

# AIKIDO

Anno XLVI (gennaio 2013)

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

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



**Sommario**

- 02- Editoriale
- 03- Memorial Renato Ferrari
- 05- Educare con l'Aikido Convegno del 16 aprile 2011
- 07- Roma, 27 ottobre 2012
- 08- Convegno 27 Ottobre 2012  
Intervento del prof. Maurizio Bossi
- 10- Convegno 27 Ottobre 2012  
Intervento del M° Hiroshi Tada
- 17- Sarebbe bello...
- 19- Rapporto Maestro-Allievo: di chi è la tecnica ?
- 22- I fondamenti dell'Aikido nell'insegnamento di Tada Sensei
- 29- Ashisabaki e taisabaki
- 34- Neuroscienza ed aikido: "scorciatoie" per l'allievo
- 38- Visti per voi...
- 39- Giappone e Toscana: civiltà di raffinatezza e ricercatezza
- 40- Firenze, Museo di storia naturale  
I giorni all'Undicesimo viale
- 42- Maraini al Museo di storia naturale sezione di antropologia ed etnologia
- 43- Ainu
- 46- Hokkaidō :geografia, storia e riferimenti letterari
- 47- Fosco Maraini: biografia
- 48- Fosco Maraini: un incontro indimenticabile
- 49- SHINJU 真珠 perle, i gioielli del mare
- 52- Ama, le pescatrici di perle
- 53- La biblioteca ideale  
Fosco Maraini: Gli ultimi pagani
- 54- Giappone, 1500
- 56- Pietrasanta: aikido e tiro a segno
- 58- Iiwake
- 59- Ricordando la provincia di Fukushima
- 61- Dalla Germania, un ricordo di Giorgio Veneri
- 63- Esperienze di kokyu a 4000 metri

---

Anno XLIV (gennaio 2013)

**AIKIDO****Redazione** Via Appia Nuova 37 00183 Roma**Direttore Responsabile** Luisa Bargiacchi**Redattori** Gianna Alice, Manuela Baiesi,  
Luisa Bargiacchi, Vincenzo Conte**Piano Editoriale e Coordinamento**  
CentroPubblicità Via XX Settembre 83 - La Spezia**Amministrazione**  
Aikikai d'Italia Via Appia Nuova 37 Roma**Stampa**  
GD srl Grafiche Digitali  
Via Variante Cisa ang Via Ronzano Sarzana (sp)**Spedizione**  
Postale

Composizione dell'Associazione di Cultura  
Tradizionale Giapponese 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

Donatella Lagorio - Aikikai Trento

Cesare Marulli - Dojo Nozomi Roma

Mario Piccolo - CUS Salerno

**Direttore Didattico**

Hiroshi Tada

**Direzione Didattica**

Hideki Hosokawa - Vice Direttore

Pasquale Aiello - Dojo Jikishinkai Sorrento

Brunello Esposito - Dojo Junsui Budo Gakkai Napoli

Auro Fabbretti - Scuola Aikido Savona

Carlo Raineri - Scuola Aikido Aikikai Imperia

Domenico Zucco - Dojo Kishintai Torino

**Collegio dei Revisori dei Conti****Presidente**

Sergio Nappelli - Scuola Aikido Aikikai Imperia

**Membri**

Adriano Olmelli - Ten Chi Dojo Roma

Maurizio Toscano - Benkei Dojo Palermo

---

Manoscritti, disegni e fotografie, anche se non pubblicati non verranno restituiti, il materiale anonimo non sarà preso in considerazione. 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. E' vietata ogni riproduzione anche parziale, su qualsiasi supporto compreso il telematico, di testi, foto, disegni senza autorizzazione scritta da parte della Redazione. 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. Si invitano gli autori a specificare ulteriori pubblicazioni del loro articolo e a comunicare eventuali altri editori cui abbiano fornito il medesimo materiale, compresi i siti web nazionali ed internazionali. In ogni caso non spetterà alla Redazione la richiesta di autorizzazione alla pubblicazione del materiale pervenuto.

*La prossima assemblea della nostra Associazione vedrà all'ordine del giorno il rinnovo del collegio dei revisori dei conti e del consiglio direttivo a cui spetterà l'elezione del presidente, vicepresidente, segretario del consiglio e tesoriere. A norma di statuto io non potrò più ricoprire la carica di presidente avendo già conclusi due mandati consecutivi, vorrei pertanto condividere con voi alcune riflessioni sul percorso di questi anni di mia presidenza. In questi 11 anni vi sono stati tanti avvenimenti importanti, tra i più belli voglio ricordare la festa, che ha visto la partecipazione dello stesso Doshu, per i primi quarant'anni di aikido in Italia sotto la guida del nostro direttore didattico, e quella per il trentennale del riconoscimento giuridico della nostra associazione come ente morale.*

*Purtroppo in questi anni la nostra Associazione ha subito gravi perdite per la scomparsa di alcuni tra i suoi fondatori: i Maestri Giorgio Veneri, Ideo Bondavalli, Renato Ferrari e Stefano Serpieri; il forzato ritiro del M° Hosokawa a seguito della malattia che lo ha colpito, e la scomparsa l'anno scorso del M° Yoji Fujimoto. Chi ha avuto modo di conoscerli e di praticare con loro non potrà mai dimenticare l'elevata qualità del loro insegnamento e il loro impegno per la diffusione dell'Aikido. Tutto quello che ci hanno trasmesso rimane patrimonio della nostra Associazione.*

*Il lavoro impostato è stato tanto, aprendo gli orizzonti anche al di là della pratica sul tatami.*

*Abbiamo iniziato un lavoro di metodologia di insegnamento rivolto al settore dei bambini, e ci siamo impegnati nella creazione di momenti di incontro riservati ai responsabili di dojo e alle Yudansha.*

*Abbiamo caratterizzato sempre di più la nostra peculiarità di Associazione culturale e non sportiva attraverso i contenuti delle riviste Aikido e Kodomo e le iniziative di apertura e coinvolgimento del mondo accademico e culturale che hanno improntato i convegni organizzati negli ultimi anni.*

*La realizzazione del nuovo sito ci ha dato un'ampia visibilità ed una buonissima comunicazione verso gli iscritti, ormai a quota 6.000, e verso coloro che hanno interesse a conoscerci; le potenzialità impostate sono notevolmente superiori a quello che si può percepire a prima vista, il nuovo programma di gestione interconnesso con il sito stesso permette ai responsabili dojo di avere immediatamente la situazione dei propri iscritti e del loro percorso aikidoistico.*

*Personalmente se devo trarre un bilancio del dare e avere rispetto all'Associazione molto onestamente ritengo che ho ricevuto più di quello che ho dato. La carica ricoperta mi ha portato ad avere contatti con i responsabili dojo e con tanti praticanti della nostra Associazione, contatti attraverso i quali ho potuto avere spunti e idee per meglio espletare il compito assegnatomi.*

*Vorrei dalle pagine della rivista ringraziare tutti coloro che mi hanno sostenuto e pungolato a partire dai nostri maestri e da tutti i responsabili dojo, gli amici con i quali ho avuto lunghe discussioni sul "che fare" e con i quali non sempre abbiamo condiviso unità di intenti ma che comunque, sono stati sempre sinceri, traducendo l'eventuale dissenso nel rispetto reciproco delle proprie idee. Un caloroso ringraziamento inoltre a tutti i membri del consiglio direttivo e del collegio dei revisori dei conti con i quali ho condiviso questi anni: senza il loro appoggio non avrei potuto portare a termine il mio lavoro. Non posso poi dimenticare, in questi ringraziamenti, le persone che si sono messe al servizio dell'Associazione per collaborare alla realizzazione delle nostre attività: quasi sempre in ombra, senza chiedere nulla in cambio ma facendo un lavoro enorme forse poco conosciuto alla stragrande maggioranza dei soci, senza di loro gli stage nazionali, le nostre riviste Aikido e Kodomo, il nostro sito e il nostro nuovo programma di gestione non avrebbero potuto avere luce e continuità.*

*Tutto quello che ho qui enunciato non vuole essere un bilancio per mettere in luce ciò che di buono stato fatto e per avere meriti che in ogni caso andrebbero equamente condivisi con tutto il consiglio e con tutte queste persone, ma piuttosto una riflessione su quello che è che dovrà sempre più essere lo spirito con cui si aderisce e si vive nella nostra Associazione.*

*E' dal nostro statuto, dalla sua accettazione e comprensione in particolare dall'art. 2 che deve derivare il senso di appartenenza alla nostra Associazione che ha bisogno di persone che, unite dall'amore per la nostra disciplina mettano a disposizione le loro capacità per sostenere e rendere ancora più adeguata alla realizzazione degli scopi statutari l'Associazione di Cultura Tradizione ale Giapponese Aikikai d'Italia.*

*Abbiamo la fortuna di avere come guida una figura straordinaria quale il nostro Direttore Didattico il M° Hiroshi Tada che attraverso il suo peculiare metodo di insegnamento ha fatto crescere l'Associazione qualitativamente e quantitativamente: non credo che in tutti gli associati questo pensiero sia sempre presente, ma questo è ciò che io personalmente sento e per cui io, come già in altre occasioni ho ritenuto di fare, ringrazio ancora una volta il maestro Tada a nome di tutti praticanti.*

*Spetta alla Direzione Didattica, ai praticanti, ai responsabili di dojo impegnarsi perché il patrimonio di conoscenze trasmesso dal Maestro divenga sempre più il nostro DNA caratterizzante rispetto ad altri modi di pensare la pratica dell'Aikido.*

*Spetterà al nuovo Consiglio portare avanti tutto questo, a partire dalla prossima bellissima occasione che si presenterà nel 2014 con i festeggiamenti per i cinquant'anni di insegnamento del maestro Tada in Italia.*

*Personalmente continuerò senz'altro il mio impegno nella pratica dell'Aikido e in questa bellissima Associazione.*

Franco Zoppi

## Memorial Renato Ferrari

Domenica 18 Novembre, presso il dojo di Parma si è tenuto il 1° Memorial M° Renato Ferrari, una lezione di Aikido per ricordare il Maestro scomparso nel 2004. Grande appassionato e praticante di questa disciplina, il Prof. Renato Ferrari, docente universitario, fu Maestro di Aikido e fondatore del dojo di Parma del quale è stato a lungo Presidente. E' stato fermato solo dalla malattia che lo ha portato prematuramente alla morte a soli 69 anni.

Per ricordarlo nel migliore dei modi il suo allievo Luca Vescovi, il responsabile di Dojo Simone Calzetti, le cinture nere dell'attuale corso di Aikido, ma anche i Maestri dell'Aikikai d'Italia Franco Zoppi (6° Dan e Presidente dell'Aikikai d'Italia), Pietro Villaverde (6° Dan), Gianni Chiossi (5° Dan) e Franz Bacchi (3° Dan) hanno praticato insieme ad una quindicina di allievi dei Dojo di Parma, Reggio, Cremona e Torino nel nel suo Dojo.

### Il Maestro

*Luca Vescovi- Dojo di Parma*

L'esempio è il cardine dell'insegnamento. Non chiedere, ma proporre. Non assistere, ma partecipare. Non giudicare, ma condividere.

Ho conosciuto poche persone in grado di dimostrare, in piena coerenza, sia in pensieri che in azioni, questo concetto. Tra queste persone Renato è tuttora insuperato. "È", non "è stato": il tempo non ha ancora minimamente scalfito il suo messaggio ma, anzi, ne fa risaltare maggiormente il valore. Dalla prima volta in cui ho assistito ad una sua lezione, fino alle ultime occasioni di pratica, non ho mai visto mancare, in lui, la gioia di apprendere e, al contempo, l'apparentemente innata capacità di trasmettere. In realtà, nascosta dietro la facilità con la quale insegnava, era celata una disciplina che solo con il sacrificio personale poteva essere mantenuta ed accresciuta nel tempo. In quale altro campo, se non nello studio delle arti marziali, può essere impiegato proficuamente un così completo controllo?

Nella vita, per esempio, nel rapporto sincero e leale con le altre persone, nella disinteressata amicizia per la quale, ancora oggi, gli siamo riconoscenti. Nel lavoro, nell'impegno sociale. In lui ho sempre visto l'espressione della fermezza, mai della forza: sempre

pronto a raccogliere i dubbi che ci assillavano, sempre il primo a proporre il dialogo, mai il primo a lasciar cadere il discorso. Non penso che sia sufficiente nascere e crescere in un determinato frammento di storia, per mostrare anche solo una minima parte delle sue doti. Penso, piuttosto, che sia necessario vivere, e vivere molte sofferenze, per poter capire le sofferenze altrui. È necessaria tanta intelligenza per sopportare gli errori degli altri e tanta ironia per accettare i propri.

Chi lo ha conosciuto, chi ha percorso con lui un tratto di strada, non può non impiegarlo, ora come allora, quale riferimento nel quotidiano, nella vita come nella pratica. Non si può non sentire il suo insegnamento, le sue battute, le sue massime, e non si può fare tutto questo senza riconoscere il suo accento, unico ed inimitabile...

Di Renato mi piace ricordare i momenti di pratica ma anche i ritorni a casa in bicicletta, dopo l'allenamento, i viaggi in macchina "fuori porta" per le lezioni a Reggio, le cene, i pomeriggi passati a preparare le dimostrazioni, le prove con il suo nuovo computer, i tentativi di risolvere i tanti problemi di quel nuovo programma di posta elettronica ma sempre, in ogni caso, erano sue le idee più fresche, suo lo slancio per superare l'ostacolo. Sua la lezione di vita.

### Partecipare è il valore

*Chiara Bertogalli- Dojo di Parma*

Dopo la pratica la sensazione che resta è naturalmente gioiosa, ci sentiamo soddisfatti e rigenerati. Ci sono stages, però, che lasciano anche qualcosa in più. Quando alla pratica si aggiunge una motivazione, quando la si dedica a qualcosa o a qualcuno, essa diventa un momento speciale da cui si trae, se possibile, ancor più energia e nutrimento; da cui si capisce che il cuore si è aperto ancora un po'.

E' iniziato con molta, molta emozione: il mio compagno di pratica di sempre apre il primo stage da responsabile di dojo di fronte al Presidente, a tutti gli insegnanti, a partire dal nostro, che ci hanno visto tentare le prime goffe ukemi. Potevo quasi sentirla, la sua tesa gratitudine.

Poi, con discrezione, la tensione ha lasciato posto

all'Aiki, e abbiamo tutti attento alla forza della pratica con gratitudine profonda, dalle viscere, fino all'estremità dei quattro arti.

Spontaneamente l'avvicinarsi degli insegnanti, Simone, Luca, Franz, Gianni, Piero, Franco, ha lasciato emergere fra una tecnica e l'altra qualche piccolo ricordo di Renato: anche solo un fotogramma, una breve scena che richiamava il suo carattere severo e scherzoso insieme, burbero e di ampie vedute allo stesso tempo. Qualcuno ha condiviso una vita di pratica con lui: Parma e Reggio Emilia, Renato e Gianni, hanno intessuto le fondamenta della pratica dei due dojo con una trama a tratti sottile e grezza. Unire la disciplina del Budo con l'impegno personale, la ricerca continua, era un sacrificio

che compiva ogni giorno chi, in quegli anni, tentava la diffusione di un'arte poco conosciuta.

Quasi in punta di piedi, il presidente della scuola di arti marziali Kyu Shin Do Kai ha raccontato di come Renato contribuì con profusione personale a porre i fondamenti per rendere la scuola l'eccellenza che è oggi, con l'aiuto, la partecipazione alle scelte, con il suo personale impegno come Presidente. Una scuola fondata nel 1984, oggi a livelli di eccellenza nel panorama del Judo internazionale, dove gli allievi si formano prima di tutto come persone, quindi come agonisti. Qui nacque il primo corso di Aikido, allora tenuto da Renato, che oggi prosegue ininterrotto. Una grande pianta continua nel suo percorso di crescita verso il cielo grazie a forti e profonde radici, che la rendono stabile e robusta. Esserne consapevoli ci permette di comprendere, forse in modo sottile, la direzione che stiamo percorrendo. Così, se la nostra associazione è una pianta con molti rami, significa che le fronde sono ricche ed abbondanti. Con forti radici che la sostengono, questa pianta può innalzarsi ancora.

Qualcuno ha dipinto O Sensei, ha messo se stesso dentro al quadro e lo ha portato al dojo, altri hanno scelto con cura quali fiori onorassero al meglio il kamiza. C'è stato chi ha dimostrato i waza con generosità e chi ha cucinato con le sue mani il cibo da condividere dopo la pratica. Qualcuno ha fatto chilometri per esserci, qualcun'altro ha preparato

i vecchi filmati del dojo scegliendoli con attenzione. Mettere impegno in qualcosa, consapevolmente, parteciparvi, dando significato ad ogni piccolo o grande gesto, è forse una chiave di accesso ad una comprensione più ampia. Attraverso questa attitudine scorrono la forza per crescere e la consapevolezza delle nostre origini, e le abbiamo ritrovate in noi, con un po' di stupore, in questa giornata dedicata al ricordo di Renato: il particolare impegno, le sue azioni nel mondo dell'Aikido, i cui frutti hanno dato origine al nostro dojo.

Il nostro Presidente, Franco Zoppi, ha riconosciuto che in certi casi le contrapposizioni con Renato erano aspre, ma sempre etiche. Ci piace pensare ad un'associazione dove il confronto è liberamente espresso da persone di spessore etico e morale: un valore che può essere patrimonio di tutti noi.

