

合気道

# 子供の合気道 Aikido per Ragazzi



Anno 6 Numero 1 (febbraio 2010)

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



# 子供の合気道

Kodomo no Aikido = Aikido per ragazzi

# Aikido per Ragazzi

**Periodico di Cultura Tradizionale Giapponese dell'Aikikai d'Italia**

**Redazione:** Via Appia Nuova 37 00183 Roma

**Direttore responsabile:** Mariarosa Giuliani

**In Redazione:** Gianna Alice, Luisa Bargiacchi, Emilio Cardia, Angela d'Alessandro

**Piano Editoriale e Coordinamento:** CentroPubblicità - Via XX Settembre 83 - 19121 La Spezia

**Amministrazione:** Aikikai d'Italia - Via Appia Nuova 37 - 00183 Roma

**Stampa:** GD srl Grafiche Digitali Via Variante Cisa ang. Via Ronzano 19038 Sarzana (sp)

**Spedizione:** Postale

## Composizione dell'Aikikai d'Italia

**Presidente:** Franco Zoppi

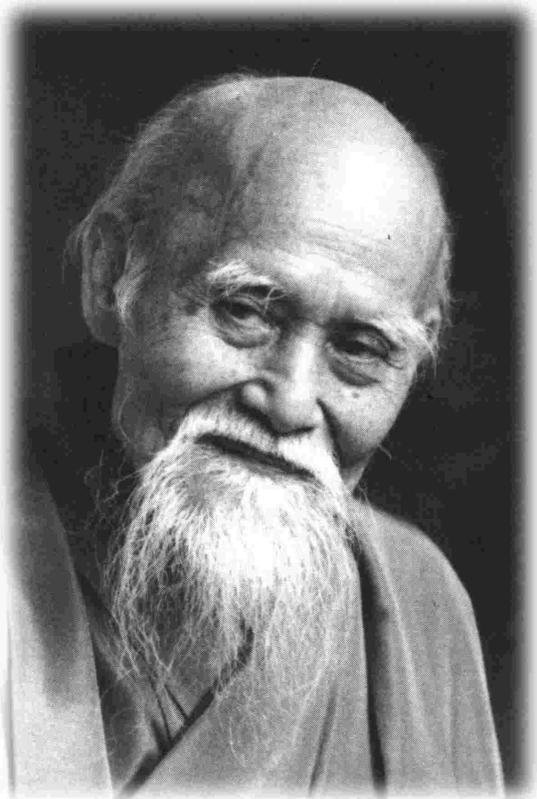
**Vice Presidente:** Marino Genovesi

**Consiglieri:** Piergiorgio Cocco - Roberto Foglietta - Donatella Lagorio - Cesare Marulli - Mario Piccolo

**Direttore Didattico:** Hiroshi Tada

**Direzione Didattica:** Yoji Fujimoto - Hideki Hosokawa - Pasquale Aiello - Brunello Esposito - Auro Fabbretti - Carlo Raineri - Domenico Zucco

**Revisori dei Conti:** Presidente: Sergio Napelli - Consiglieri: Adriano Olmelli - Maurizio Toscano



*Chi ha rispetto per i sentimenti altrui ascolti la voce dell'Aikido:  
Aikido non è per la correzione degli altri, ma per la correzione della nostra mente.  
Ueshiba Morihei*

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 per Ragazzi (Kodomo no 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 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.

# L'abbigliamento giapponese

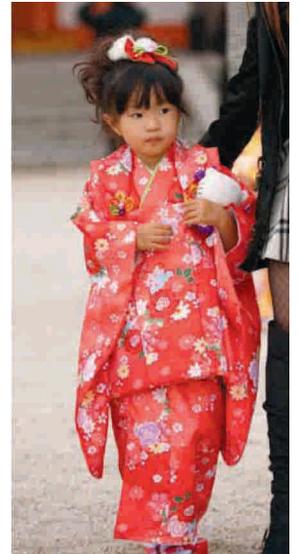
di Gianna Alice e Maria Rossi



kimono nei manga-anime

Gli abiti giapponesi tradizionali sono molto diversi dai nostri, sono pregiati, affascinanti e vari. Noi conosciamo bene il kimono nella sua forma per arti marziali, ma diversi decenni fa il kimono in Giappone era l'abito comune, colorato ed elegante.

