si svolge di solito il secondo sabato o domenica di gennaio. Letteralmente significa "aprire (hiraku) lo specchio (kagami)". Lo specchio è una delle tre insegne, o tesori sacri, del Giappone: la spada, lo specchio e la gemma che simboleggiano rispettivamente il valore, la saggezza e la benevolenza. Un tempo durante la preparazione del kagamibiraki venivano pulite le armature e affilate le lame delle spade come misogi per purificare lo spirito in modo da esser pronti ad affrontare un nuovo anno secondo l'etica dei samurai e ripulirsi di quanto fatto durante l'anno passato.

Le famiglie di samurai si riunivano e preparavano un dolce di riso, il mochi, detto per l'occasione kagamimochi 鏡餅 che veniva spezzettato e consumato insieme con l'intento di rafforzare i legami e alleanze tra le famiglie. Il kagamimochi veniva inteso come un'offerta agli dei come ringraziamento dell'anno trascorso con l'auspicio di ricevere le forze per affrontare un anno nuovo. Lo spezzettamento (non il taglio) del dolce racchiude il significato di purificazione e lo specchio che sembra non avere attinenza al dolce viene associato perché il mochi veniva preparato in anticipo ed il riso veniva chiuso in piccoli barili di legno. All'apertura si trovava in superficie un liquido simile al liquore che lo rendeva riflettente come uno specchio... La tradizione del kagamibiraki si diffuse ben presto ovunque; nelle case il kagamimochi veniva sistemato nel tokonoma mentre nei dojo i festeggiamenti procedevano con un etsunen geiko, allenamento intenso per finire l'anno seguito da una meditazione zazen per iniziare con la mente vuota l'anno nuovo e concluso con lo spezzettamento del kagamimochi consumato tutti insieme. Il Kagamimochi risulta composto da due mochi tondeggianti sovrapposti e decorati in modo sontuoso con gli immancabili gohei (le strisce di carta bianca tagliata a zig-zag) a significare la presenza delle divinità, rami di pino (di buon auspicio per una lunga vita), ventagli, etc. I due mochi sovrapposti sono la rappresentazione dell'anno che se ne va e di quello che arriva e nella composizione vengono rappresentati in modo stilizzato i tre tesori sacri: il mochi che rappresenta lo specchio, l'abbellimento del frutto arancione che simboleggia la gemma e le decorazioni lunghe che rappresentano la spada. L'usanza di festeggiare il kagamibiraki con una grande festa al Kodokan di Tokyo risale a Jigoro Kano, il Maestro fondatore del judo ed ora seguita anche da altre arti marziali tra cui l'aikido. Per l'occasione vengono anche fatti avanzamenti di grado e c'è inoltre l'usanza da parte degli allievi di fare delle offerte anonime ai Maestri che si dedicano all'insegnamento senza ricavarne alcun beneficio economico. Di solito viene preparato, come è usanza per le grandi manifestazioni, un tenugui apposito con gli ideogrammi che ne descrivono l'anno e la ricorrenza.

Hombu Dojo:Kagamibiraki di Aikido anno 23 dell'era Heisei (anno 2011)

6 gennaio 2011 ore 6.30 del mattino: hatsu keiko, cioè primo allenamento dell'anno.

9 gennaio 2011:cerimonia del kagamibiraki. Durante il saluto il Doshu ha ricordato che quest'anno ricorrono gli 80 anni della nascita dell'Hombu Dojo fondato nel 1931 da Morihei Ueshiba e che l'aikido è ormai diffuso in 90 paesi; è seguita una sua lezione e dimostrazione di aikido. Durante questa occasione al Maestro FUJIMOTO YOJI è stato conferito l'8° DAN e noi praticanti che conosciamo l'eleganza dei suoi movimenti lo consideriamo meritatissimo!!!

Kagamimochi dell'Hombu Dojo, 2011

10 gennaio 2011:KAGAMIBIRAKI al Nippon Budokan di Tokyo per diverse arti marziali. Le dimostrazioni sono state eccezionali, rese ancor più suggestive dai molti Maestri che indossavano abiti dei tempi dei samurai. Alla fine della cerimonia tutti insieme assaggiano il mochi bevendo sake.

24 gennaio/2 febbraio 2011: kan keiko all'Honbu Dojo. Il kan (freddo) keiko è un allenamento che viene fatto nel periodo più freddo dell'anno e dura 10 giorni, ai praticanti che riescono a fare un allenamento ogni giorno viene dato un diploma e regalato un tenugui autografato dal Doshu. Quest'anno tra i molti iscritti ben 110 praticanti ci sono riusciti...