La famiglia Ferrari è rimasta durante tutta la pratica, osservando quest'altra composita, bizzarra e colorita famiglia che è l'Aikikai. Con la moglie Gabriella, i figli Pierfrancesco, Marcello e Paola ci siamo poi commossi rivedendo le vecchie dimostrazioni; ma con i nipotini, alcuni dei quali non hanno mai conosciuto il nonno, e diversi praticanti che hanno iniziato negli ultimi 10 anni, tutti insieme abbiamo incontrato Renato in questa particolare dimensione, raccontato con la semplicità della pratica, sulla via dell'Aiki.

## Il ricordo del compagno di sempre

*Gianni Chiossi*

E' stata una giornata BELLISSIMA, la giornata del "ricordo" di Renato Ferrari, con uno stare insieme che andava oltre la mera pratica dell'Aikido, con un'atmosfera, creata in maniera stupenda dagli amici del Dojo di Parma, semplice e felice...

Si, felicità nell'aver voluto rievocare ed onorare un vero amico, un insieme di sensazioni e di ricordi, di amore, che aleggiava sul tappeto..., sì, una giornata UNICA, così come era unico Renato.

Chi lo conosceva, non ha bisogno di leggere queste poche righe per capire chi fosse Renato, chi non ha avuto questa fortuna, non potrà capire chi era con poche parole..., Renato era unico, punto e basta.

Renato mi ha lasciato due cose, il profondo significato di amicizia...Noi usiamo troppo spesso il termine amico, senza sapere bene cosa voglia dire...Renato ed io eravamo veramente amici, no, non fratelli, sarebbe riduttivo, perché fra fratelli a volte l'unico legame è quello di sangue, o poco oltre, noi eravamo in totale simbiosi, un insieme perfetto di due persone completamente diverse, che avevano deciso di percorrere insieme il cammino della vita sullo stesso sentiero, che fosse tra i boschi della sua amata Scozia, o nelle strade di una città... sempre pronti a cogliere l'attimo in cui l'amico era in difficoltà, e quando il sentiero si faceva impervio, pronto a porgere il proprio sostegno, per superare ogni ostacolo,

senza nulla chiedere, senza voler sapere il perché, solo Amicizia...E poi mi ha fatto capire cosa è l'Aikido...Ho sentito parlare d'Aikido in tantissimi modi, ma solo lui, secondo me, aveva colto il vero significato..., l'Aikido per Renato aveva lo scopo di farti conoscere le persone, ciò che sono, come si comportano nella vita, cosa pensano, lo puoi leggere attraverso la pratica del loro Aikido.

Guarda gli aikidoka praticare con occhi diversi da quelli della semplice valutazione tecnica, guarda come si muovono e come praticano, perché questo ti dice come sono, non come aikidoka, ma come persone.

Ognuno di noi pratica in maniera diversa, e questa diversità sgorga dalla nostra interiorità, da come siamo nella vita...si può leggere la personalità di ognuno dal modo in cui pratica l'Aikido...Meditate gente, meditate.

ARRIVEDERCI RENATO,

*Gianni*



*I partecipanti al memorial*

# Educare con l'Aikido - Convegno del 16 aprile 2011

di Maria Teresa Piredda



Il 16 aprile 2011 si è tenuto ad Oristano il Convegno “Educare con l'Aikido”, organizzato dall'Aikikai d'Italia.

L'incontro è stato un importante momento di condivisione, attraverso il quale diverse figure si sono confrontate su alcune tematiche relative all'educazione.

Le motivazioni che hanno dato avvio all'iniziativa sono state sia la presentazione del libro del maestro Roberto Travaglini, (che ha dato il titolo al Convegno stesso); sia l'invito nel Dojo di Oristano, curato dal maestro Gianluigi Zuddas, dei maestri Roberto Travaglini e Fiordineve Cozzi i quali, nelle giornate del 16 e 17 aprile, hanno coinvolto sul tatami bambini e adulti nella pratica del prezioso Progetto educativo che stanno conducendo insieme da diverso tempo.

Al dibattito del 16 aprile sono stati invitati ad esprimersi il maestro Roberto Travaglini docente di pedagogia Università di Urbino, il maestro Piergiorgio Cocco consigliere dell'Aikikai d'Italia, il dott. Antonello Mignano psichiatra che opera nella A.S.L. n°5 di Oristano, la dott.ssa Maria Teresa Piredda psicopedagogista docente di scuola primaria di Oristano.

Il prof. Travaglini nel suo intervento ha trattato le tematiche affrontate nella sua pubblicazione “Educare con l'aikido”, in particolare la possibilità di stabilire un nesso tra gli orientamenti pedagogici attuali e i contenuti teorici e pratici dell'aikido; le modalità attraverso cui l'insegnante occidentale può utilizzare, come strumento nella pratica didattica, i valori educativi orientali prospettati dal fondatore Morihei Ueshiba; lo sviluppo dell'intelligenza del corpo, in età evolutiva, attraverso il potenziale dell'arte dell'aikido.

Il maestro Piergiorgio Cocco ha fatto dono ai presenti della storia dell'aikido e dell'Aikikai, ha illustrato la vita e la pratica del fondatore Ueshiba e del maestro Tada, dei maestri Fujimoto e Hosokawa. E attraverso i fondamentali esempi di vita raccontati, con la gioia e la serenità che lo contraddistinguono, si è soffermato sul valore dell'arte dell'aikido come pratica del corpo e dello spirito che rende sani corpo e spirito.

Il ki dona salute e guarigione.

Il dott. Mignano, partendo dalle sue riflessioni personali seguite alla lettura di un testo di Osho, ha condiviso con i presenti le emozioni di padre nella relazione con il figlio adolescente, si è soffermato sulle domande e risposte che la relazione pone in essere nel divenire delle età. In seguito ha illustrato le speciali modalità di relazione tra psichiatra e paziente nella pratica della sua attività di medico. E successivamente si è soffermato sulla relazione, unica, che si stabilisce tra uke e tori nella pratica dell'aikido.

Per quanto riguarda la sottoscritta Maria Teresa Piredda, ecco il testo integrale dell'intervento.

“Con piacere ho accolto l'invito del maestro Gigi Zuddas dell'Aikido Club di Oristano; per diversi anni ho praticato l'arte dell'aikido e, nel lungo periodo di assenza dal tatami, il mio pensiero rivolto all'aikido è stato un costante viverlo nei ricordi e un quotidiano desiderarlo con emozione.

Sono un'insegnante di scuola primaria e il mio intervento, come pedagoga e educatrice, ha lo scopo di esplorare e riconoscere insieme la valenza formativa dell'aikido.

Il punto di inizio è il nome della disciplina stessa: AI KI DO.

Come insegnante mi interessa riflettere, in particolare, sull'ultimo ideogramma che viene tradotto con DO.

DO non è una semplice sillaba della parola completa, DO è una speciale struttura complessa che significa VIA - CIO' CHE CONDUCE – PERCORSO – CAMMINO (FISICO E SPIRITUALE) NEL SENSO DI METODO E/O DISCIPLINA. E il corpo è lo strumento COGNITIVO e di APPRENDIMENTO dell'aikido.

Nell'osservare e nel vivere la relazione educativa, anche la relazione tra maestro e allievo in aikido, le due domande che mi pongo in modo più frequente sono:

- 1) Se si tratta di un percorso (ed io sono convinta che lo sia), da quale punto PARTIRE?
- 2) E quale senso, quale direzione dare alla VIA, al PERCORSO (o magari alle VIE, ai PERCORSI)?

Nella ricerca continua di risposte ai due quesiti, l'esperienza dell'aikido mi ha consentito di rilevare come il maestro sviluppi (nella relazione educativa) una socratica “conoscenza di se stesso”, la ricerca dell'uomo “che è in te” per diventarlo.

Un'arte capace di far esprimere e far conseguire i traguardi con metodo attivistico, suscitatore di potenzialità umana.

Sono convinta che proprio qui stia il punto iniziale della relazione educativa che, come reciproco scambio tra maestro e allievo, non lascia mai nessuno uguale a se stesso, spalancando le porte al divenire delle persone

coinvolte nella relazione stessa.

Un cambiamento unico. Perché dopo il PERCORSO insieme, ci si scopre arricchiti di un aspetto che lo studioso Carl Rogers ha colto e tradotto con queste parole:

“E’ così facile curarsi degli altri per ciò che io penso che siano, o vorrei che fossero, o sento che dovrebbero essere. Curarsi di una persona per quello che è (...), lasciando cadere il desiderio di modificare questa persona in armonia con le mie esigenze, è la via più difficile ma anche la più maturante, verso una relazione intima più soddisfacente”.

Così si sviluppa, a mio umile parere, la relazione tra maestro e allievo; così si sviluppa tra maestro e allievo sul tatami mentre si pratica l’aikido.

Il maestro è esempio, l’esempio di vita (mai ho incontrato un maestro di aikido che nel dojo fosse una persona e fuori dal dojo altro da sé). L’allievo vede il maestro che migliora se stesso senza soluzione di continuità; il maestro non dimentica i suoi maestri, li rivive con i loro insegnamenti, ogni volta che si esercita o educa. E ringrazia di averli incontrati nel suo percorso, perché grazie a loro ha acquisito il valore dell’autoeducazione, il tesoro che trasforma le persone in persone libere.

Nell’incontro col maestro, l’allievo fa propria l’unica regola dell’azione educativa; una regola che ha tradotto, con parole che condivido, un caro amico, dott. Lorenzo Braina, mediatore sociale – pedagogo, che si prende cura della devianza e marginalità adolescenziale nel nostro territorio:

“Educare è coltivare e curare un bambino per regalargli la vita, cercando di preservarlo dal perdersi, in una relazione tesa alla reciproca libertà(...)”.

Perciò in aikido funziona l’esempio nelle regole vissute, adottate dal maestro, come modello di vita non violento, attraverso il quale rapportarsi con l’altro, sentendo e suscitando emozione per il privilegio di esistere ed essere qui ed ora, come esseri unici e speciali, ognuno dei quali (uke o tori) può regalare all’altro il meglio di sé (il pieno, il vuoto, il suono di una mano sola che diventa due). Qui è il contatto privilegiato di chi partecipa alla relazione educativa.

Ed ecco il DO dell’aikido.

PERCORSO che conduce all’unione e all’armonia con l’energia vitale.

L’allineamento con se stessi, l’armonia tra corpo cuore mente, attraverso passi, tecniche, esami, che provano costantemente chi siamo nelle relazioni con gli altri e i con maestri, e chi siamo e dove vogliamo arrivare nella relazione con noi stessi, col nostro respiro.

Vorrei esemplificare quanto accade durante il DO dell’aikido attraverso il racconto insegnamento del maestro Zhuangzi: *Un giorno, mentre riposava nel giardino, il maestro sognò di essere farfalla. Mentre lui volava leggero tra i fiori sentendosi farfalla, nello stesso momento, nel giardino, una farfalla sognava di essere*

*maestro. Entrambi i sogni erano talmente reali che l’uno sentiva di essere l’altro.*

Penso che l’obiettivo educativo sia questo che abbiamo ascoltato nella sintesi del racconto: l’equilibrio e l’armonia tra la farfalla (il puer che vorrebbe svolazzare senza pensieri e lontano da ogni responsabilità), e il maestro (la razionalità che vorrebbe tenere sotto controllo l’ “io sono anche emozione”) che condividono il nostro infinito spazio emotivo.

Permettetemi di condividere un’esperienza.

Alcuni anni fa, in una delle classi seconde in cui insegnavo, era stato iscritto un bambino di sette anni accompagnato da una diagnosi che lo “inquadra” come bambino con problemi affettivo – relazionali. Il piccolo sperimentava con adulti e coetanei moduli comportamentali e verbali che lo rendevano, ai miei occhi, simile ad uno scoiattolo che si divertiva a combinarne di tutti i colori in ogni istante di ogni giornata scolastica. Ricordo lanci di astucci fuori dalle finestre aperte in primavera, bagni e anditi allagati, fughe dalla scuola scavalcando alti cancelli con lance acuminate in ferro battuto, lanci di oggetti contundenti addosso ai compagni, grembiuli e zaini pinzati con i punti della pinzatrice, nuvole di gesso soffiate nel naso dei compagni...e tanto altro di verbale e non verbale.

Un bel problema educativo da affrontare, per tutti: docenti, collaboratori, genitori e Dirigente Scolastico; un’assunzione di responsabilità condivisa affinché si creasse, tra il bambino e noi, una “rete”...era necessario un percorso che prevedesse, come punto di partenza, che il bambino modificasse il suo sentirsi persona sbagliata nel sentirsi persona che può sbagliare.

Durante i tre anni che abbiamo condiviso, e che hanno richiesto un impegno straordinario in termini di paziente attesa soprattutto ai piccoli compagni di classe, nella classe insegnavo anche attività motoria.

Così, ho iniziato a costruire un percorso mirato che prevedesse l’aikido come punto di forza, per lui e per il gruppo classe nel quale si stava integrando. Con il mio piccolo bagaglio di esperienza ho lavorato sugli esercizi di respirazione che disciplinano la rabbia senza soffocarla, e sui passi principali che disciplinano l’avvicinarsi all’altro.

Ricordo che durante il saggio di fine anno scolastico, nel cortile della scuola affollato dalla presenza di bambini e adulti, lui era lì con i suoi compagni; insieme eseguivano i passi appresi e gli esercizi di respirazione; in conclusione, si è levato verso il cielo un Kiai che ancora mi emoziona. Una potente energia pulita, l’energia dei bambini e di chi cammina ogni tanto anche nelle loro strade.

Il mio grazie è rivolto a chi mi ha accompagnato nel percorso vicino, e si estende ai maestri che ho avuto l’onore di incontrare: i maestri Tada e Fujimoto a Coverciano, il maestro Hosokawa nel nostro dojo a Oristano e a Cagliari.

Grazie al maestro e amico Franco Martufi.”

## Roma, 27 ottobre 2012

Di seguito troverete un sunto del convegno organizzato dalla nostra associazione tenutosi a Roma il 27 ottobre; parliamo di convegno ma in realtà è stata una *lectio* che crediamo abbia arricchito e favorevolmente impressionato tutti i presenti. Manuela Baiesi e Vincenzo Conte hanno reso in forma scritta gli interventi dei relatori: non si tratta di una pedissequa trascrizione ma di una loro personale elaborazione.

Il compendio delle parole del M° Tada si è basato sulla traduzione di Koji Watanabe.

Informiamo coloro che si fossero persi questo eccezionale evento o quanti volessero un ricordo preciso e puntuale che Aikikai d'Italia ha in programma la realizzazione del filmato.

*La Redazione*



Il 27 ottobre a Roma Aikikai d'Italia ha organizzato, parte integrante dello stage tenuto dal Maestro Tada, un convegno dal titolo "Il Dialogo maestro e allievo nella cultura tradizionale orientale". È stato un evento in cui si sono manifestate interamente le caratteristiche della nostra associazione: infatti alla pratica dell'Aikido si è affiancato un approfondimento culturale che ha toccato un tema centrale del nostro operare: il dialogo tra maestro e allievo con una particolare attenzione alla cultura orientale. La presenza del Maestro Tada è stata per noi fondamentale in quanto lui rappresenta per l'Aikikai d'Italia il massimo punto di riferimento a livello di pratica e nello stesso momento un esempio concreto di incontro con la cultura orientale. La conferenza è stata inserita nell'ambito delle celebrazioni per il centenario della nascita di Fosco Maraini coordinate dal Gabinetto Scientifico Letterario Viesseux di Firenze, il cui rappresentante prof. Maurizio Bossi era presente come relatore.

Credo che il titolo di Maestro si addica perfettamente a Fosco Maraini che è stato un grande viaggiatore, scrittore, fotografo e soprattutto un finissimo conoscitore dell'Oriente e del Giappone in particolare; grazie alla sua opera molti aspetti dell'Oriente si sono svelati e sono diventati motivo di conoscenza e riflessione per tantissime persone. L'Aikido fa parte credo di tutti noi e anche quando si ferma soltanto alla pratica è comunque un ponte tra Oriente e Occidente: ma, avere la possibilità di approfondire e riflettere su aspetti della cultura orientale insieme a persone di grande levatura e esperienza è stato non solo un piacere ma un onore: per questo ringraziamo ancora il Maestro Tada e il professor Bossi.

*Maria Rosa Giuliani*

Il Gabinetto Viesseux, ha sede in Firenze, a Palazzo Strozzi; nato nel 1819 come sala di lettura, nel corso del secolo è stato uno dei principali tramite tra la cultura italiana e quella europea, frequentato da personalità di grande rilievo come Leopardi, Manzoni, Stendhal, Schopenhauer, J.F. Cooper, Thackeray, Dostoevskij, Twain, Zola, Gide, Kipling, A. Huxley, D. H. Lawrence, e moltissimi altri. Nel '900 l'attività è proseguita sotto la guida di letterati illustri come il Premio Nobel Eugenio Montale, e oggi, divenuto ente pubblico, è probabilmente l'unico tra i Gabinetti di lettura del primo Ottocento a proseguire l'attività originaria e a conservare un'imponente documentazione sulla propria storia e quindi sulle tendenze e le aspirazioni europee dall'Ottocento a oggi.

Il tradizionale ambito internazionale del Gabinetto Viesseux si è ampliato dal 1997 all'Asia Orientale con il programma "Viesseux-Asia" nato sulla base della ricca biblioteca e dell'ingente archivio fotografico del grande viaggiatore, scrittore, fotografo Fosco Maraini. Per ogni ulteriore informazione o approfondimento: [www.viesseux.fi.it/](http://www.viesseux.fi.it/)

## Intervento del prof. Maurizio Bossi

*Trascrizione e revisione di Manuela Baiesi e Vincenzo Conte (dal convegno del 27 ottobre 2012)*

Il professor Maurizio Bossi ha diretto presso il Gabinetto Scientifico letterario Vieusseux di Firenze dal 1979 al 2011 il Centro Romantico, sezione dell'istituto finalizzata a studi, ricerche, convegni e iniziative interdisciplinari sulla civiltà europea del secolo XIX, con particolare attenzione al movimento di acquisizione e diffusione di conoscenze che la caratterizzò ed estendendo la sua attività alle problematiche odierne degli incontri fra culture.