Letteralmente kimono significa "cosa da indossare" ed ormai è usato solo in alcune occasioni perché è carissimo (ma lo si può anche affittare per le occasioni importanti), non è certo semplice metterselo addosso e occorre sapersi muovere con molta grazia perché si è come inguainati da una cintura alta (obi) che quasi toglie il respiro... Potremmo suddividerli in kimono da uomo, da donna, da bambino e da ... neonato (avete letto bene) senza bisogno di specificare troppo le taglie (almeno questo è praticissimo vero?). Si ottiene cucendo insieme pezzi di tessuto rettangolari e non esalta affatto le curve del corpo al contrario dei nostri abiti occidentali. Per proteggere il kimono si indossa l'haori, una giacca



di seta leggera ( un tempo usata solo dagli uomini ) utilizzata per impedire che il kimono si sporchi e che varia a seconda dell'occasione. Inoltre, poiché nell'abbigliamento giapponese non esistono bottoni, va portata aperta o incrociata davanti. Per fermare il kimono si usa l'obi (la cintura che noi usiamo per fare arti marziali è molto semplificata e ridotta di dimensioni) una cintura lunga lunga fatta in tessuto di broccato o in seta e colorata in modo da esaltare il colore del kimono. Più l'occasione è importante più l'obi deve essere raffinato, arrotolato intorno al corpo e poi legato dietro la schiena con un fiocco abbastanza vistoso e diverso a seconda se la donna è sposata o non ancora. Insomma, per ogni circostanza vi è un kimono apposito sia per forma che per colore che per accessori, addirittura per stagione, complicatissimo per noi! Per quanto riguarda i pantaloni si usa una specie di gonna pantalone con 7 pieghe, l'hakama (quella che vedete indossata dai vostri maestri di aikido o comunque dagli yudansha). Ormai viene indossata solo dagli uomini ma un tempo anche le donne le mettevano sotto i kimoni.



geta da donna

Per quanto riguarda le calzature da abbinare ai kimono tutto è semplificato: ci sono gli zōri e i geta. Gli zōri sono degli infradito con la suola piatta (di vari tipi e materiali da scegliere con molta cura se si indossa un kimono elegante). I geta



geta da uomo

sono invece degli infradito con le soles rialzate da due traverse di legno usati per non bagnarsi i piedi quando piove ma che rendono la camminata tutt'altro che facile...almeno per noi che non siamo abituati. Chi li calza e sa camminare bene produce un ticchettio particolare che i giapponesi chiamano カランコロン (che si legge karankoron) E le calze?? Ovviamente devono adattarsi alle scarpe infradito quindi hanno l'alluce separato dalle altre dita e si chiamano tabi. Abbinato al kimono sono bianche e sono calze che sembra facciano bene alla salute perché massaggiano l'incavo tra l'alluce e l'indice...provare per credere...