Un anno importante

di Valentina Lamparelli

Era il gennaio del 1971 quando un giovane Yoji Fujimoto, 23 anni e 3° Dan di aikido, arrivava nella fredda e nebbiosa Milano, per iniziare quella che sarebbe stata la più lunga avventura della sua vita. Come in una macchina del tempo, ci spostiamo subito in avanti di...40 anni!

6 gennaio 2011. In aereo, destinazione Tokyo, il Maestro Fujimoto, forse pensando proprio a questi 40 anni di attività intensa, si prepara ad un evento ancora più importante. Si sta recando al Hombu Dojo per la consueta cerimonia di inizio anno, Kagami Biraki 鏡開き, dove vengono consegnati anche i diplomi dei gradi Dan Suisen più alti, assegnati direttamente dal Doshu.

Deve ritirare il suo diploma di 8° Dan!

È difficile capire o immaginare che cosa si possa provare all'idea di andare a ricevere un riconoscimento così importante. Provo a pensare a una medaglia al valore per dei soldati, ad un titolo onorifico alla carriera per stimati professionisti, ma credo che l'assegnazione di un 8° Dan per un Maestro giapponese di aikido sia molto più di tutto questo anche se la naturale umiltà e il prescritto distacco giapponesi non permetteranno mai di sapere veramente cosa si provi.

Una volta arrivato a Tokyo, il primo appuntamento per il Maestro Fujimoto è il sabato 8 gennaio, invitato a partecipare all'annuale riunione di tutti i responsabili Aikikai del Giappone, presso l'Hombu Dojo. E qui si immerge in una vera e propria rimpatriata di vecchi compagni di aikido, del periodo precedente alla sua partenza dal Giappone. Gente che letteralmente non vedeva da 40 anni. Il tutto procede poi con un bel ricevimento presso un prestigioso hotel di Tokyo. Qui convergono quasi un migliaio



di persone, tutte legate all'Aikikai, del Giappone e di vari paesi. Prima di dare inizio al banchetto, il Doshu tiene un bel discorso augurale per l'anno nuovo, sempre in nome dell'aikido come pratica di armonia, di pace e di crescita personale. terminate le formalità, inizia la festa e tutti cominciano a girare e a salutarsi. Il Maestro Fujimoto è uno dei personaggi più fotografati della serata. Il Maestro Tada sembra il principale promotore di questa serie di foto e si mette felicemente in posa anche lui accanto a

Fujimoto. Insomma si respira un'aria di allegria e serenità. Ma arriviamo al vero giorno importante: domenica 9 gennaio 2011. Verso le 13:00 la gente comincia a confluire all'Hombu Dojo e si accoda all'ingresso. Fuori ci sono tutti gli uchideshi insieme a moltissimi aikidoisti capitanati dal Maestro Irie, alle prese con la preparazione del famosissimo OMOCHI お餅, il tradizionale "gnocco" fatto con una particolare farina di riso, specialità del periodo delle feste di inizio anno. L'operazione è molto interessante perché viene effettuata con tutti i procedimenti e gli attrezzi tipici. Si sente già la solennità giapponese nel rispettare certe tradizioni quasi rituali. Il Maestro Fujimoto, anche lui forse distratto dall'attività là fuori, o forse, da puro giapponese, già con l'acquolina in bocca a vedere tutto quel mochi, viene richiamato all'ordine



dal Maestro Masuda. Questi gli spiega per filo e per segno cosa succederà durante la cerimonia, dove dovrà stare, come dovrà sedersi, cosa dovrà fare, dire... Improvvisamente Fujimoto diventa serio e molto attento. Quando il Maestro Masuda arriva all'argomento "quota d'esame", Fujimoto esprime il suo profondo desiderio di consegnare personalmente il denaro a Osensei... Nel momento più importante della sua carriera aikidoistica, il Maestro Fujimoto vuole rendere omaggio all'unico Maestro di tutti noi, al fondatore dell'aikido. Nel giro di pochi minuti, Fujimoto viene fatto entrare di soppiatto nel cancello della casa del Doshu, accanto all'Hombu. Da qui accede ad un piccolo padiglione accanto all'abitazione, che è il tempio privato della famiglia Ueshiba dedicato al fondatore. Qui si trova anche una parte delle ceneri di Morihei Ueshiba.