In tale funzione ha curato insieme a Fosco Maraini l'acquisizione del 1997 da parte dell'istituto fiorentino della sua biblioteca orientale e del suo archivio fotografico coordinando in seguito l'attività Vieusseux Asia iniziata proprio grazie a questa acquisizione. Il suo personale campo di interesse riguarda principalmente la storia dei viaggi di conoscenza nel secolo XVIII e XX, ambito nel quale ha pubblicato numerosi saggi e curato molteplici iniziative.



Ringrazio l'Aikikai per questo invito che ho accettato con piacere, i primi contatti con i rappresentanti dell'Aikikai sono stati veramente interessanti e piacevoli e quindi essere qui per conoscere tutti voi è per me una grande occasione.

Come è stato detto, Maraini pur essendo noto come il padre di Dacia Maraini, (ma in realtà dobbiamo dire che Dacia è la figlia di Fosco Maraini), è stato tra i principali viaggiatori del '900 in tutto il mondo e ricordo brevemente le date: nel '37 e nel '48 in Tibet, dal '39 e varie volte per tutta la vita in Giappone, tra il '57 e il '58 in Asia centrale per scalare due vette di circa 7700 metri come capo della spedizione italiana del CAI. Quindi una figura estremamente poliedrica.

Di Maraini sono uscite opere di grande rilievo e di grande piacevolezza: Maraini ha sempre detto che lui scriveva per comunicare e per divulgare: *Segreto Tibet*<sup>1</sup> uscito nel '51, *Ore Giapponesi*<sup>2</sup> che esce nel '57, *Paropamiso*<sup>3</sup> il racconto delle spedizioni alpinistiche nel '63, testi che sono stati tradotti in tutte le lingue

Soprattutto con il Giappone Maraini è stato un ponte fondamentale dal dopoguerra fino alla sua morte nel 2004, per la conoscenza tra il mondo orientale e il mondo occidentale.

Il tema portante in Maraini è questo: in un mondo sempre più piccolo di spazi e sempre più vasto di popoli, convivere implica conoscersi e conoscersi vuol dire conoscere il cuore segreto degli altri, e questo vuol dire andare oltre i muri delle idee che dividono le

diverse società che lui definisce i continenti dello spirito progressivamente formati nello sforzo di generazioni e generazioni di orientarsi e di conoscere.

In questo è stato uno dei grandi mediatori evanescenti, come sono stati definiti, come Nicolas Bouvier o Richard Kapuscinski capaci di vedere la propria civiltà dalla prospettiva dell'altro senza per questo rinnegare la propria.

È questa la condizione umana dell'universo che Maraini definisce in un modo molto bello: il mondo è un geroglifico dai sensi innumerevoli, un mistero in cui ogni generazione legge nuovi messaggi, la cui conoscenza richiede un costante andare oltre i muri delle idee. E Maraini vi è andato con tutti i talenti di cui disponeva: scrittura, fotografia, spedizioni, oltre che con la sua grandissima umanità. È stato definito scrittore, antropologo, etnologo, fotografo, poeta, alpinista, in tutti i modi possibili: un uomo che ha espresso la gioia e la tensione di vivere in tutti i modi. Per me, se posso osare proporre la mia candidatura su come definirlo, tutti questi aspetti si riassumono in "filosofo": un filosofo che si è espresso con tutti i talenti che aveva, un filosofo della percezione della vita e della tensione all'assoluto che come egli dice "tutti ci avvolge". Per me in questo è stato un Maestro.

Un volume recente ha ripubblicato un suo testo del '39, il primo libro che ha pubblicato di ritorno dal Tibet, si chiama *Dren-Giong*<sup>4</sup>, il paese dei frutti, come lo chiamano i tibetani. In questo volume la moglie di Maraini, Mieko ha voluto raccogliere parecchie testimonianze di amici che lo hanno conosciuto, di studiosi, di persone che hanno avuto contatti con lui.

Le testimonianze per cui è considerato un Maestro sono le più variate: letterati, filosofi, antropologi, alpinisti. In tutti i campi c'è un riconoscimento di eccellenza di questa figura. Ne cito solo due: il grande alpinista Kurt Diemberger dice "per me è stato un maestro e con maestro non intendo chi trasmette nozioni ma chi è capace di comunicare intuizioni, spesso senza bisogno di parole"; Massimo Raveri, grande studioso della religiosità orientale, tra i primi allievi di Maraini a cui fu affidata

<sup>1</sup>) *Segreto Tibet*- Ed. Il Corbaccio 2006

<sup>2</sup>) *Ore Giapponesi* Ed. Il Corbaccio 2005

<sup>3</sup>) *Paropamiso. Storie di popoli e culture, di montagne e divinità* Ed. Mondadori 2003

<sup>4</sup>) *Dren-giong. Il primo libro di Fosco Maraini e i ricordi dei suoi amici* Ed. Il Corbaccio 2012

la cattedra di cultura giapponese nel '72 a Firenze, la prima cattedra in assoluto che fu istituita, lo definisce un maestro che ha insegnato molto più di una conoscenza delle tradizioni religiose giapponesi invitando piuttosto ad aprire la mente, a liberarla da molti stereotipi disciplinando al contempo contro i pericoli della ricerca che può essere piena di "ismi" e vedere la dottrina di conoscenza negli uomini, nei loro visi, nei loro sguardi che sono testi profondi e irripetibili.

La figlia Toni nel volume<sup>5</sup> che è uscito per il centenario mette però giustamente in guardia: non va mitizzato Maraini, non è un'icona ma una persona di cui va colto il costante e umano interrogarsi nel percorso di conoscenza dei differenti universi culturali, quindi non posto su un piedistallo ma sentito come compagno fraterno. Infatti nella grande mostra antologica che facemmo nel 1999 con le sue foto, Maraini si è divertito ad accostare figure e immagini raccolte a diverse latitudini per creare quelle che chiamava scosse culturali, quel cortocircuito che avviene nell'incontro di culture. Le somiglianze inaspettate, per esempio la foto di un vecchio giapponese e la foto di un vecchio pugliese che ci accomunano nell'universo di timori e speranze, gioie e dolori propri della condizione umana.

Maraini quando era molto giovane si definì CIT.LU.VI.T CITadino della LUna in Visita di Istruzione sulla Terra, figurandosi come un giovane studioso che le autorità lunari avevano mandato sulla terra per studiare e poi tornare e fare una relazione approfondita. Lui dice che il CitLuvit gira, guarda, osserva, ma alla fine si innamora di questo pianeta e questa visione finisce per essere un'esperienza di conoscenza in una terra che non è la propria, ma che si svela completamente e dà l'idea di come ha vissuto. Assieme a altre due definizioni che dà: endocosmo e esocosmo. Endocosmo è il mondo interiore in cui ognuno di noi rispecchia l'universo, lo traduce in termini personali e gli endocosmi sono tanti quanti gli uomini. Esocosmo, il mondo di fuori, è l'assoluto, in

definitiva in prospettiva anche qualche ultimo bagliore di un Dio, ma diciamo che endocosmo ed esocosmo si incontrano viaggiando perché nel viaggio l'endocosmo si nutre di esocosmo.

Nel suo testamento spirituale Maraini ha scritto una lettera agli amici, prima di morire nel 2004. Ha voluto un funerale laico e si scusa con gli amici perché sa che in chiesa sarebbe stato tutto spettacolarmente più bello ma, dice: -non me la sentivo perché in tutta la mia vita non ho mai creduto nelle rivelazioni puntuali, in modo che a qualcuno viene comunicata la verità e ad altri no ma piuttosto credo a una rivelazione perenne cioè il cosmo si manifesta in tutte le forme e costantemente, basta saperlo guardare, osservare, sentire.-

Ha un'espressione molto bella a leggerla, questa testimonianza di apertura così profonda verso il mistero, perché dice: nostri cari stretti fratelli di spirito, sono da questo punto di vista di rivelazione perenne anche gli uomini di Neanderthal, nessuno ne è escluso e non ci sono guerre tra punti di vista in cui ognuno rivendica la propria rivelazione.

Per me questo è il Maestro, siamo tutti su una grande via difficile, a volte bellissima a volte molto dura e alcuni sono, non direi guide, ma nostri fratelli maggiori che secondo me, porgono la loro mano, che invitano, che sorreggono, che aprono a prospettive. Una strada in cui anche il fratello minore ha cose da dire, da mostrare il suo punto di vista, quindi appunto è un dialogo.

Io mi fermo qui ma voglio dire che l'incontro con l'Aikikai è avvenuto da pochissimo ma la serenità e la fraternità che ho colto mi hanno colpito e le domande a cui spero un giorno di vedere rispondere, sul senso del rapporto maestro allievo che è così profondo e radicato nel mondo orientale ma diffuso nel grande pubblico in un modo fumettistico, con queste grandi figure che non si capisce cosa sono, penso che qui affrontandolo grazie al Maestro Tada e all'Aikikai che ha promosso questa serata comincino ad avere oggi qualche risposta per me.

5) Toni Maraini: *Da Ricòrboli alla luna. Brevi saggi sulla vita e l'opera di Fosco Maraini Ed. Poiesis*



Da sinistra: Koji Watanabe- Hiroshi Tada -Mariarosa Giuliani - Maurizio Bossi -Franco Zoppi

## Intervento del M° Hiroshi Tada

*Trascrizione e revisione di Manuela Baiesi e Vincenzo Conte basata sulla traduzione di Koji Watanabe  
(dal convegno del 27 ottobre 2012)*



Premetto che vi parlerò senza un testo scritto quindi non so dove il discorso ci porterà ma ho del materiale di riferimento.

Generalmente si dice “orientale” ma c’è una grande differenza tra il Giappone, la Cina, il Vietnam, la Corea. Se andate in Giappone la mappa del mondo ha come centro il Giappone, se andate negli Stati Uniti la mappa del mondo mostrerà gli Stati Uniti al centro, perché tutti pensano che la propria nazione sia al centro.

Io cercherò di parlare su questo tema, ma prima di parlare ci sono alcune cose da tenere ben presenti. Ad esempio, sapete che cosa sia l’Aikido?

In Europa sono arrivate molte arti marziali: Kendō, Karate, Judo, tutte queste. E anche a seconda di chi pratica ciascuna di queste arti marziali vi è una grande differenza.

In realtà la stranezza sta proprio nel chiamarle arti marziali. Il motivo? Perché non sono arti marziali.

Si tratta di un metodo di educazione fisica che ha origine nelle arti marziali per questo viene chiamato budo: Bu come marziale.

Il budo non ha come scopo l’utilizzo della tecnica marziale, il bujitsu, nasce dal bu quindi dalle tecniche di arti marziali, ma sono tecniche per i tempi moderni quindi esse non hanno come scopo finale l’utilizzo della arti marziali.

Nel momento in cui si usa il termine Budo, viene fatta già una premessa, di non utilizzare le tecniche del Bu, le tecniche marziali. Questa è una premessa del passaggio da bujitsu a budo.

Per le persone del giorno d’oggi è molto difficile riproporre le tecniche marziali giapponesi perché siamo in un tempo diverso, non è più il tempo in cui si vince se un secondo prima dell’altro si annienta l’avversario.

Aumentare la salute, aumentare la capacità personale degli esseri umani, questi sono gli scopi della pratica.

È ovvio che concetti come annientare l’altro, uccidere l’altro, distruggere l’altro vengano allontanati e tenuti

da parte. Anche nel judo è così perché chiaramente il vecchio jujitsu aveva un’efficacia maggiore a livello pratico. In realtà non è possibile allenarsi veramente al jujitsu nel mondo attuale.

Ma lasciando da parte questo, cos’è l’aikido? Il maestro Ueshiba ha detto che aiki è misogi, purificazione.

Misogi è una parola dello shinto ma lo shinto è una condizione molto particolare in Giappone, dove viene anche chiamata la via degli dei. Non ha un fondatore, credo non si sappia nemmeno quando sia iniziato. Infatti può essere chiamato anche la via della grande natura.

Si può considerare anche come un’abitudine, un’usanza giapponese.

Perché purificazione?

Questa è un’importante riflessione che bisogna fare. Noi tutti possediamo qualcosa di splendido che ci è dato dalla grande natura, ma ciascuna grande epoca ha richiesto determinate azioni all’uomo che si attiva ed agisce nella società; l’uomo nella sua storia ha fatto tante cose che nell’epoca attuale sono considerate riprovevoli. Anche perché da millenni l’uomo ha dovuto sopravvivere, mangiare, agire e tutte queste azioni sono rimaste dentro di noi.

Di conseguenza all’origine del misogi, della purificazione vi è il desiderio di purificarsi da tutte queste azioni che nei millenni l’uomo ha compiuto o ha dovuto compiere per arrivare fino ai giorni nostri.

Quando parliamo della parola misogi, ma anche quando O Sensei usava questo termine, non consideriamo tanto un punto di vista religioso, quanto un’usanza, è l’espressione di un uso degli uomini, più un comportamento antropologico che religioso.

Ma dentro questa azione ci sono tantissime parti che sono fondamentali nella nostra vita quotidiana.

Il ventesimo secolo è il secolo in cui la scienza ha avuto un balzo in avanti nella tecnologia, con uno sviluppo estremo, ma non vi è nessun altro secolo in cui gli uomini si sono così tanto uccisi, annientati, eliminati uno con l’altro.

Più la scienza va avanti e più uomini muoiono, come mai? Questo perché nel fondo dell’animo umano vi sono ira, invidia: l’animo è pieno di sentimenti negativi.

L’origine della parola misogi del maestro Ueshiba Morihei è proprio purificarsi da tutte queste negatività, il senso è questo.

Il maestro Ueshiba disse anche qual è lo scopo dell’aikido, il suo fine: contribuire all’evoluzione e allo sviluppo dell’universo.

Universitari che hanno sentito queste parole si sono sorpresi. Probabilmente hanno pensato che dicendo

universo volesse parlare delle galassie lontane, probabilmente non si sono accorti che noi siamo esseri terrestri ma allo stesso tempo esseri dell'universo: perché noi viviamo come esseri terrestri nell'universo.

In quello che voi chiamate Oriente da millenni questo legame tra essere umano e universo è sempre stato importante.

Rispetto al grande universo noi siamo un piccolo universo, non c'è eccezione.

Tutti gli uomini considerati secondo le leggi dell'universo sono uguali.

Basta che vi guardiate intorno e capite subito che questo nostro mondo è pieno di questa immensa forza e intelligenza dell'universo.

Perché stando all'interno di questo universo gli uomini si odiano l'uno con l'altro, oppure combattono e lottano?

Noi cerchiamo di contribuire togliendo questo fardello al progresso e all'evoluzione dell'universo.

Senza pensarla troppo difficile, cos'è l'aikido?

Quando mi sono allenato nel 1964 ai monopoli di stato a Roma, il prof. Filippini guardando il mio allenamento disse subito questo non è uno sport, è zen in movimento.

Nel dicembre nel 1964 lui disse così.

Zen in movimento, allora sporge spontanea una domanda: cos'è lo zen? Ma si tende a rispondere in modo troppo difficile a questo quesito.

Zen è la traduzione di dhyana. In sanscrito abbiamo dharana, dhyana, samadhi, in giapponese shin shin tōitsu zanmai ovvero concentrazione, unione e samadhi.

L'auspicio è che tutti possano condurre una vita meravigliosa riuscendo in questo passaggio tra concentrazione, unione e samadhi con la pratica dell'aikido. Però per giungere a questo vi è un modo specifico, un metodo.

Negli antichi testi di spada veniva detto per esempio: percorrendo qualsiasi strada si arriverà in cima alla montagna per poter vedere e osservare la luna. Ma c'è anche un'altra poesia: per arrivare in cima alla montagna e arrivare a vedere la luna bisogna percorrere la strada che ci porti in cima alla montagna

L'aikido dell'Aikikai d'Italia è una cosa di questo tipo. C'è anche un aikido diverso, anche di 180 gradi, quindi completamente diverso, ma probabilmente in questi casi questo significa che le parole del maestro Ueshiba per loro erano troppo difficili da comprendere; e senza averle comprese correttamente non si può eseguire aikido correttamente.

Questa è una delle premesse di ciò che dirò oggi.

Nella cultura giapponese ha avuto una grandissima influenza il mondo dei bushi, dei guerrieri. E' durato circa 700 anni dalla fine del XII secolo, adesso i samurai non esistono più.

Nel 1964 quando io venni qua, c'è stato un italiano che mi ha chiesto seriamente: dove posso andare in Giappone per trovare un samurai?

Perché probabilmente pensava che anche ai tempi nostri esistesse qualcuno con una capigliatura un po' particolare e che girasse con una spada al fianco. Ma ormai da più di 150 anni non ci sono più samurai in Giappone, diciamo che hanno cambiato forma.

Ci sono cose di cui non si può parlare riferendosi alla cultura giapponese se non si è a conoscenza di chi fossero questi samurai.

In Italia mi è capitato di vedere delle riviste in cui c'erano riferimenti a samurai, ed erano immaginati come dei lupi che in una posa feroce erano in procinto di aggredire qualcuno.

Ma di questo vi è colpa anche nei dizionari. Alcune volte il termine viene tradotto come guerriero, come qualcuno che combatte, ed è chiaro che persone che dovevano combattere erano presenti nel paese, perché era necessario, ma il samurai non era solo questo, ma anche questo.