Esiste anche un abito a forma di kimono ma fatto con un tessuto meno elegante, di solito di cotone, lo yukata, che ha le maniche non troppo larghe ed è senza fodera, a disegni floreali per le donne e geometrici, bianchi e blu, per gli uomini. Ancor oggi è molto usato sia in casa che negli alberghi. Nelle cittadine con le terme, diffusissime in Giappone, vengono anche indossati per strada. Inoltre si usano per le feste quando il kimono sarebbe troppo importante ed in questo caso sono coloratissimi e indossati da tutti, anche dai bambini. Anche lo yukata ha origini antiche che risalgono a più di 1000 anni fa quando era di lino ed era usato come vestaglia dopo bagno dalle nobili cortigiane e successivamente anche dai samurai. Purtroppo questi pregiati costumi tradizionali da quando il Giappone è venuto a contatto con l'occidente sono stati sostituiti da abiti più pratici. I ritmi di vita frenetici dei giorni nostri non ci permetterebbero di dedicare così tanto tempo a vestirci in modo tradizionale per cui anche in Giappone ci si veste all'occidentale. Ma anche noi non ci vestiamo più come le nostre nonne, non è vero? Per ora non sono ancora andati persi per sempre, sotterrati dall'occidentalizzazione, perché per i giapponesi il kimono resta non solo un abito ma un simbolo e speriamo che non si "estinguano" del tutto insieme a molte altre



Enorme Hello Kitty per strada

cose perché quando si vedono sono una vera gioia per gli occhi. Ma per ora non c'è pericolo, li indossa persino Hello Kitty!... e lo si vede spesso nei manga-anime, nelle bambole... insomma ovunque. Anzi, altro che farlo morire! Il kimono lo hanno esportato in tutto il mondo...!...



pupazzi hello kitty in vendita nei grandi magazzini giapponesi (come si vede dal cartellino)



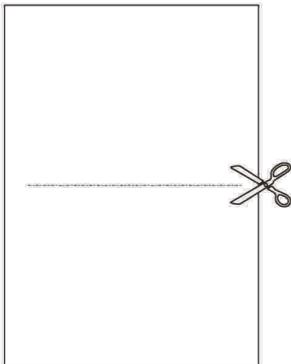
# 着物

semplice...

è un pò come incrociare due rettangoli quasi uguali, poi col modellino che vi propongo potrete pure variare l'ampiezza delle maniche a piacere!

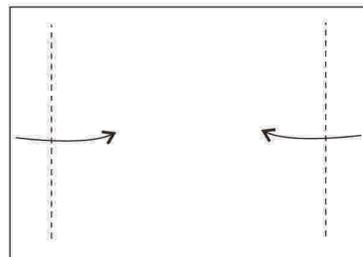
Per fare una prova prendete un foglio A4 cioè quello della stampante... poi quando sarete sicuri potrete rifare il tutto con una magica carta coloratissima della fantasia che preferite.

- 1 tagliare la carta a metà  
in questo senso

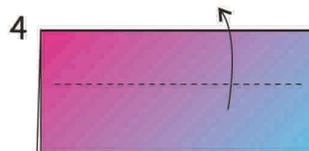
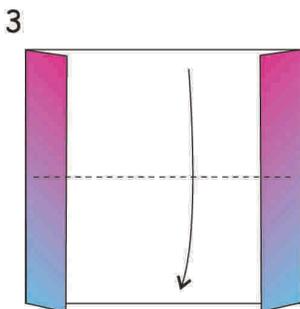


ora vi ritrovate due rettangoli uguali, uno per fare le maniche e l'altro per la parte centrale. Scegiamone uno a caso e cominciamo a fare le maniche

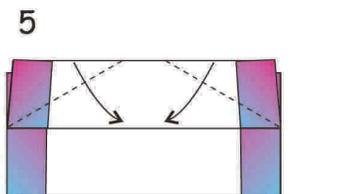
- 2  ingrandimento



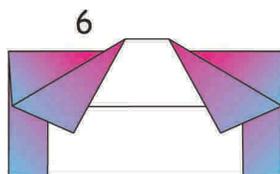
ripiegare un pezzettino a destra e a sinistra



alziamo il foglio superiore in modo che in alto ne sporga un pezzettino piccolo che servirà per fare il colletto

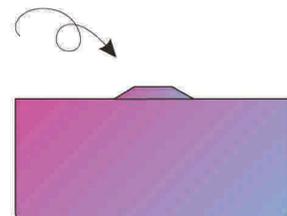


dopo aver segnato la metà lasciare in mezzo uno spazio per il colletto

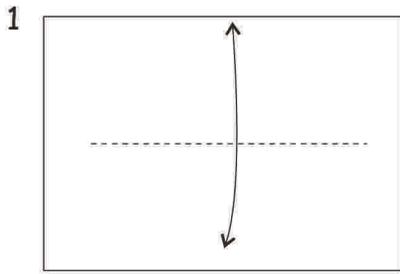


facilissimo!  
la parte superiore è finita!