A questo punto l'emozione si fa tangibile. Il Maestro Fujimoto è inginocchiato davanti a Osensei, il Doshu gli sta di fianco, già vestito per la cerimonia ufficiale. La moglie del Doshu è perfetta nel suo bellissimo kimono, e c'è pure Wakasensei, Mitsuteru Ueshiba. In questa bellissima e intima cerimonia privata, solo per il Maestro Fujimoto, vengono dette parole rituali e compiuti molti inchini, accompagnati da vari battiti di mani. E finalmente Fujimoto può posare



la busta con la sua quota d'esame proprio ai piedi di Osensei. Ma ora bisogna sbrigarsi. Tutti gli ospiti sono già seduti sul tatami principale dell'Hombu. Le pareti sono tutte decorate a festa. Il tatami è ricolmo di gente. Il Maestro Osawa dirige la folla, indicando dove e come sedersi. Niente è affidato al caso, nessuno siede dove non dovrebbe, ognuno, in base al proprio ruolo, ha la sua posizione. E poi, microfono alla mano, dà il via alla cerimonia. In un piccolissimo quadrato di tatami, il Doshu tiene un piccolo embukai. Lui e tre uke, tra cui Wakasensei, volteggiano armoniosamente. Finalmente si contestualizza tutta la cerimonia sull'aikido. Una volta ricomposto, il Doshu siede ad un piccolo tavolino bianco, rivolto al pubblico. Alla sua sinistra arriva a sedersi un elegante e compostissimo Maestro Tada.

Si comincia con la consegna dei diplomi.

Vengono consegnati simbolicamente un diploma per Sho, Ni, San, Yon e Go Dan. Poi i Roku Dan presenti e i Nana Dan. Le persone sedute nelle prime file davanti al Doshu, scorrono secondo un preciso disegno ed ecco che il Maestro Fujimoto, da che era in fondo alla seconda fila, arriva a trovarsi seduto dritto



davanti al Doshu. Comincia la consegna degli Hachi Dan. Ce ne sono 6 e Fujimoto sembra essere l'ultimo della lista. Infatti è così. Sarà l'emozione e la suggestione, ma sembra proprio fatto apposta. Il Maestro Tada prende l'ultimo diploma, lo gira correttamente e lo porge al Doshu. Viene pronunciato il nome del Maestro Fujimoto, il quale si distacca dalla fila e si posiziona a ridosso del tavolino, salutando con un profondo inchino. Per la sesta volta, ma ancora più solennemente, Ueshiba Moriteru legge la formula del Hachi Dan, sotto l'occhio vigile del Maestro Tada. Il diploma viene girato e portato a Fujimoto. L'attimo in cui le mani dei due sorreggono insieme la preziosa pergamena, sembra interminabile. Le mani del Doshu si staccano e la sua testa si inchina di fronte al suo "senpai". Già, per un attimo sembra quasi che sia il Doshu ad inchinarsi per primo di fronte a un Fujimoto impietrito sotto il peso del suo 8° Dan. Ovviamente l'inchino non tarda molto ad arrivare. Ed è evidente che si tratti di uno degli inchini più sentiti che il Maestro Fujimoto abbia fatto nella sua vita. Si conclude la cerimonia e, in fondo al tatami, l'intera parete coperta da un telo, viene scoperta.

Ci sono gli elenchi di nomi e gradi di tutti i “diplomati speciali” del 2011. In alto a destra gli ottavi Dan.

Lasciando i toni più formali il tatami dell'Hombu Dojo si trasforma in un ordinato banchetto. Quasi una ventina di file di lunghi e bassi tavolini si materializza tra i presenti. Giusto il tempo di girarsi e ognuno si ritrova un bicchiere di sake in una mano e una ciotolina di *omochi* con *azuki* nell'altra. Tutti mangiano e bevono felicemente.

Il Maestro Masuda siede accanto a Fujimoto, insieme ad una vecchia conoscenza, anche lui neo 8° Dan. Si ride e si festeggia con i cuori carichi di gioia.

Il Doshu prende il microfono e invita i neo ottavi Dan a fare un discorso. Anche qui Fujimoto viene lasciato per ultimo. Ritorna subito l'emozione, ma le parole non gli mancano. Molto umilmente si presenta e spiega che molti dei presenti forse non lo conoscono e si chiedono chi sia questo strano giapponese ottavo Dan. Dice di vivere in Italia da qualche anno, e di avere un piccolo dojo, dove tutti sono i benvenuti, se di passaggio da quelle parti.

Già: Fujimoto non aveva mai partecipato a questa cerimonia, non era mai venuto a ritirare personalmente il 6° o il 7° Dan.

Forse è meglio così, perché la luce che ha avuto negli occhi per tutto il tempo, era così spontanea e gioiosa.

CONGRATULAZIONI !

おめでとうございます