Bushi è sinonimo di Buke che significa famiglia di samurai.



Per spiegarmi meglio parlerò della mia famiglia. Questo stampato su un foglio normale è un mio avo di 9 generazioni fa: era nato il 4 novembre del 1647, ovviamente fin da quando era bambino aveva frequentato la scuola e quando divenne ventenne prese servizio ed ebbe differenti compiti. È chiamato Bugyō<sup>1</sup>, cioè attività

1) Bugyō (奉行) era un titolo assegnato ad ufficiali governativi nel Giappone pre-moderno e veniva di solito seguito da altri suffissi che ne specificavano le competenze.

legate alle sua posizione. A 33 anni divenne ministro, una persona molto vicina al feudatario con una grande responsabilità verso il signore presso cui prestava servizio.

C'è un'isola vicino dove stava la mia famiglia, Kageshima, che tutt'ora è origine di conflitti perché si trova vicino alla Corea. Sin da allora c'erano problemi riguardo a quest'isola e lui come rappresentante del Giappone venne inviato nell'odierna Corea del Sud per dirimere le questioni riguardanti quest'isola: lui era un samurai. In altre parole il samurai era colui che legiferava, elaborava le norme, si occupava dell'ambito normativo, sia giudiziario che esecutivo, aveva in sé questi compiti, era una persona investita di grandi responsabilità ed il suo vivere quotidiano era piuttosto sobrio.

Ecco perché questo sistema dei samurai, in cui i samurai avevano così tanta importanza, è durato così tanto tempo, cioè 700 anni: non a causa della forza militare.

Inoltre come particolarità caratteristica del Giappone, tutti i samurai erano servi dell'imperatore.

A capo dei samurai vi era questa figura suprema, Seii taishōgun<sup>2</sup> qui conosciuto meglio come Shogun, il quale era a sua volta nominato dall'imperatore.

Anche nel periodo Tokugawa, la famiglia Tokugawa era stata nominata dall'imperatore e attraverso questa investitura comandava tutti i samurai, quindi la vita del samurai era quella di una persona in continua ricerca, continuo studio, come shugyo, una persona che si dedicava a questa pratica sia dal punto di vista spirituale che fisico.

Samurai era quindi una persona dedita in maniera assoluta, in maniera pura ad un'attività, e questa peculiare attività, fine e scopo dell'intera attività del samurai, era la stabilità del paese chiamato Giappone.

La cultura che si è sviluppata in questa situazione è ovvio che avesse come scopo l'armonizzazione, un equilibrio generale.

Quindi guardando l'aikido di O Sensei Ueshiba Morihei riusciamo a capire cosa c'è veramente in fondo, alla base della cultura giapponese.

Come indicato in quel foglio<sup>3</sup>, lo dico tantissime volte ogni volta che ci alleniamo, in genere l'essere umano quando utilizza l'energia vitale tende a contrapporsi all'oggetto della propria attenzione.

Facendo così il mio kokoro - mente cuore- si sofferma e viene catturato dall'oggetto.

E così dentro di noi nascono sentimenti come la rabbia, la tristezza, l'invidia, l'ira, questi sentimenti. Normalmente si pensa che questa sia la condizione naturale.

Ma come si fa a superare questa condizione?

Nel pensiero orientale, nella filosofia orientale è uno dei problemi più grandi e chiaramente credo che questo valga anche per l'Occidente.



La nostra condizione interiore viene presa, catturata da un lato istintivo inteso nel senso più oscuro, usando un termine un po' estremo direi animale, ma quando la cultura si sviluppa da ciò si passa a una valutazione più razionale e nasce in noi la razionalità.

Ma la razionalità porta anche alla nascita della critica e cioè al giudizio, al discernimento sui fatti, sulle cose, tuttavia questa razionalità non possiede la capacità, la forza, la capacità decisionale, non ha in sé la capacità di decidere su qualcosa.

Si può anche dire che a livello interiore psicologico chi è più razionale più è attraversato da dubbi, ha delle difficoltà dal punto di vista del pensiero psicologico.

Questa ad esempio in termini di bujitsu, di tecnica marziale, è una cosa che si può immediatamente comprendere. Più si ha questa razionalità in sé, più si conoscono le tecniche, si comparano, si criticano, e più diventa difficile effettivamente utilizzarle. Quindi gli antichi, i praticanti dell'antichità, hanno ricercato attraverso l'allenamento assiduo di entrare in un mondo ulteriore, più spirituale.

Per questo hanno creato questa via, questa ricerca, questo percorso che parte dalla concentrazione, unione e samadhi.

Una delle condizioni fondamentali affinché l'uomo possa riuscire al meglio in qualsiasi ambito professionale o lavorativo, è di riuscire a entrare in questa condizione di samadhi.

Ma purtroppo questo concetto spesso viene pensato in maniera troppo difficile, in realtà questo aspetto è qualcosa che nella vita di tutti i giorni appare in noi.

<sup>2</sup> Seii taishōgun (征夷大將軍) nel periodo feudale era un generale, a comando di un bafuku

<sup>3</sup> Il Maestro si riferisce a dei fogli esplicativi realizzati durante un suo stage a La Spezia, tutti visionabili sul sito [www.aikikai.it](http://www.aikikai.it)

Ad esempio tra i praticanti dell'aikido ci sono molte persone che si dedicano alla scienza, che cercano una loro soddisfazione in ambito scientifico professionale. È un problema molto delicato, molto ambiguo: come approcciarsi all'oggetto della propria ricerca. Trattarlo da oggetto e quindi porsi in maniera relativa e dunque anche come contrapposizione, o avere un atteggiamento di unione, fondendosi con l'oggetto della propria ricerca. Questi ambiti, questi due modi, sono estremamente delicati, questo confine è molto delicato.

Per qualsiasi essere umano questo concetto ha un'importanza fondamentale, nella vita quotidiana di ciascuno di noi. Attraverso questo noi possiamo portare nella direzione migliore in maniera equilibrata, stabile, la grande forza, l'energia dataci dalla grande natura. Possiamo rendere il proprio kokoro mente-cuore come uno specchio, utilizzarlo come uno specchio.

Non pensate che sia una questione di testa, di razionalità. No! È completamente diverso, è un'altra cosa.

Non si riesce a comprendere se non si ha unione tra lo spirito e il corpo.

Ad esempio c'è stato un grande terremoto nel nord del Giappone l'anno scorso l'11 marzo.

Qualsiasi persona si è spaventata e si spaventerebbe davanti a un evento del genere. Ma spaventarsi ed essere catturati dall'oggetto sono due eventi diversi; in termini di bujitsu, davanti a me, intorno a me ci sono nemici ma dentro di me non vi è nessun nemico, nessun avversario.

Io sono libero, se vengo catturato dall'oggetto perdo questa libertà.

Quindi se sono catturato da un evento del genere anch'io non riesco più a controllare me stesso e vengo trascinato dall'evento, letteralmente.

Ma c'è una base nel fondo della cultura giapponese e cioè l'osservare l'oggetto senza esserne catturato, essere in grado di osservarlo.

Questo non vale solo per gli adulti, vale anche per i bambini. Questo in Giappone è profondamente dentro allo spirito, al corpo di tutti.

Questo avviene secondo una lunga millenaria tradizione, tanto che alcuni giornali francesi hanno parlato di qualcosa di genetico che probabilmente c'è nello spirito giapponese, questo è stato anche scritto.

Si tratta di una cultura che ha alla base questo atteggiamento, lo stesso accadde quando io decisi di seguire il maestro Ueshiba Morihei, ero ventenne, nel 1950, si trattava della pausa primaverile nel mio passaggio dal secondo al terzo anno di università.

Sin da quando ero piccolo avevo sentito parlare del maestro Ueshiba, quando eravamo a cena con i miei genitori mio padre ne parlò con il signor Ichiro Yano. Il signor Ichiro Yano era un praticante di kendō fin da bambino ed è stato presidente della federazione di kendō giapponese e un dirigente di una famosissima azienda giapponese.

Lui disse che il maestro Ueshiba era di un altro livello, qualcosa di completamente diverso. Quando sono entrato al dojo Ueshiba non è perché volessi fare aikido, dato che io non avevo assolutamente idea di cosa fosse l'aikido, perché l'aikido non era pubblicamente mostrato, non era conosciuto.

Non avendolo mai visto non potevo sapere di cosa si trattasse e tutte le persone che sono entrate nell'insegnamento dell'aikido dell'epoca erano come me: nessuno sapeva.

Noi abbiamo seguito non l'aikido, ma il maestro Ueshiba Morihei.

Mi ricordo ancora chiaramente quando incontrai per la prima volta il maestro Ueshiba Morihei. Quando io entrai nel dojo Ueshiba quel giorno il maestro non c'era perché stava facendo un viaggio, era nel Kansai, nella zona di Osaka. Era più o meno il periodo delle vacanze primaverili quindi ci allenavamo 7 ore al giorno di aikido.

Quando finì l'allenamento noi uscimmo per strada e vedemmo O Sensei insieme a uno studente, il signor Kikuchi 5 dan di kendō che mi aveva accompagnato, mi prese e andammo a prendere insieme il maestro Ueshiba. Il signor Kikuchi mi presentò a O Sensei Maestro Ueshiba. Io mi sono tolto il cappello, ho salutato il Maestro e ho detto "Sono Tada".

O Sensei mi ha guardato fisso si è tolto anche lui il cappello e mi ha salutato dicendo "Io sono Ueshiba" in maniera estremamente gentile ed educata, abbassandosi ed inchinandosi.

Io ero in divisa da studente, in quel momento sentii qualcosa di molto particolare, come se mi fosse apparso improvvisamente davanti qualcosa che io da sempre stavo cercando, una sensazione molto particolare.

Il giorno dopo iniziò il keiko di O Sensei, la pratica con lui era dalla mattina alle 6 e mezza circa un'ora.

All'inizio il maestro diceva delle preghiere shinto, e cominciava a girare, noi eravamo circa 6 allievi perché erano passati solo 5 anni dalla fine della guerra quindi eravamo molto pochi. Si faceva ancora fatica a mangiare.

Io mi sono accorto che quando il Maestro porgeva la mano c'era qualcosa di completamente diverso da quello che noi avevamo imparato dalle elementari o alle medie cioè il judo o il kendō.

Non c'era contrapposizione, non c'era nemmeno un muro invisibile per proteggere sé stessi ma in qualche modo venivamo assorbiti, fusi, ci confondevamo con il maestro.

Questo perché il maestro era libero.

Ovviamente all'epoca era solo una sensazione, ma si trattava proprio del fatto che lui dentro di sé non aveva questo sentimento della contrapposizione.

Lui non spiegava mai le tecniche, cambiava in continuazione.

L'ho capito solo successivamente, c'erano tecniche che

una persona poteva stare con lui tutta una vita ma lui eseguiva solo una volta e lo stesso per le parole che diceva. Non era come me che ripeto sempre le stesse cose infinite volte.

Se si perdeva anche solo un parola di O Sensei, o non si era in quel posto nel momento in cui lo diceva era finito, era già passato, non veniva ripetuto.

Ad esempio le tecniche. Eseguiva una tecnica e nel momento subito successivo faceva una variante di questa tecnica subito perché nasceva secondo la sua ispirazione del momento.



*Hiroshi Tada, Kisaburo Osawa, Sugiyama, Morihei Ueshiba, Doshu Kisshomaru Ueshiba; seconda fila: Yasuo Kobayashi, Yoshimitsu Yamada e altri. (c. 1957)*

Se non si imparava all'istante, in quell'istante, guardando in quel momento, era finito, non si poteva più impararla: se si vuole seguire un grande esperto se si perde l'istante è finito.

Mia nipote Mikifu da quando aveva 2 anni pratica Hanayagi<sup>4</sup> una danza tradizionale giapponese, adesso ha 31 anni, ha il phd in questo campo nell'università delle arti di Tokyo. Il suo maestro, adesso non c'è più, si chiamava Ichimura Yuki ed era un tesoro nazionale vivente.

Anche il maestro che segue adesso è un tesoro nazionale vivente.

Il maestro Ichimura Yuki era un maestro di questa particolare danza chiamata Hanayagi e lei era molto ben vista e coccolata da questo maestro, quando era studentessa di liceo lui le disse che poteva diventare subito professionista.

Quando maestri di questo tipo danzavano, danzavano per 20 30 minuti continuamente e bisognava imparare subito all'istante tutto di questa danza, in quel momento. Come era possibile imparare vedendolo solo una volta? Non bisogna imparare con la testa, bisogna fondersi, imparare sia con la testa che con il corpo come se si stesse danzando fusi con il maestro in quel momento. Quindi quando poi si prova a danzare è già la seconda volta.

In particolare bisogna essere capaci di cogliere all'istante i punti, i dettagli più sottili che le persone normali non sono in grado di cogliere.

Ma probabilmente per tutti gli ambiti un po' speciali vale questo principio. Davanti a noi abbiamo tantissime cose importanti e preziose ma forse non ce ne accorgiamo.

Quindi questo mondo della concentrazione, unione, samadhi, per i samurai era uno zen quotidiano, bisognava avere questa attenzione nella vita quotidiana sempre.

La traduzione di unione può essere zen, quindi dhyana, e nei momenti importanti occorre essere in grado di entrare nel territorio del samadhi, nel momento della battaglia bisogna essere in grado di entrare nel territorio del samadhi.

Perché se noi creiamo davanti a noi l'avversario rimaniamo bloccati, non riusciamo più a muoverci.

Dobbiamo avere il nostro spirito mente cuore libero, senza avversari.

Di ciò si tratta quando parliamo di attività umana, quando ad esempio persone di una certa età non si sentono bene, è molto più aderente alle leggi della grande natura se davanti alle malattie o a degli incidenti non ci si contrappone ma ci si fonde.

Cambiando termine, vivere insieme con la malattia.

E cercare di portarla in una direzione positiva.

Noi possiamo provarlo questo attraverso degli esperimenti pratici.

Ci sono molti modi.

Ad esempio creiamo appositamente delle condizioni in cui ci contrapponiamo e cerchiamo invece di creare delle condizioni in cui non si ha questa contrapposizione e sentire la differenza di questi due stati.

Come abbiamo fatto questa mattina e oggi pomeriggio, se normalmente noi non siamo abituati a fare questo tipo di esercizio, cioè di capire, di sentire la differenza tra questi due stati allora non riusciamo a d allenarci bene, non si è in grado di comprendere la sostanza dell'allenamento.

Perché anche se noi non ce ne accorgiamo se nasce in noi questa sensazione questo spirito di contrapposizione chi è in grado di vedere dall'esterno lo vede, si capisce subito.

Perché dico queste cose?

Perché vogliamo che questa energia, questa forza che ci viene data dalla grande natura, vogliamo il più possibile farla evolvere verso una direzione positiva.

Sono proprio queste le parole che il maestro Ueshiba disse in merito all'aikido che vive ai giorni nostri, un aikido che vive nell'epoca attuale.

Ci sono molte persone che generalmente, siccome c'è una grande diffusione di judo, karate, kendō ecc. pensano che questo sia il budo.

A dire il vero nemmeno nell'epoca dei samurai tutti avevano come scopo questo: c'erano delle arte marziali il cui scopo unico era di vincere, non si curavano di nessuna delle cose dette finora e l'unico scopo era vincere.

Però questa veniva chiamata l'arte marziale dei servi.

<sup>4</sup>Hanayagi è una scuola di danza giapponese tradizionale con movenze molto contenute, semplici ed eleganti. Al suono dello shamisen e di canti tipici giapponesi vengono narrati momenti di vita quotidiana o di contemplazione della natura.

Quindi se torniamo al titolo della conferenza, cioè qual è il rapporto tra l'allievo e il maestro, ad esempio attraverso l'esperienza con il Maestro Ueshiba, l'insegnamento in fondo è tutto *ishindenshin*, trasmissione da mente cuore a mente cuore, da spirito a spirito quindi non c'è nessuna spiegazione, perché se noi spieghiamo tutto si ferma nella nostra testa.

Non è possibile unirsi, fondersi.

Senza spiegazioni noi eravamo in grado di unirci al maestro e quindi il corpo da solo si univa, si fondeva. Sì, io sono riuscito a comprendere questo, anche se devo dire che ci sono riuscito anche dopo la mia esperienza di tre settimane di digiuno, entrando in questa condizione di trance, in questo modo sono riuscito a comprendere.

Chi pensa che sia difficile entrare nel mondo del *samadhi* si sbaglia, quando io ho avuto questa esperienza ero ventenne.

Il *samadhi* è infinito, non è qualcosa di determinato in un punto o in uno spazio.

Ci sono differenti *samadhi*, ma è difficile usare la parola differente perché usando differente in italiano diventa più difficile capire.

Il *samadhi* non ha forma, se si usa la parola differente magari già si pone come base il fatto che ci siano delle forme diverse, ma si tratta di una condizione infinita, innumerevole.

Adesso nelle olimpiadi o nei campionati mondiali di diverse discipline si usa il termine *mental skill training*.

Già se ne sentiva parlare più di 60 anni fa, perché nel 1947 l'India diventa indipendente, all'epoca era Nehru il primo ministro.

Era un paese non allineato ma era piuttosto vicino all'Unione Sovietica quindi inviò alcuni maestri esperti di *hata yoga* e *raja yoga* in Unione Sovietica.

Il *raja yoga* è una scienza di concentrazione dello spirito che esiste da millenni, oltre 3000 anni e l'Unione Sovietica ha utilizzato l'esperienza di questi esperti, i fisiologi di scuola pavloviana hanno utilizzato questi esperti per allenare i propri cosmonauti e atleti.

Lo chiamavano *yoganastik* questo metodo di allenamento.

*Yoga*, altrimenti detto unione, è un sinonimo.