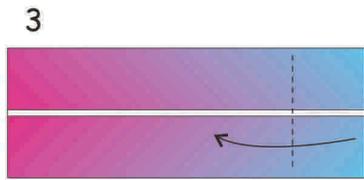
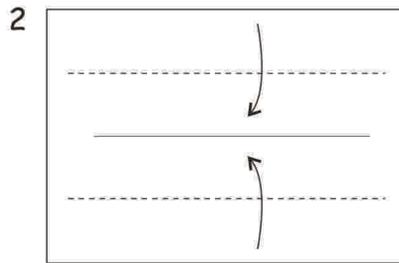
Controllare! ... se si capovolge risulta così...



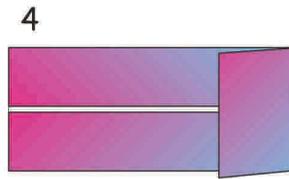
usare ora il secondo foglio



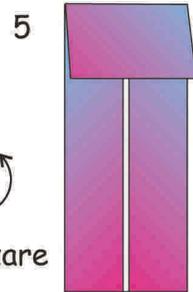
1  
segnare la metà del foglio



3  
ripiegare un pezzetto

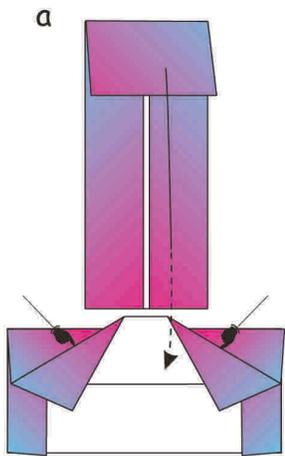


4  
raddrizzare



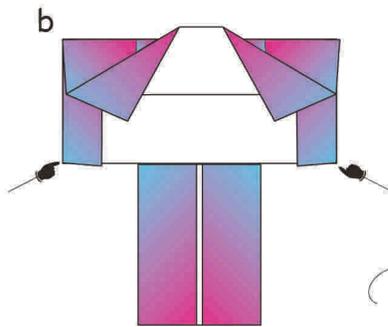
5  
anche questa parte è terminata

MONTEGGIO

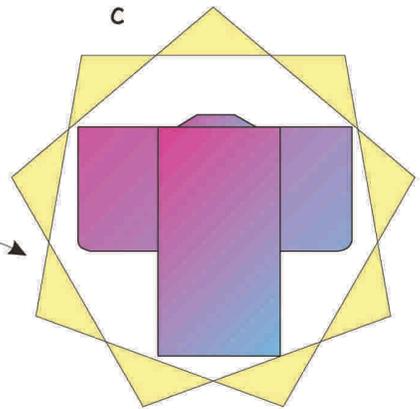


a  
inserire l'aletta fino in fondo al soffietto del colletto centrandola bene.