Alla base della cultura giapponese vi è lo *yoga*, Buddha *Sakyamuni* era un grande *yogi*.

Ovviamente c'è stata una profonda influenza nella cultura giapponese di tutto questo.

La cultura giapponese ha subito l'influenza da parte del buddismo, della *shintō*, di *Zhuang Zi* e di *Lao Tze* e di Confucio.

Un personaggio molto molto importante nella cultura giapponese è il monaco *Kobodaishi Kukai*, egli nell'805 andò in Cina, ricevette direttamente il buddismo cosiddetto esoterico e lo insegnò sul monte *Koya* in Giappone.

Venne tenuto in grande considerazione dall'imperatore e divenne molto importante per tutta la cultura giapponese. Ha avuto influenza in tantissimi ambiti della cultura giapponese, anche nella letteratura.

Circa il taoismo, quindi gli insegnamenti di *Lao Tze* e di *Zhuang Zi*, c'è stata un'epoca in cui questo divenne un insegnamento importante della nazione, ciò dipendeva moltissimo dall'imperatore che a seconda delle epoche appunto favoriva un insegnamento piuttosto che un altro, a seconda anche dagli imperatori quindi c'è stato il periodo di *Kukai*, questo tipo di *mikkyō*<sup>5</sup> buddismo esoterico e altre epoche in cui invece veniva data molta importanza al taoismo e quindi agli insegnamenti di *Lao Tze* e di *Zhuang Zi*.

Questa strada, questa via in questa direzione, del Tao, è chiamata anche via delle leggi dello spirito, *shinpo no michi*.

Un'altra via è quello che si basa sugli insegnamenti di Confucio, su questo si basa quello che viene generalmente conosciuto come *bushido* (*shingaku no michi* n.d.c.), gli insegnamenti dell'amore e della fedeltà verso la patria. Questi due aspetti, le leggi dello spirito e lo studio dell'etica e della morale erano sempre insieme.

Da una parte c'era questa via influenzata dal confucianesimo e l'altra faccia delle medaglia era questa via influenzata dall'insegnamento di *Lao Tse* e di *Zhuang Zi*, è sempre stato così.

C'erano sempre questi due aspetti.

È molto difficile sintetizzare l'insegnamento di *Lao Tse* e parlare del taoismo in maniera semplice, ma tra i concetti fondamentali c'è che tutto è uguale, tutti gli esseri sono uguali.

Quindi nella cultura giapponese ci sono sempre stati nello stesso momento questi due aspetti: un lato, una dimensione verticale, derivante dal confucianesimo con un ordine sociale ben preciso, strutturato, l'altro invece più orizzontale, con un'uguaglianza di base.

Quindi qualsiasi samurai anche il più importante quando usciva, finiva questo suo ruolo nella società come samurai, diventava all'istante uguale a tutti gli altri.



Volantino dello spettacolo di teatro Nō al Gessojo Dojo

5) *Mikkyō* era il buddismo esoterico della Scuola *Shingon*, fondato da *Kukai*, noto anche con il nome di *Kobo Daishi* (774-835) la cui sede principale si trovava nel tempio di *Toji* a Kyoto. La parola *Mikkyō* significa insegnamenti segreti, il che suggerisce l'esistenza di una dottrina per iniziati e di formule dal potere magico. Ebbe particolare fioritura nel periodo *Heian* (794 - 1185)

Qualsiasi samurai, anche di più alto livello, diventava uguale a tutti gli altri.

In qualsiasi aspetto della cultura giapponese c'è sempre questo aspetto, la differenza tra l'unione e il samadhi e il mondo che va invece verso la cattura e l'attaccamento.

Ad esempio il teatro Nō che viene considerato uno dei massimi esempi della cultura giapponese, 11 giorni prima che io venissi qui, il 16 di novembre c'è stato al Gessoji, al dojo dove ci alleniamo, questo spettacolo di Nō.

Per chi lo conosce, questo spettacolo si svolge in un palco fuori dal tempio, siamo giunti ormai alla 27esima edizione.

Non è detto che tutti i giapponesi guardino il teatro Nō, in particolare i giovani si addormentano subito, ma dentro questo teatro Nō vi è questo mondo, il mondo del yūgen, che è una parola molto difficile, un concetto estetico giapponese, l'apertura alla profondità del mondo invisibile, quasi un richiamo, un'atmosfera, un sentimento della profondità del mondo invisibile. Ma per poter rappresentare questo yūgen è necessario che la persona che lo rappresenti sia in grado di entrare nel territorio del samadhi.

Questo vale anche per un musicista. Se il musicista è in grado di entrare nel territorio del samadhi allora anche gli uditori, coloro che ascoltano, sono trascinati all'interno di questo mondo fondendosi. E da ciò deriva questa condizione di tranquillità dello spirito, di legame con il grande universo e questo legame è chiamato aiki.

Quindi noi che viviamo all'interno di questo grande universo dobbiamo contribuire allo sviluppo dell'essere umano, dell'umanità e usando anche le parole di O Sensei, questo è il senso di contribuire alla pace degli esseri umani nel mondo. Quindi ci sono scritte tante

cose là come vedete.

Ad esempio circa a metà del sedicesimo secolo ci sono le parole di un grande maestro chiamato Kamiizumi Ise-no-kami o Nobutsuna a seconda dei casi.

E lui insegnò yagyū<sup>4</sup> ed i suoi insegnamenti si divisero in più scuole.

Questo insegnamento di Kamiizumi Ise-no-kami è stato tramandato in maniera estremamente accurata dal suo primo allievo Yagyū Munetoshi e poi fino a Munenori è stato trasmesso in maniera accurata attraverso tutti questi maestri. Che cosa ha insegnato?

Ha insegnato gli aspetti positivi e negativi da spiegare a un principiante, quindi il contenuto dell'insegnamento. Di cosa si tratta?

Ne ho già parlato, ve l'ho detto anche stamattina. Non irrigidirsi, non lasciarsi catturare dall'altro come attenzione, rilassare le spalle, chiudere l'ano, mettere forza e kiai nel ventre, tenere lo sguardo come guardare una montagna lontana; soprattutto fare attenzione che il proprio cuore, il proprio spirito non vengano catturati dall'oggetto.

In questo caso anche il proprio movimento è un oggetto, anche l'altro è oggetto, anche intorno a me. La mia intenzione di fare qualcosa, anche questo è oggetto.

Se studiamo bene l'aikido che noi pratichiamo (ovviamente la cultura giapponese), mentre pratichiamo è possibile comprendere la strada tracciata da questi grandi maestri dell'antichità e quindi capire la radice, il fondo della cultura giapponese.

Ma in un mondo come quello attuale, in un'epoca come quella attuale, i fisiologi, chi studia scienze della vita sa che è fondamentale e importante il legame che l'essere umano ha con l'universo.

Quindi secondo questi termini del legame dell'uomo con l'universo chi ci sta di fianco è uguale a noi. Da qui l'Oriente è Oriente, ma guardandolo dall'Oriente, andando oltre, l'Occidente diventa Oriente di là: dipende da quale sia il nostro centro di osservazione.

Piano piano la Terra e gli esseri della Terra cominceranno a pensare in questo modo, come facenti parte di un tutt'uno.

Per concludere forse non dobbiamo pensare all'aikido come qualcosa di giapponese ma come qualcosa che insegna come vivere, all'essere umano come fare per migliorare la propria condizione, come fare per migliorare il proprio modo di vivere.

Quindi aumentare l'energia vitale e come utilizzarla nella maniera dell'unione.

Questo è il mio pensiero riguardo l'insegnamento del maestro Ueshiba 60 anni dopo che l'ho conosciuto.

DAGLI INSEGNAMENTI DI KAMIIZUMI ISENOKAMI  
(MAESTRO DI SPADA DEL XVI SECOLO)

SUI VIZI DI POSTURA E I MOVIMENTI SBAGLIATI DEI PRINCIPIANTI:

- COLPIRE DISTRAIAMENTE E SENZA CONVINZIONE.
- AFFRONTARE L'AVVERSARIO CON SPIRITO DI CONTRAPPOSIZIONE.
- NON TENERE LA SPADA SALDAMENTE.
- TEMPO SBAGLIATO E INSIURO DEL COLPO.
- PIEGARE LA SCHIENA.
- IRRIGIDIRE IL CORPO.
- TRASCINARE I PIEDI E LE GAMBE.
- FARE GESTI FRETTOLOSI.
- AVERE DUBBI SULLE INTENZIONI DELL'AVVERSARIO.
- AVERE TIMORE. ESSERE INSIURO.
- METTERE TENSIONE NELLE SPALLE.
- ESSERE PIENI DI SÉ.

I SUDDETTI DODICI PUNTI SONO TUTTI DIFETTI DA TENERE BEN PRESENTI PERCHÉ I VIZI CHE SI ACQUISISCONO DA PRINCIPIANTI SONO MOLTO DIFFICILI DA CORREGGERE IN SEGUITO.

PRIMA DI TUTTO INSEGNARE AD AVERE UNO SPIRITO IMPERTURBABILE E CHE NON SI IRRIGIDISCA GENERANDO DUBBI.

6) Yagyū Shinkage-ryū è una vecchia scuola di kenjutsu fondata col nome di Shinkage-ryū da Kamiizumi Nobutsuna che la lasciò al suo allievo Yagyū Munetoshi che nel 1565 aggiunse il proprio cognome. O Sensei Ueshiba studiò presso questa scuola a Sakai (vicino ad Osaka) dal 1903 al 1908 mentre prestava servizio nell'armata giapponese.

# Sarebbe bello...

## Il rapporto maestro allievo nella lezione del Maestro Tada

di Vincenzo Conte

*Sarebbe bello, Aristogitone, se la sapienza fosse una cosa tale da scorrere dal più pieno al più vuoto di noi, al solo toccarci reciproco, come l'acqua nelle coppe, che scorre attraverso un filo di lana dalla più colma alla più vuota.*

*Se è così anche per la sapienza, apprezzo molto lo stare sdraiato vicino a te...*

*Platone, Simposio*

### 1. Ishindenshin

Nell'ambito dell'ultimo stage di Roma del 27 e 28 ottobre, si è svolto il convegno sul rapporto maestro allievo in Oriente. Degno di nota è che l'Aikikai venga chiamata attraverso il suo

*Ishin deshin*  
[www.uralstars.com](http://www.uralstars.com)

rappresentante più autorevole a partecipare al dibattito culturale italiano.

Molti gli ascoltatori che attenti hanno affollato la sala dell'hotel Villa Eur. La relazione introduttiva del prof. Bossi, del gabinetto Viesses di Firenze, ha illustrato brevemente la prestigiosa e complessa figura di Fosco Maraini, studioso dell'Oriente e della lingua giapponese, ma anche alpinista, esploratore, versatile poeta e scrittore.

Il seguito è stato l'intervento del maestro Tada che ha con accuratezza, prendendo anche dalla sua personale esperienza di allievo diretto di Ueshiba, affrontato il tema del convegno.

Sostanzialmente la conclusione della relazione di Tada sensei è che nell'Oriente la tradizione vuole che il rapporto tra maestro e allievo sia diretta, ishindenshin, da un'anima ad un'altra anima. Un concetto non nuovo ai tanti che hanno seguito le sue lezioni di kinorenma e di aikido.

Ishindenshin è tradizionalmente inteso come una comunicazione silenziosa, attraverso il cuore o la pancia (cioè simbolicamente dal di dentro), distinta dalla comunicazione manifesta attraverso il volto e la bocca (l'esterno), che è visto come più suscettibile di insincerità. Tali immagini sono legate alle tradizioni dello zen che ha avuto origine dallo stesso Buddha storico Shakyamuni, ed è uno dei costanti riferimenti del maestro Tada (l'aikido è zen in movimento).

Un giorno un'immensa folla di persone si era radunata nei pressi di Rajagriha, per ascoltare gli insegnamenti di Shakyamuni, il Buddha, al quale era richiesto di parlare del Vuoto. Il Buddha rimase a lungo in silenzio, poi prese un fiore di loto e facendolo girare, lo tenne a lungo sollevato dinanzi a sé in silenzio. Solo il discepolo Kasyapa comprese l'essenza di quel messaggio silenzioso, e sorrise. Avviene così una trasmissione

dell'insegnamento senza parole, da maestro a discepolo, da mente a mente, ishindenshin.

Il fiore di loto è il simbolo dell'ascesa verso la luce: sorge dal fondo fangoso e lentamente esce dall'acqua a ricevere i raggi del sole. Nel buddismo ricorda lo spirito degli esseri destinati a riapparire nel ciclo delle rinascite (per altri versi potrebbe significare l'aprirsi dell'anima alla Grazia).

Ishindenshin, dal mio cuore al tuo cuore, è detta nello zen questa comunicazione senza parole da maestro a discepolo. "La pura tradizione dello zen si colloca al di là dei libri e dei sutra. Senza maestro lo zen non esiste" (Taisen Deshimaru, Introduzione a Yoka Daishi, Il canto dell'immediato satori). Forse nella tradizione occidentale un concetto che potrebbe approssimare è quello di predicare attraverso l'esempio.

Il concetto ishindenshin, questa forma di comunicazione non verbale, continua a influenzare molti aspetti della cultura giapponese, come nell'haragei che tradotto alla lettera significa "arte stomaco", e si riferisce ad uno scambio di pensieri e sentimenti che è implicita nella conversazione, piuttosto che esplicitamente dichiarato. Si può anche indicare il carisma e la forza della personalità. È considerato difficile da comprendere appieno per i non-giapponesi e gli occidentali in particolare.

In relazione alla percezione l'haragei usa il mizunokokoro, lo spirito come acqua tranquilla, ovvero una mente calma come la superficie di un lago che riflette ciò che esiste o si muove nelle vicinanze senza dare risalto a nulla, ma se soffia il vento (i sentimenti come la paura o l'odio che agitano l'anima), essa si increspa e le immagini vengono disperse, distorte e confuse. La mente quando è calma e rilassata diviene immobile. Fudoshin non indica però uno stato d'animo inflessibile, quanto piuttosto la condizione di chi non è facilmente turbato da pensieri interni o fattori esterni.

Ma questo è proprio quello che raccomanda il maestro Tada: usare la mente come uno specchio, intorno a me nemici ma non dentro di me, non lasciarsi attrarre o catturare da ciò che si osserva, non lasciarsi dominare dagli eventi, per cui ad esempio imparare a convivere con la malattia.

Il processo meditativo, l'esperienza da ricercare da parte del praticante, si basa sulla sequenza: concentrazione, unione, identificazione o zanmai (= samadhi).

## 2. Alcuni passaggi della relazione di Tada Sensei

### Yūgen

Molti passaggi della relazione del maestro Tada andrebbero a lungo meditati dai praticanti di aikido. L'ispirazione, il retroterra culturale del relatore, la sua capacità evocativa, sono tali da farci sentire, come presente, la più antica tradizione giapponese.

Un concetto a cui il maestro ha fatto riferimento è quello di Yūgen, il sentimento della profondità del mondo invisibile.

Il senso dell'abisso sul quale è sospeso l'uomo che ogni tanto, nella pratica, riusciamo a scorgere.

Filosofia, estetica, stato d'animo ed arte dell'aikido, che è arte di vivere, sono un continuum dell'esperienza del praticante.

La parola ha il compito modesto di segnare alcune direzioni, di delimitare degli ambiti, di accennare ad esperienze, ma se dietro di essa non batte un'anima essa diventa inutile.

### Yugen

Il termine yūgen ha una vasta gamma di significati.

Non serve infatti solo a descrivere il fascino delle cose in penombra di cui non riusciamo a conoscere del tutto i limiti ed i particolari, ma si usa anche con senso più ampio, per indicare ciò che, essendo oscuro, è insondabile, misterioso ed imperscrutabile poiché al di là dell'umana comprensione.

Cogliere quindi, senza parole, una bellezza effimera che può essere sperimentata solo per un attimo, perché dopo si dissolverà come la nebbia del mattino.

Un'opera d'arte ci trasmette yūgen quando riusciamo a cogliere in essa un bagliore, un'impressione che per un attimo, anche se a parole non riusciremmo mai a spiegare come, sembri rivelarci qualcuno dei segreti dell'universo.

Ora l'aiki è il legame con il grande universo per contribuire alla pace del mondo, ma come potremmo unirvi se non ne partecipassimo dell'esistenza?

Kamo no Chomei (1153-1216), divenuto eremita col nome di Ren'in è l'autore del Hojoki (Ricordi di un eremo, 1212), un capolavoro della letteratura del romitaggio.

Il testo narra della vita in ritiro dell'ex cortigiano che scrisse anche di poesia considerando Yūgen una preoccupazione primaria della poesia del suo tempo.

Kamo no Chomei propone questa definizione: "È come una sera d'autunno, sotto una distesa incolore di cielo in silenzio.

In qualche modo, come se per qualche motivo che dovremmo essere in grado di ricordare, lacrime scendono incontrollabili".

### L'estetica giapponese legata allo zen

"Quando sia quieto e solitario, lo stato d'animo del momento è chiamato sabi. Quando l'artista si sente depresso o malinconico, e in questo particolare vuoto dei sensi ha visione di qualcosa di piuttosto comune e modesto nella sua incredibile "quiddità", lo stato d'animo è detto wabi.

Quando il momento evoca una più intensa, nostalgica tristezza, connessa con l'autunno e con il dileguare del mondo, si parla di aware. E quando la visione è la percezione improvvisa di qualcosa di misterioso e di strano, che allude ad un ignoto impossibile a scoprirsi, lo stato d'animo è definito yūgen.

Queste parole giapponesi assolutamente intraducibili denotano i quattro stati d'animo fondamentali del furyu, vale a dire del gusto proprio dello Zen nella sua percezione dei momenti senza scopo della vita."

*Alan W. Watts La via dello Zen, pag. 194.*

### Ichigo ichie

*Ichigo ichie*

[www.webvider.com](http://www.webvider.com)

Diceva il maestro Tada che l'insegnamento di Ueshiba era c o n t i n u a m e n t e mutevole. Una tecnica difficilmente veniva ripetuta nella stessa forma, né veniva mostrata per troppo tempo, alla stessa maniera il suo pensiero, le sue parole erano legate all'attimo.

Occorreva quindi essere sempre presenti per cogliere l'insegnamento del fondatore, dato che non era soggetto a ripetersi.

Ichigo ichie, significa "un incontro, una possibilità" e deriva da un'estetica di tipo spirituale giapponese legata all'idea di transitorietà delle cose e dell'esistenza stessa. La vita si svolge in un arco di tempo, così un incontro, ma ogni incontro può essere un fatto unico, un'opportunità che potrebbe anche non ripresentarsi e quindi bisogna far sì da non avere rimpianti per come ci si è comportati.

L'idea di fondo è simile al saluto iniziale che introduce la pratica dell'aikido, qualcosa tipo: mi impegnerò al massimo per apprendere, dimostrando disponibilità e facendo in modo che questo allenamento sia produttivo, poiché ogni incontro è unico nella vita.

Un atteggiamento questo utile in tutti i campi per occupare bene il proprio tempo, dato che occorre attenzione per non perdere le opportunità che la vita ci offre.

L'aikido anche inteso come zen, se è un'arte che serve per vivere, è un modo di esplorare la realtà concreta ed immediata e non semplicemente una contemplazione statica o un'introspezione vuota, fine a se stessa.

# Rapporto Maestro-Allievo: di chi è la tecnica ?

di Ugo Montevocchi

Da parecchio tempo mi ronzano in testa idee a riguardo di questo argomento e ciò è dato dal fatto che tantissime volte ormai nella mia carriera di praticante e di maestro ho visto crearsi tensioni che rendono questo rapporto difficile e a volte conflittuale.

La storia è sempre la stessa: una persona incuriosita da chiacchiere affascinanti o più recentemente da qualche immagine sul web si avvicina all'Aikido.

Visita un dojo e, convinto da quel che vede, si iscrive.

Un nuovo praticante è nato.

Inizia a frequentare e, coinvolto dall'insegnamento del maestro, si innamora dell'Aikido muovendo entusiasticamente i primi passi alla scoperta di questo mondo. Il maestro è il suo modello e matura in breve per lui grande ammirazione.

Siamo nella spensierata fase dell'infanzia. Il bambino vede la mamma alla stregua di una fata capace di risolvere tutti i problemi e il papà come un eroe invincibile; allo stesso modo il maestro è l'indiscutibile riferimento e, come il bambino è totalmente dipendente dai genitori, il praticante è totalmente dipendente dal proprio sensei.

L'allievo cresce attraversando più o meno velocemente la propria kyu-fanciullezza azzuffandosi allegramente con i fratelli più grandi e più piccoli, sostenuto dal proprio talento e dalla generosità e capacità didattica del suo maestro. Senza rendersene conto impara un sacco di cose e fa propri insieme alle tecniche anche gli atteggiamenti e tanti aspetti della personalità del suo maestro.

A seconda di quanto la sua famiglia d'origine è sana e ben strutturata maturerà una buona autostima e affronterà serenamente il confronto con gli altri trovando attraverso la pratica crescente gratificazione.

L'allievo, continuando ad apprendere, arriva al livello di yudansha e quindi, fatto determinante, così come il

ragazzo inizia a mettere i pantaloni lunghi, l'aikidoka comincia a "vestirsi come il suo maestro".

Da qui in poi possono iniziare i problemi: siamo giunti all'adolescenza dell'aikido.

Il nostro giovane yudansha come accade a tutti gli adolescenti comincia a pensare con la propria testa, osserva il mondo in cerca di nuovi miti, di nuovi riferimenti. Comincia a non accontentarsi più dell'insegnamento del maestro e, a seconda del suo carattere della sua autostima e soprattutto della sua ambizione, inizia più o meno precocemente a cercare altrove insegnamenti che allarghino la sua visione dell'aikido. Il passo successivo è l'autoaffermazione. Se tutto va bene, verrà ricercata mettendosi in evidenza all'interno del dojo, assumendo il ruolo di allievo esemplare agli occhi del maestro e dei compagni. Se invece le cose prendono una brutta piega il nostro aikidoka, ormai cresciuto, in virtù di nuove convinzioni cercherà di proporsi come guida alternativa al maestro e di lì a poco inevitabilmente compariranno atteggiamenti critici, polemici, talvolta addirittura competitivi nei suoi confronti.

Il maestro non soddisfa più e il nostro giovane si reputa ormai passato all'età adulta.

Per allontanarsi sceglie al di fuori della famiglia di origine un altro modello a cui ispirarsi, a cui legare la sua futura crescita e, udite udite, **a cui attribuire i suoi futuri successi e rivolgere la propria riconoscenza!!!**

Ho visto di tutto, veramente di tutto.

Fra esperienze dirette e racconti di colleghi responsabili di dojo potrei narrare svariate storie di questo tipo.

Tutte tristemente caratterizzate da tradimenti o abbandoni ad opera dei tantissimi voltagabbana.

Queste persone talvolta agiscono in virtù di convenienze di vario tipo o per ambizione o semplicemente per

incapacità di riconoscere ad altri il dovuto merito e con noncuranza rompono in malo modo il legame con chi li ha di fatto formati fino a renderli autonomi e capaci di divenire loro stessi responsabili di un dojo.

Ho davvero visto di tutto: da quello che dopo anni di pratica nel dojo va a fare qualche seminario con un altro maestro e da un giorno all'altro si dichiara suo allievo, a chi saltando anche questo passaggio intermedio gratifica il tuo impegno di maestro dichiarando che il suo modello ispiratore e suo riferimento in realtà è Steven Seagal!

Quando avvengono rotture di questo tipo è chiaro che qualcosa non va soprattutto perché parliamo di rapporti fra individui che praticano una disciplina con l'intento di



crescere prima di tutto come persone.

Cercando di trovare le motivazioni a queste miserie umane, il primo problema riscontrabile è una diffusa memoria corta.

L'allievo, che all'inizio della pratica si stupisce quasi della tecnica e apprezza il maestro per la sua efficacia o eleganza per la sua capacità tecnica o didattica, col tempo dimentica. Padroneggiando sempre più la tecnica se ne appropria ma nel modo sbagliato. Rimuove il fatto che quella tecnica gli è stata data, insegnata, spiegata, corretta, perfezionata, lezione dopo lezione attraverso il paziente lavoro del suo maestro. Accantonata l'idea ormai divenuta sconveniente di avere ricevuto un dono, considera il suo bagaglio tecnico come una cosa propria. Inizia a correggere gli altri, comportamento opportuno se tenuto nel ruolo di sempai.

Magari è il maestro stesso a concedergli l'onore di sostituirlo sul tatami e, affidandogli i suoi allievi, a offrirgli l'opportunità di sperimentare l'utilissima esperienza dell'insegnamento.

Ma raggiungere la consapevolezza che si possiede la tecnica e si è in grado di insegnarla porta talvolta alla presunzione di essere pari al proprio maestro, porta a giudicarlo, ad essere critici e, se l'allievo è dotato, magari a ritenersi a lui superiore.

Ma allora non ci si deve mai considerare padroni della propria tecnica? Ma allora la tecnica di chi è?

Takeda Sokaku aveva le idee chiare sul possesso della tecnica. Stando alle biografie pare si facesse pagare profumatamente da O Sensei per l'insegnamento di ogni singola tecnica e per di più era lui a stabilire tutto, quali insegnamenti concedere, quando farlo e a quale prezzo. La cosa a noi può sembrare strana: il materialismo emblematico della nostra epoca porta a pensare che ogni scelta spetta a chi ha i soldi, a chi può pagare.



M<sup>o</sup> Takeda Sokaku- Osaka 1939



Secondo questa squallida logica, pagata la retta mensile, tutto quello che abbiamo imparato ci apparterebbe e non sussisterebbe alcun debito di riconoscenza. Nella antica e saggia cultura giapponese a cui ci ispiriamo non funzionava così e il gioco era diretto da chi possedeva la conoscenza.

In origine le tecniche venivano insegnate esclusivamente ai componenti del clan ed erano segrete perché per il clan possedere una tecnica migliore voleva dire prevalere invece di soccombere. In virtù di questo il possessore della tecnica decideva tutto: il quando, il come e soprattutto il chi meritasse di accedere alla conoscenza. Era il maestro a scegliere l'allievo.

Ora le cose vanno in modo ben diverso: nei nostri dojo non arrivano guerrieri desiderosi di ampliare le loro abilità con efficaci tecniche marziali ma novizi che hanno dall'aikido le aspettative più molteplici, persone dalle caratteristiche fisiche e culturali più disparate. A tutti, svegli e imbranati, come è giusto che sia, si dà modo di procedere sulla via dell'aikido.

Ricordo come in passato fossi convinto del contrario. Discutevo col mio Maestro della opportunità di proporre a certe persone, col dovuto garbo, di cambiare strada provando con qualche attività a loro più accessibile e ricordo i rimproveri del mio Maestro, il Maestro Fujimoto, che mi ammoniva dicendo: "L'Aikido è per tutti! E' il tempo a fare la selezione!" Quando io ho iniziato a praticare, ormai quasi 40 anni fa, l'insegnamento era ridotto all'osso e la tecnica veniva solo mostrata.

I maestri giapponesi, un po' per la scarsa conoscenza dell'italiano un po' per filosofia, spiegavano pochissimo e la tecnica come diceva il Maestro doveva essere rubata. Ora la tecnica è invece insegnata. Con dovizia di particolari viene dimostrata, spiegata, corretta e ricorretta ma nonostante ciò, una volta appresa, la tecnica cambia padrone. Il risultato della evoluzione didattica è che

l'aikido è sempre più accessibile a tutti, anche a chi non è nato guerriero.

I nuovi allievi crescono sempre più in fretta e rispetto al passato per raggiungere lo stesso livello i tempi si sono ridotti a metà se non a un terzo.

Quello che mi dispiace è rilevare come le nuove generazioni crescano inconsapevoli del fatto che la loro progressione è figlia anche del lavoro svolto da chi in precedenza ha contribuito alla trasmissione della conoscenza. L'atteggiamento spesso è quello di chi attribuisce unicamente al proprio talento il merito della propria rapida crescita dando fede alla semplice equazione "ho imparato più in fretta = sono più bravo". Per non parlare poi di chi azzarda valutazioni e confronti mettendo sullo stesso piano l'efficacia della propria tecnica di giovane baldanzoso e quella di qualche anziano praticante, arrivando a brillanti conclusioni del tipo "se quello è quarto dan io allora sono almeno sesto!": inutile commentare.

Già, il talento. Ricordo una volta ad un corso di formazione tecnica federale il docente di turno pose la domanda: "cosa occorre per formare all'interno della propria società un grande campione?" Dopo le più svariate risposte diede lui la soluzione: "Fortuna! Prima di tutto fortuna. Fin che un atleta di grande talento non varca la porta della vostra palestra difficilmente i vostri sforzi potranno.....ecc". Per noi è la stessa cosa, sono i ragazzi di talento che ci danno maggiori soddisfazioni ma sono anche quelli che spesso creano problemi. Certo anche qualcuno di talento scarso può creare problemi ma in genere sono i più dotati a maturare l'ambizione che porta a spiacevoli separazioni. Ad esemplificare il concetto un aneddoto che forse conoscete: un giorno una eterea creatura decise di auto compiacersi considerandosi perfetta al pari di chi l'aveva creata e si ribellò. Non era in effetti una creatura qualunque era stato fino ad allora il prediletto, il più bello fra gli angeli. Il suo nome? Lucifero!

Ora assimilare ogni umile maestro e responsabile di dojo a Dio e ogni allievo esperto e maturo che decida di intraprendere una propria strada ad un demone dotato di zoccoli e di corna non è certo nelle mie intenzioni, ma andando a stringere, al termine di un articolo già fin troppo lungo, dirò che **c'e' modo e modo di staccarsi dal proprio maestro o dalla famiglia all'interno della quale si e' cresciuti.**

Non si può rinnegare la propria origine, e con un colpo di spugna annullare la riconoscenza.

Da tempo rifletto su queste dinamiche che da sempre vedo scatenarsi e che continueranno inevitabilmente a ripetersi. Alla fine la conclusione a cui sono giunto sta tutta in una parola: **personalità.**

Non c'entra nulla il livello tecnico del maestro o dell'allievo, l'insoddisfazione circa la tecnica o l'impostazione didattica, tutte balle. E' sempre sul piano

della personalità che avvengono gli attriti.

Vicino ad un maestro difficilmente riescono a convivere allievi di forte personalità e più è forte la personalità del maestro più probabile sarà la nascita di contrasti. In pratica come recita il più bucolico dei proverbi non possono convivere due o più galli in un pollaio.

E allora che si fa? Ci dobbiamo rassegnare? No.

Individuiamo piuttosto l'antidoto, una mistura che, se assunta per tempo, può limitare i danni. Mettiamo nell'alambicco una buona dose di umiltà, di intelligenza nel gestire i rapporti, di riconoscenza, di onestà e soprattutto di rispetto, mescoliamo per bene e beviamo abbondantemente.

Farà sicuramente bene a tutti e non solo per le relazioni all'interno del dojo.

E' assolutamente normale per un allievo, giunto alla sua maturità, aprire un dojo.

Questo è certamente per alcuni l'obiettivo finale, il modo di realizzarsi, mettendo magari a fuoco di lì in poi un proprio personale modo di interpretare l'aikido.

Un allievo che raggiunge un alto livello, che apre un suo dojo o che addirittura supera il proprio maestro è un evento positivo anzi auspicabile, ma bisogna ricordare che se questo avviene è prima di tutto per merito di chi insegnando ha assolto meravigliosamente il proprio compito e sarebbe bello che tutto ciò avvenisse mantenendo un legame all'insegna della correttezza e dell'armonia.

*Ma allora di chi è la tecnica?*

*La tecnica resta di chi ce l'ha donata e l'unico modo per farla propria è con tanta riconoscenza, umiltà e generosità sincera a nostra volta donarla!*



# I fondamenti dell'Aikido nell'insegnamento di Tada Sensei

di Giovanni Fiorucci Disegni di Caterina Fiorani

Questo articolo vuole essere di aiuto specialmente per i principianti, perché più agevolmente possano recepire un insegnamento che mostra tutti i segni di una vera e propria sintesi di sistema compiuta da Tada Sensei.

Senza le correzioni e i suggerimenti che con la sua consueta generosità il mio maestro Dionino Giangrande mi ha voluto dare, questa esposizione sarebbe stata meno chiara, magari anche imprecisa; di questo devo dare menzione, oltre che ringraziamento.

Altro contributo essenziale - di qui altro motivo di gratitudine da parte mia - è stato dato da Caterina Fiorani, yudansha del nostro comune dojo Aiki Zen no Kai, che con le sue illustrazioni a corredo di questo articolo ha dimostrato con quanta consapevolezza essa stessa abbia recepito l'insegnamento di Tada Sensei.

Per passare finalmente all'esposizione, richiamo l'immagine di Tada Sensei, che all'inizio di un seminario tende il braccio rivolgendo verso l'uditorio il dorso della mano, il pollice nel palmo e le altre dita in vista, tese.

Enuncia che i fondamenti dell'Aikido sono quattro: ASHI BUMI, DO ZUKURI, METSUKE, TAI SABAKI,

e passa ad illustrarli partitamente.

1.- Primo fondamento, ASHI BUMI: la posizione dei piedi.

Dà il kamae (la guardia), che può essere:

la) frontale (shizentai: la posizione naturale), oppure:

1b) su un solo fianco: hanmi (han: metà; mi: corpo), sinistro o destro ( hidari hanmi kamae o migi hanmi kamae).

Come avviene, dunque, che la posizione dei piedi generi una posizione di guardia?

(Gli esempi che seguono sono pensati in hidari hanmi kamae).

1a) Da una posizione dei piedi uniti ai talloni e divaricati all'avampiede: KAIKYAKU DACHI, l'apertura della guardia dà un assetto frontale: SHIZENTAI.

Quindi da kaikyaku dachi (Fig.1):

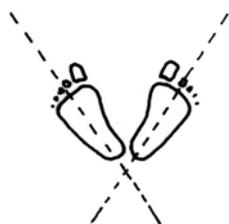


Fig. 1

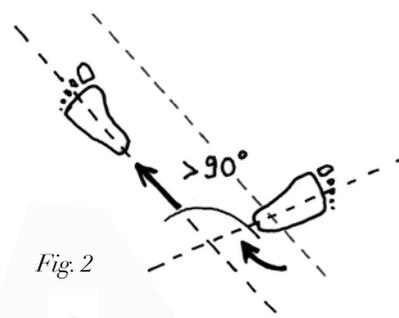


Fig. 2

si ha shizentai (fig.2): I piedi formano un triangolo ottusangolo, con l'angolo ottuso tra i talloni, e sono disposti su due linee, nell'assetto che Tada Sensei chiama FUTAEMI KAMAE.

1b) Da una posizione dei piedi uniti: HEISOKU DACHI, l'apertura della guardia dà un assetto laterale: HANMI KAMAE.