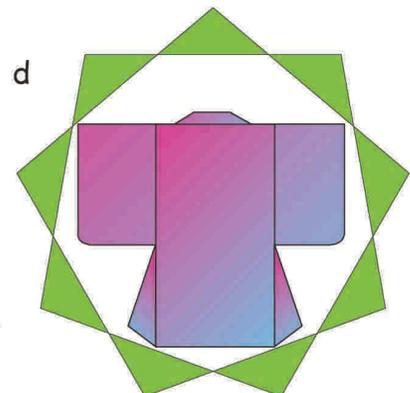
Per fissare le due parti usare poi un pò di colla



b  
arrotondare un pò l'angolo della manica poi capovolgere



quando si espongono i kimono, se ne evidenzia l'ampiezza con delle pieghe ai fianchi. Per far ciò basta aggiungere una piega, al punto b, portando in fuori i lembi laterali



# BOKI-SAN-DODD

by ALESSANDRO PAVESIO

Acquerelli di Domenico Zucco



E COSI' BOKISAN SI TROVA A GIRARE  
PER STRADA SENZA UNA META PRECISA,  
... QUANDO UN GIORNO...

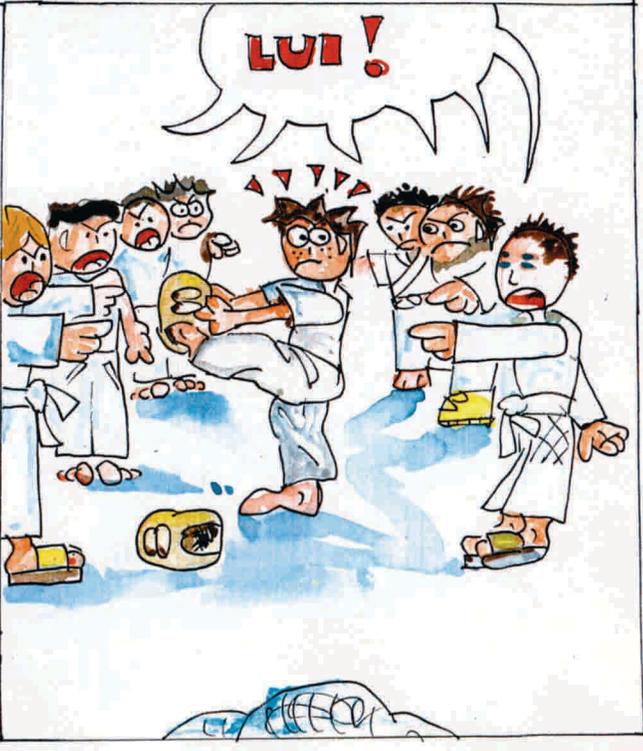


... UHM... CON UN MESE SENZA NIENTE  
(O QUASI) DA FARE, POTREI FARE UN  
SALTO A VEDERE... CHISSA', MAGARI  
POTREI DIVENTARE IL PIU' FORTE  
DELLA SCUOLA, CON QUESTA SPECIE  
DI KARATE... CHISSA'...  
POTREI ANCHE INCONTRARE  
DELLE RAGAZZE CARINE  
... UHHH... SI TANTO  
... TENTAR NON NUOCE...





ARRIVA COSÌ IL GIORNO DELLA SUA PRIMA LEZIONE... E NELLO SPOGLIATOIO...



BENE, BENE BOKISAN... SICCOME SEI IL NOSTRO "NUOVO" PRINCIPIANTE... E' NATURALE CHE NON CONOSCI IL REGOLAMENTO del DOJO... PERTANTOOOO...



OGGI INIZIAMO CON LA



REGOLA NUMERO UNO!



RISPETTARE IL DOJO, GLI ARREBI, L'ORDINE, LA POLIZIA, IL SILENZIO, I PROPRI INDUMENTI, LE ARMI, IL SENPAI...



ALTRIMENTI CHE COSA SUCCEDE?



... CHE DOVRAI ESEGUIRE UN SURPLUS DI ESERCIZI!



...UN "SURCHECOSA" !!!

OH! SI... INIZIA PURE CON 50 SALTII DELL'ORSO!

AH! AH!... E' UNO SCHERZO VERO



CHI E' CHE SCHIGNAZZA ALLE MIE SPALLE?