Quindi da heisoku dachi (Fig.3):



Fig. 3

si ha hanmi kamae (in ipotesi, hidari hanmi kamae, come detto) (fig.4):

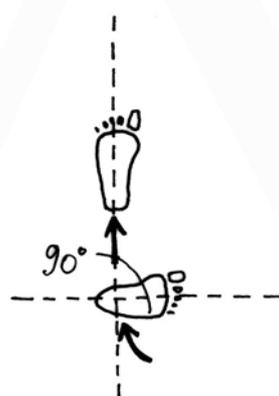


Fig. 4

I piedi formano un triangolo (sankaku), e nell'illustrazione è chiara la posizione reciprocamente ortogonale dei piedi sulla linea dei talloni: è la disposizione su un'unica linea, nell'assetto che Tada Sensei chiama HITOEMI KAMAE.

Perché tanta attenzione su un aspetto che potrebbe non sembrare così determinante? Ma perché è in questione l'ampiezza dell'assetto che individua hitoemi kamae: rispetto al tallone del piede avanzato, infatti, il piede arretrato può posizionarsi con un'escursione che va dal (proprio) tallone al (proprio) alluce (fig.5).

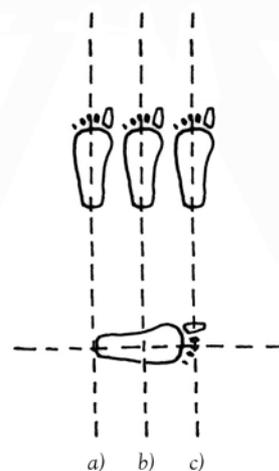


Fig. 5

Posizioni del piede da omote ad una sankaku

In proposito, ritengo chiarificatrice una ricerca compiuta da Dionino Giangrande sul sankaku kamae come assetto della marzialità giapponese, con risultati che per me sono stati illuminanti per comprendere finalmente aspetti dello hitoemi kamae quale assunto in certi casi da Tada Sensei, ma anche dallo stesso O Sensei.

E allora, la escursione nell'allineamento tra i piedi in hitoemi kamae può andare:

- dal tallone del piede avanzato in linea con il tallone del piede della guardia, ed abbiamo omote sankaku: triangolo omote, primigenio. E' rettangolo tra i talloni, come raffigurato nell'assetto appena illustrato dello hanmi kamae; (Fig. 4 e 5a)

- fino al tallone del piede avanzato in linea con l'alluce del piede della guardia, ed abbiamo ura sankaku : triangolo ura, speculare ad omote. E' rettangolo tra il tallone del piede della guardia e l'alluce del piede arretrato: (Fig. 5c)

Anche dalle risposte che ho avuto a domande fatte a più aikidoisti, la sensazione empirica più diffusa considera prevalenti i kamae riconducibili ad omote sankaku; altrettanto prevalentemente sono avvertiti come puri scostamenti i kamae assunti tra gli omote e gli ura (Fig. 5b); poco considerati, infine, i kamae riconducibili ad ura sankaku.

Proviamo allora a vedere con una diversa attenzione: in quanti filmati di O Sensei, infatti, riconosceremo - ma certo l'abbiamo visto, solo non l'abbiamo focalizzato - l'assetto inconfondibile di ura sankaku?

Quando Tada Sensei esegue i suburi di spada scaricando il colpo dello shomen sul piede arretrato, non è in ura sankaku?

Quando eseguiamo un kaiten di 90 gradi, non tracciamo un ura sankaku?

Sperando di non aver complicato la vita dei nostri principianti, è dunque ora di portare a conclusione le osservazioni su shizentai ed hanmi kamae.

Potremo allora individuare la guardia shizentai come quella che delinea una occupazione più aperta, invasiva dello spazio: spazio non genericamente inteso, ma quello spazio che Tada Sensei è solito chiamare il suo giardino, entro il quale nessuno può entrare senza essere perfettamente percepito e controllato.

La guardia hanmi mostra invece una occupazione più sottile, cuneiforme, dello spazio da parte dell'aikidoka; ma non per questo il nostro giardino, per appropriarci della metafora di Tada Sensei, è meno vigilato.

Solo hanmi kamae, dunque?

E' indubitabilmente chiaro che, come si impara il primo giorno che si sale sul tatami, per antonomasia la postura dell'Aikido è hanmi. Col tempo e l'esperienza, però, l'ambiguità felice e insieme disperante di questa nostra arte marziale ci mostra che anche l'assetto shizentai ci accompagna nella pratica.

Nel chudantsuki waza, per esempio, come potrebbe uke portare un pugno diretto al plesso solare di tori, se tori fosse in guardia perfettamente hanmi?

Ancora: gli ushirowaza si svolgono in perfetto hanmi, o non è piuttosto prevalente il metsuke (vedi il terzo fondamento) nell'orientare correttamente assetti che

mutevolmente e senza soluzione di continuità passano da hanmi a shizentai?

Ma lasciamo queste occidentalissime ansie di riduzione per categorie (già si sono manifestate poco sopra e ricompariranno: vedi il quarto fondamento), e proseguiamo nell'esposizione dell'insegnamento di Tada Sensei.



Fig. 6

2.- Secondo fondamento, DO ZUKURI: la posizione del busto in base al bilanciamento del corpo sulle gambe.

Due esempi:

2a) hanmi kamae: il peso si riparte al 50 % su ciascuna gamba, il busto è dritto (Fig.6):

2b) torifune: con moto alternativo e continuativo il peso passa:

dal 90 per cento sulla gamba anteriore flessa e dal 10 per cento sulla gamba posteriore tesa, il busto è inclinato in avanti (Fig.7a):



Fig. 7a



Fig. 7b

al 90 per cento sulla gamba posteriore flessa e al 10 per cento sulla gamba anteriore tesa, il busto è leggermente inclinato all'indietro (fig.7b):  
e così in sequenza.

3.- Terzo fondamento, METSUKU: la direzione dello sguardo che orienta l'assetto dell'intero corpo (fig.8).



Fig. 8

Ancora due esempi, questa volta pensati in migi hanmi kamae:

3a) nel concludere ikkyo ura con la sequenza irimikan-kaiten, per l'intera rotazione destrorsa di 360 gradi lo sguardo e l'assetto del corpo di tori si muovono omogeneamente;

3b) quando Tada Sensei mostra iriminage con entrata in wakigamae, rivolge il metsuke al proprio tallone arretrato, compie un kaiten destrorso di 180 gradi e chiude la tecnica tornando al metsuke originario con un kaiten sinistrorso di 180 gradi

(vedi ancora fig.8.E' l'ashisabaki - vedi il n. 4 a seguire - che con un po' di giapponese maccheronico a volte chiamiamo "kaiten e controkaiten"; però didatticamente funziona).

3c) vi ricordate l'interrogativo posto a conclusione delle osservazioni-divagazioni sul primo fondamento, ashi bumi, circa il ruolo del metsuke negli ushirowaza?

4.- Quarto fondamento, TAISABAKI, i movimenti del corpo. Sono:

4 a) TESABAKI, i movimenti degli arti superiori;

4b) ASHISABAKI, i movimenti degli arti inferiori.

4 a) Qualunque tesabaki ha origine dall'assetto di tegatana (Fig.9), la mano - spada dell'Aikido.

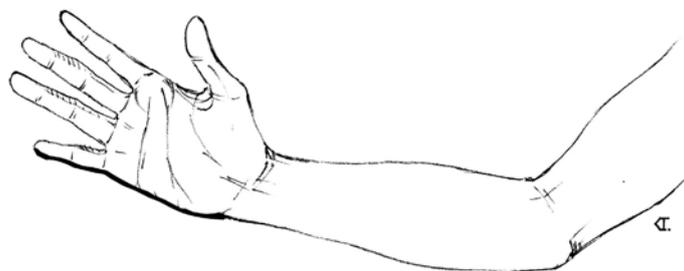


Fig. 9

(E' evidenziata la linea del tegatana)

Fermo questo assetto, dunque, ci sono le specificità che possiamo distinguere, ad esempio, circa l'asse del tegatana, o le prese, o gli attacchi.

Esempi di tesabaki sull'asse del tegatana:

a) in asse verso il pollice (Fig.10);

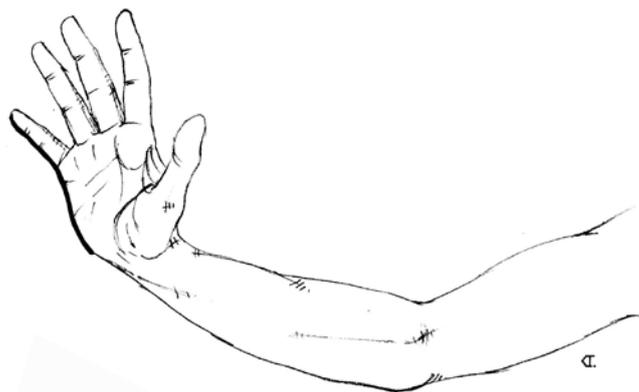


Fig. 10

b) in asse verso il mignolo (Fig.11);

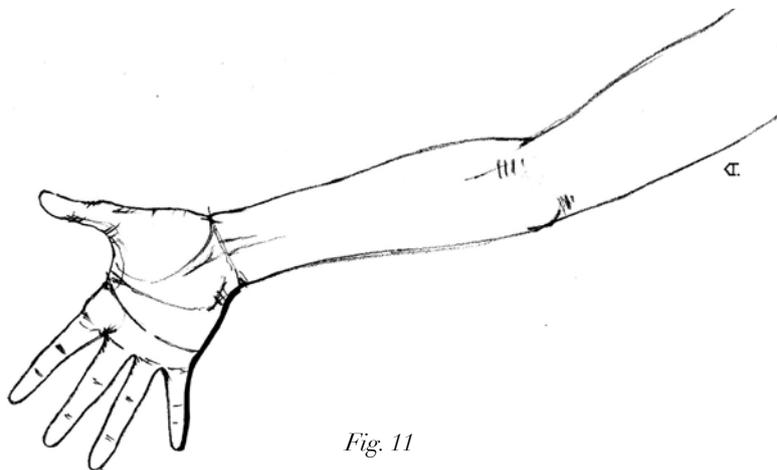


Fig. 11

c) rotazione esterna (per fare una presa o per liberarsi da una presa) (Fig.12);

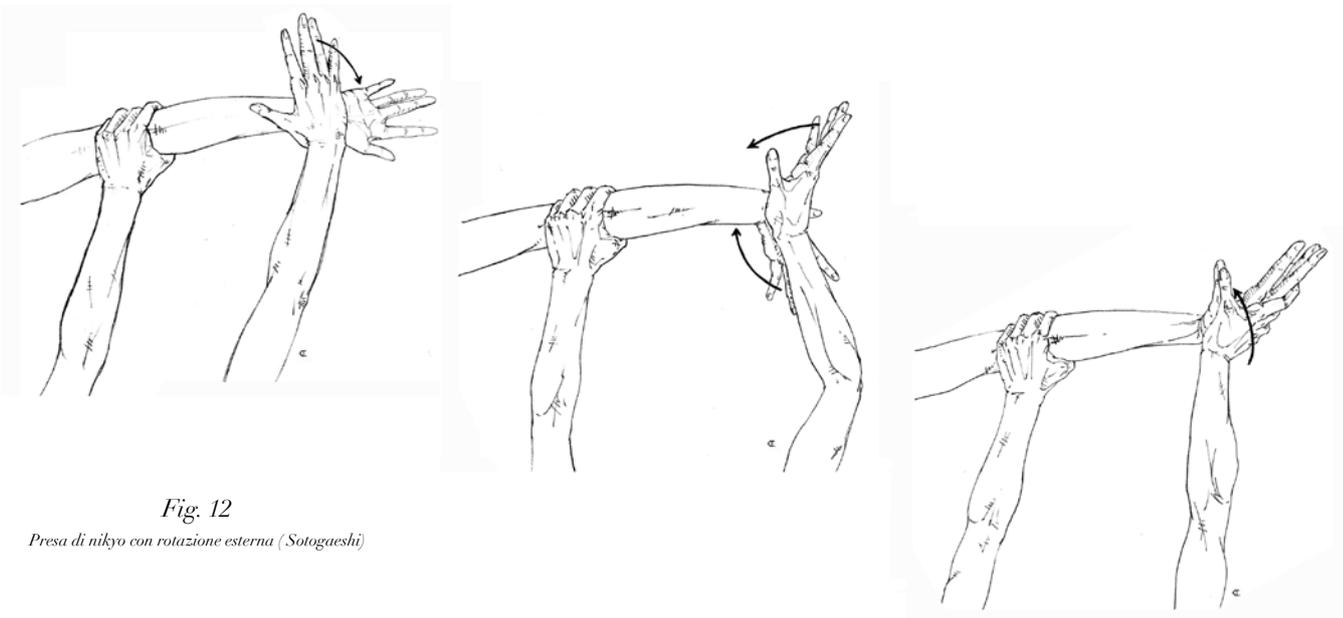


Fig. 12

*Presa di nikyo con rotazione esterna (Sotogaeshi)*

d) rotazione interna (per fare una presa o per liberarsi da una presa) (Fig.13);

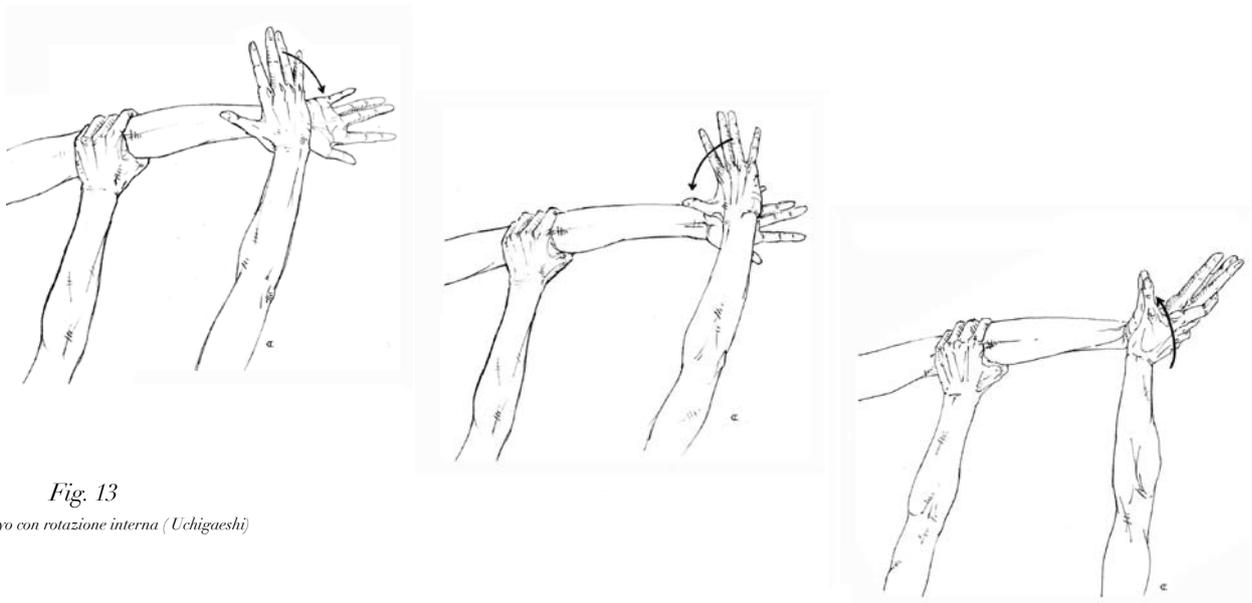


Fig. 13

*Presa di nikyo con rotazione interna (Uchigaeshi)*

e) movimento “a scavare” con una flessione delle dita verso il palmo (Fig. 14), generalmente con una rotazione interna (per liberarsi da una presa o per guidare una presa a nostro vantaggio, ad esempio da chudan a jodan o a gedan), eccetera.

Esempi di tesabaki per le prese:

a) secondo la modalità, diretta o inversa della presa: junte, presa diretta (Fig. 15), o gyakute, presa inversa (Fig. 16).