PFF PFF

UN SURPLUS DI ESERCIZI... AKU... TI PUOI AGGIUNGERE A BOKISAN PER I "SALTII DELL'ORSO"... BOKISAN!!... MIRO TI TI SPIEGHERA' COME SI ESEGUONO... INTANTO MEDITATE... "RISPETTO!"



POCO DOPO... 9...10... EH! EH!... TUTTA QUA LA POSIZIONE??



...25...26...27 PANT... ANF... EHI! AKU... A CHE PUNTO SEI? -- ANF... PANT--

A 45 SALTII



...39...40... PUFF, PUFF... CHE FATICA... ANF... AIUTO... PANT... AIA!... -RISPETTO...



COSA DICI?

AH... VUOI ACQUA. Vieni, ti accompagno a bere!

AH... MFF...  
AHE... AHOOH!  
VORR!!... AAHH!!!

OIH!!... HE.  
IO... VORRH  
: AH HOOH!



BOKI SAN!  
CHE SUCCEDÈ?  
ASSETATO???



CERCA DI RICORDARE...  
IL CORPO E LA MENTE  
VIAGGIANO INSIEME  
... SONO ANIMI  
INSEPARABILI...  
L'UNO SPECCHIO  
DELL'ALTRO

SE LA TUA MENTE  
È DEBOLE... IL  
TUO CORPO ESPRIME  
RÀ LA STESSA  
CONDIZIONE...  
RIFLETTI  
BOKI SAN!



COSÌ, A LEZIONE FINITA  
EHI BOKI!... TI VA  
DI ANDARE A CASA?  
INSIEME?

...HEM!... SETI  
FA PIACERE.



PUFF... SONO  
SANITO!

A  
I  
K  
I  
D  
O

EH, EH! LO CREDO  
... DOPO TUTTI  
QUEI "SALTI dell'ORSO"



... ANCHE  
UN ORSO  
SAREBBE  
DISTRUTTO!!!

AH  
AH  
AH



# La principessa rubino

Disegni di Elena Buono - Fujiyama Pietrasanta



Nella contrada di Arima viveva una bellissima principessa soprannominata “principessa rubino” perché fin da piccola amava vestirsi di rosso.

Tutti i filatori di seta del paese preparavano bellissimi tessuti di broccato, e ad ogni compleanno alla principessa venivano presentati migliaia di vestiti color rubino dalle più diverse sfumature tra i quali ella sceglieva i più belli.

La principessa rubino, famosa in tutto il Giappone per la sua bellezza e la sua ricchezza, riceveva anche mille proposte di matrimonio, ma a tutte rispondeva di no e nessuno era mai riuscito a spiegarsi il motivo di quei continui rifiuti.

Un giorno di primavera stava in giardino sotto un albero di ciliegio, sentì un canto meraviglioso e vide un uccellino, che sembrava un uccello del Paradiso, posato su un ramo. L'uccello ad un tratto, senza alcun timore, le si avvicinò e disse:

- Lo sai, mia bella principessa Rubino che tutte le Fate che

vivono nel bosco sono tristi per causa tua?

Tu non accetti la richiesta di matrimonio di nessun pretendente e così le Fate non possono essere invitate alla tua festa di nozze. Tu sai che le Fate possono venire nel mondo dei mortali solamente quando una principessa di sangue reale si sposa. Per questo tutte stanno attendendo impazienti questo giorno.

- Mi dispiace, bell'uccellino, - rispose la principessa – e ti ringrazio per la gioia che mi hai dato con il tuo canto, ma ti assicuro che anch'io sono triste per questa ragione...

- Confida a me i tuoi pensieri – disse allora l'uccello, trasformandosi in una fata. – Come vedi anch'io sono una fata e mi piacerebbe poterti aiutare.

La principessa allora raccontò che non vedeva nei suoi pretendenti una amore sincero e temeva che la volessero sposare solo per la sua bellezza e la sua ricchezza, senza tener conto delle sue virtù, meno appariscenti ma assai più importanti come la bontà, la sensibilità, l'intelligenza.

- Se è solo per questo – le disse allora la Fata-uccello – so quello che si deve fare.

Io ti trasformerò nella pietra preziosa di cui porti il nome e solo quando ti troverà qualcuno che non darà peso al tuo valore saprai che quella è la persona giusta per te.

La principessa accettò e poco dopo al suo posto comparve un bellissimo rubino.

Passò di lì un servitore della corte che non appena vide quella pietra la prese e la nascose in una borsa. Dopo pochi giorni andò in paese a venderla ad un gioielliere e con in soldi si comprò una casa e un podere e si dimise dal suo impiego. Il gioiello fu messo in mostra nella vetrina e proprio quella notte un ladro ruppe il vetro e se ne impadronì.

Inseguito dalle guardie, lasciò cadere la pietra in un fossato pensando di tornare a riprenderla ma, poiché aveva commesso altri delitti, fu arrestato e condannato a lunghi anni di prigione.

Passò di lì un commerciante di

bestiame che, sedutosi a mangiare presso il fossato, vide il rubino, lo prese e andò da un allevatore per barattarlo con un bel numero di buoi e cavalli.

La pietra preziosa era così finita nel forziere del ricco allevatore che per il suo anniversario di matrimonio la regalò alla moglie; ella ne fece fare un ciondolo che poi appese al collo. Un giorno, mentre la donna stava affacciata alla finestra, venne all'improvviso una gazza ladra, che con una rapida mossa staccò la pietra dal collo e se la portò via, nascondendola nel suo nido. Inutili furono i tentativi di ritrovarla: la gazza sembrava scomparsa nel nulla. Una sera scoppiò un forte temporale ed il nido della gazza fu sollevato da un turbine di vento e portato lontano.

Esso volò come un aquilone e cadde nel mare, dove prese a navigare come fosse una barchetta. Un'onda più grossa lo rovesciò e il rubino finì nella bocca di un pesce che lo inghiottì. Un giorno un pescatore pescò il pesce e lo portò a casa.

Quando lo aprì per cucinarlo vide che dentro la pancia aveva una pietra rossa come il fuoco e ne fu subito affascinato.

Da quel giorno passò lunghe ore a guardarla e una sera, mentre il sole tramontava, le scrisse una poesia:



**Rosso è il tuo cuore**

**Rosso come il sole al tramonto**

**Rosso come il fuoco di notte**

**Rosso come il frutto del ciliegio**

**Rosso come il fiore di melograno**

**Rosso come il sangue che darei per te**

**Se tu me lo chiedessi in dono**

**Perché io, pietra lucente, ti amo più**

**Della vita.**

Poi, non sapendo che altro fare per celebrare la bellezza di quel sassolino, cantò quei versi e si addormentò felice.

Il mattino dopo al suo risveglio non trovò più la pietra rossa sul tavolino e uscì dalla capanna disperato per scoprire chi gliel'avesse rubata.

Attraverso le lacrime vide una bellissima fanciulla vestita di rosso: era la principessa Rubino che finalmente aveva trovato chi potesse amarla disinteressatamente. Intorno a lei c'erano anche le Fate della foresta, che subito prepararono un cocchio per condurre i due giovani al palazzo dove si sarebbero finalmente celebrate le nozze.

Durante il viaggio la principessa spiegò al pescatore-poeta, che si chiamava Kimori, il motivo della sua trasformazione e come avesse atteso invano un amore semplice e sincero come il suo.

Le nozze furono splendide e le Fate poterono finalmente divertirsi.

Quando il padre della principessa morì Kimori diventò re e governò con saggezza e giustizia, accanto alla sua sposa, per la quale ad ogni anniversario scriveva una poesia d'amore.

Le poesie furono raccolte in un libro e ancora oggi nella contrada di Arima si cantano le poesie del pescatore-poeta Kimori.





Disegni: Roberto Graziano - Aikikai Torino