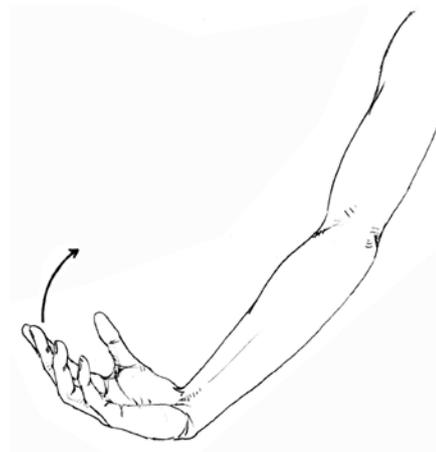


Fig. 14

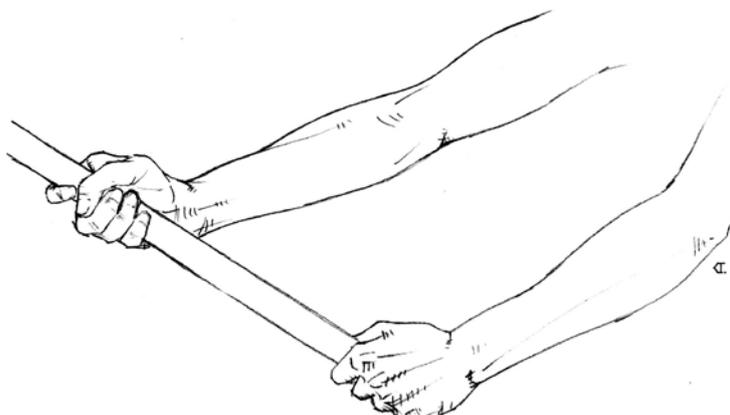


Fig. 15  
Presa junte in aikijo

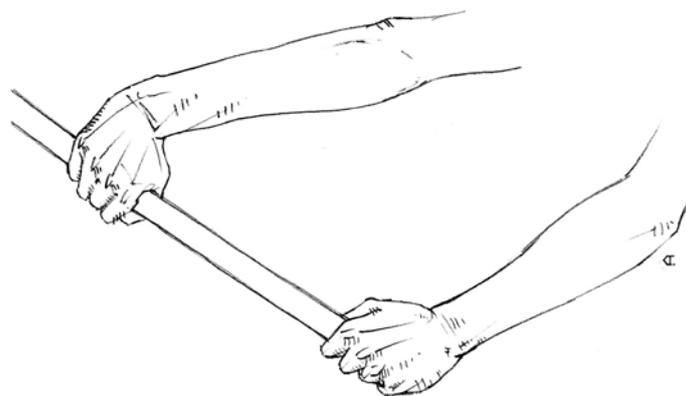


Fig. 16  
Presa gyakute in aikijo

Junte e gyakute ci sono più familiari nel maneggio del jo: ma sono comuni anche nel tai jutsu, le tecniche a mano nuda sia come prese di attacco (Fig. 17 – 18) che come prese in risposta ad un attacco (Fig. 19):



Fig. 17  
Presa junte da parte di uke  
in katatetori aihanmi (hidari)

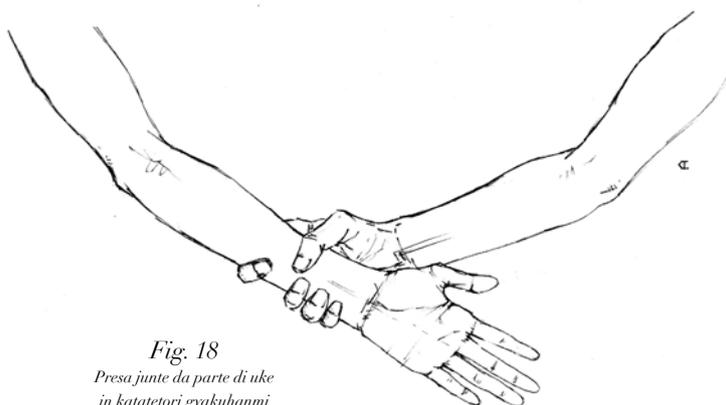


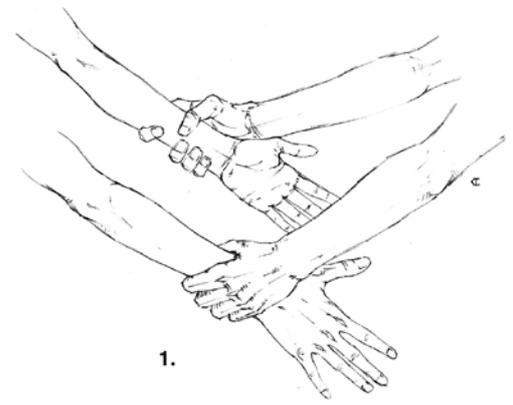
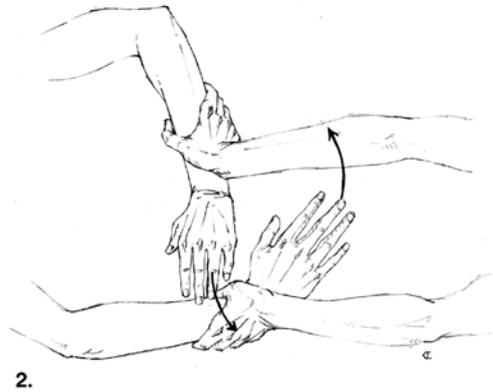
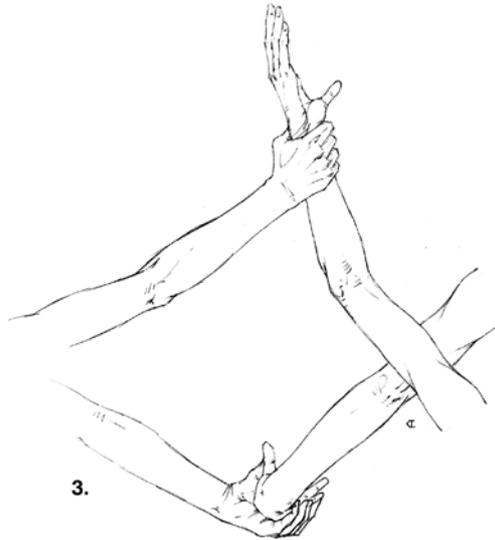
Fig. 18  
Presa junte da parte di uke  
in katatetori gyakuhanmi



Fig. 19  
Presa gyakute di una mano di uke da parte di torii:  
avviene ad esempio negli osate waza (ikkjo, nikyo, etc.)

Possono essere inoltre riconoscibili all'interno di tecniche complesse, in cui l'alternanza di prese junte e gyakute sono funzionali allo studio delle possibili varianti.

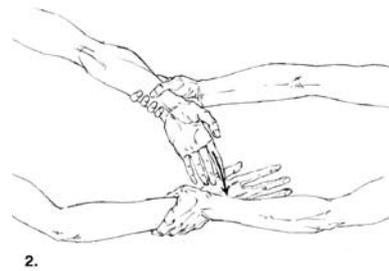
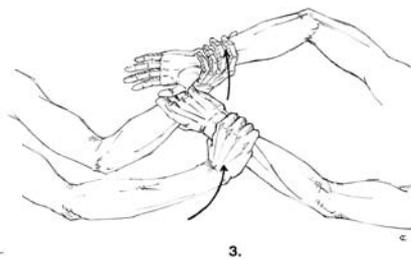
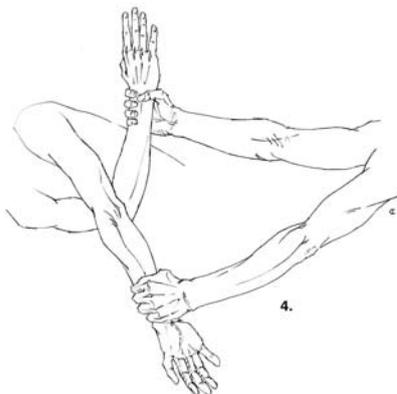
È il caso questo di jujigarami nage, in cui la possibilità di scelta tra prese junte e gyakute è caratteristica e consente di generare varianti rispetto alla tecnica di base (Fig.20 - 21).



*Fig. 20*  
Ryotetori jujigarami:  
tori prende gyakute entrambi i polsi di uke

b) secondo la specificità della presa:  
katatetori (aihanmi, gyakuhanmi) (Fig.17 - 18), katatori,  
ryotetori, eccetera, per tesabaki di presa;  
shomenuchi, yokomenuchi, chudantsuki, jodantsuki,  
eccetera, per tesabaki di attacco.

4b) Passiamo ad esempi di ashisabaki:



*Fig. 21*  
Altra forma di ryotetori jujigarami:  
tori prende junte il primo polso e gyakute il  
secondo polso di uke

okuriashi;  
tsugiashi;  
ayumiashi;  
irimi;  
tenkan;  
irimitenkan;  
ushirotenkan;  
tenchi;  
kaiten;  
fumikae.

Ci sono altre denominazioni di ashi sabaki, e nemmeno è raro che alcuni nomi siano intesi diversamente.

Per ognuno di noi, credo, sarebbe meglio attenersi alla realtà dei sabaki di Tada Sensei (o del maestro che si preferisce seguire, beninteso); certo è che i maestri giapponesi non annettono a questi nomi il significato salvifico che noi occidentali pretendiamo di attribuire loro.

Essenziale invece è ricordare che gli ashi sabaki, da soli o in combinazione, su un'unica linea di movimento o su tre linee, sono stati organizzati da Tada Sensei in un complesso di esercizi di coordinamento che esauriscono l'intero arco degli ashisabaki praticati nell'Aikido.

Infatti questi movimenti, sia a partire da futaemi no hanmi (Fig.22)

che a partire da hitoemi no hanmi (Fig.23)

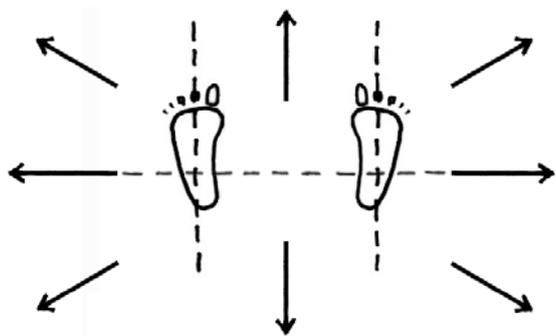


Fig. 22

vengono articolati come spostamenti sugli assi

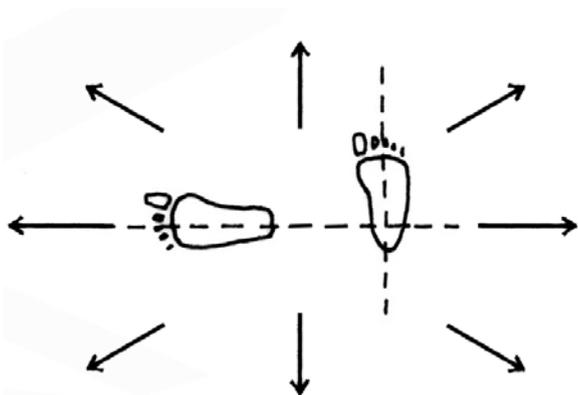


Fig. 23

fondamentali: avanti-dietro; laterale (sinistro-destro) a 90°; diagonale (sinistro-destro)

Buon lavoro a tutti noi, dunque, per lo studio di queste realtà non opinabili.



#### IN CONCLUSIONE

Se questa ricostruzione è stata sufficientemente rispettosa di quanto Tada Sensei ci va insegnando ormai da un vita, ne risulta la totale interdipendenza e circolarità dei fondamenti enunciati.

Pensare ad uno di essi come separato o preminente rispetto agli altri sembra un esercizio inutile, oltre che un apprendimento errato.

Per me, occidentale ancorato agli insegnamenti delle scienze esatte, l'insegnamento di Tada Sensei è in ogni momento un saggio compiuto non solo di scienza motoria, ma di scienza tout court. So però di dover dare ragione a chi, più avanzato di me sul Do dell'Aiki, sa recepire questo, come gli altri insegnamenti di Tada Sensei, nella sua globalità di intuizione e di raziocinio.



# Ashisabaki e taisabaki

di Alberto Conventi

La parola taisabaki è composta da due kanji: tai che significa corpo e sabaki che significa movimento.

I taisabaki (spostamenti del corpo) o ashisabaki (spostamenti dei piedi) sono la base dell'aikido, il loro studio è quindi estremamente importante e costituisce la base su cui costruire un aikido di qualità.

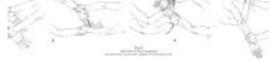
## Suriashi

Suriashi significa spostare i piedi strisciando. Si tratta di uno spostamento fondamentale in molte arti marziali giapponesi.

Nell'aikido, raramente e solo come varianti più o meno insolite, sono immaginabili tecniche che prevedano spostamenti del corpo in cui i piedi si staccano da terra o appoggiano sui talloni.

Gli spostamenti vanno eseguiti tenendo la pianta del piede ben appoggiata a terra con il peso leggermente spostato sul primo metatarso.

Bisogna fare molta attenzione a non muovere la testa né lateralmente, né in su, né in giù; è bene abbassare un po' le anche e tenere le gambe leggermente flesse.

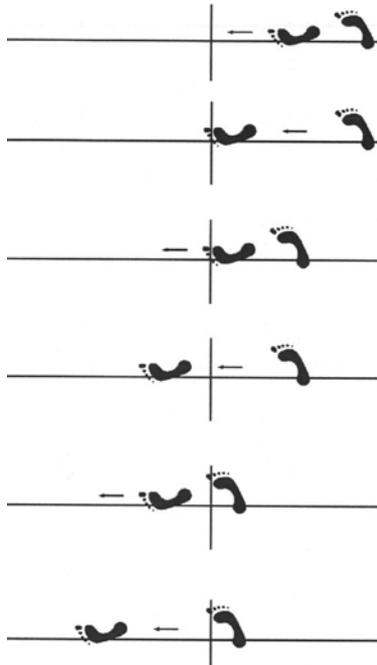


## Okuriashi

Okuriashi significa "piede trasmesso, inviato, mandato, spedito".

Ashi indica il piede mentre oku è un kanji utilizzato nelle parole in cui ci si riferisce, ad esempio, all'invio di pacchi ma anche per indicare la conduzione di elettricità.

Si tratta di spostarsi in una data direzione muovendo per primo il piede più avanti rispetto alla direzione scelta.

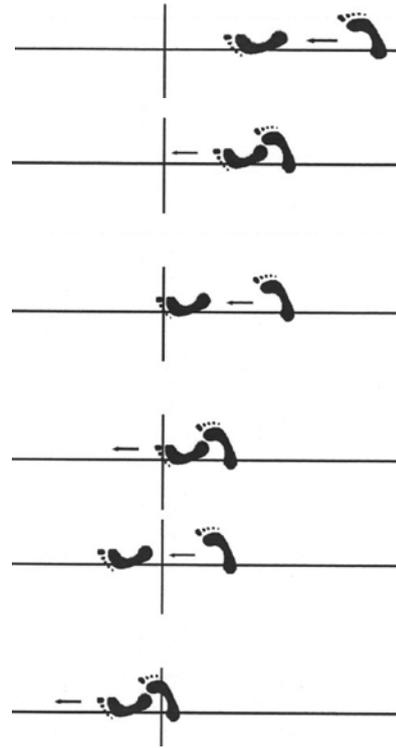


## Tsugiashi

In genere tsugiashi viene tradotto come "piede scaccia piede".

Il kanji tsu significa prendere il posto, quindi tsugiashi può essere anche tradotto come "piede che prende il posto dell'altro piede".

Si tratta di spostarsi in una data direzione muovendo per primo il piede più indietro rispetto alla direzione scelta.

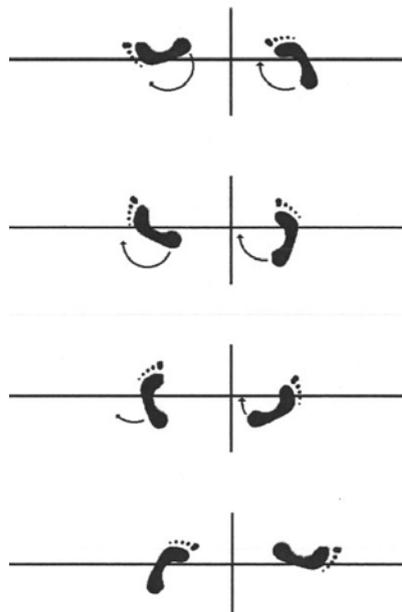
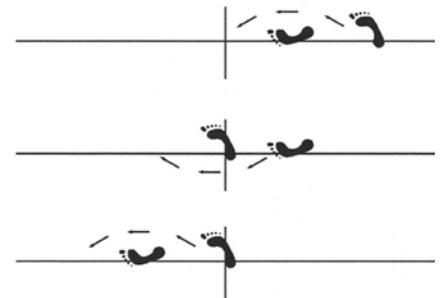


## Ayumiashi

Nel suo significato principale ayumi significa passo. Con ayumiashi si indica la camminata normale nella quale, alternativamente, un piede supera l'altro.

Spesso, nel caso dei taisabaki di base dell'aikido, ayumiashi è leggermente più asimmetrico in quanto l'alternanza dei piedi viene eseguita con le anche rivolte

sempre nella stessa direzione. In questo movimento la necessità di tenere le anche basse risulta particolarmente evidente.



## Kaiten

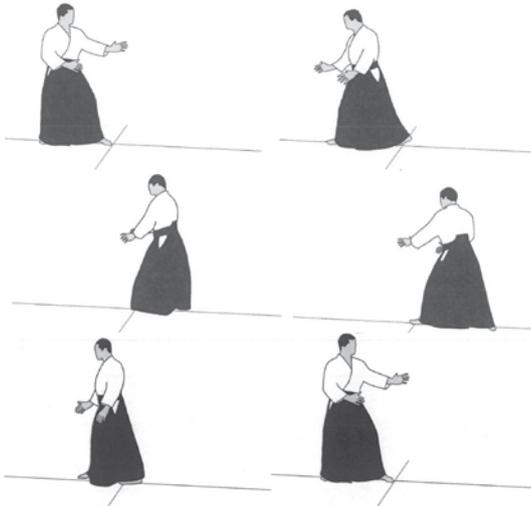
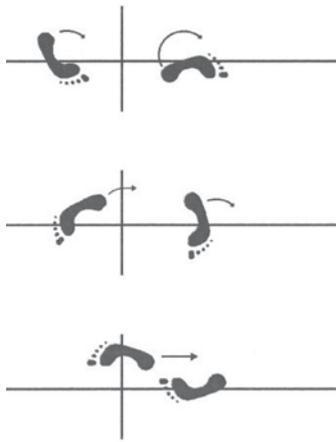
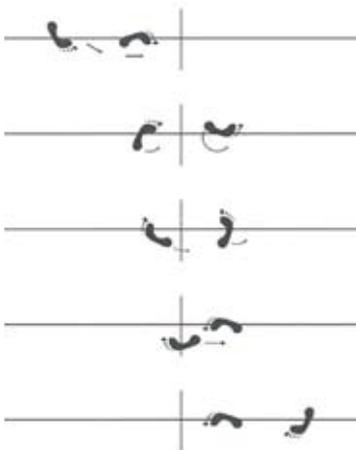
Kaiten significa giro, rotazione ed è uno dei movimenti più potenti dell'aikido.

Il movimento di rotazione deve nascere dalle anche trasmettendosi alle gambe e ai piedi e il peso deve essere distribuito maggiormente sul primo metatarso.

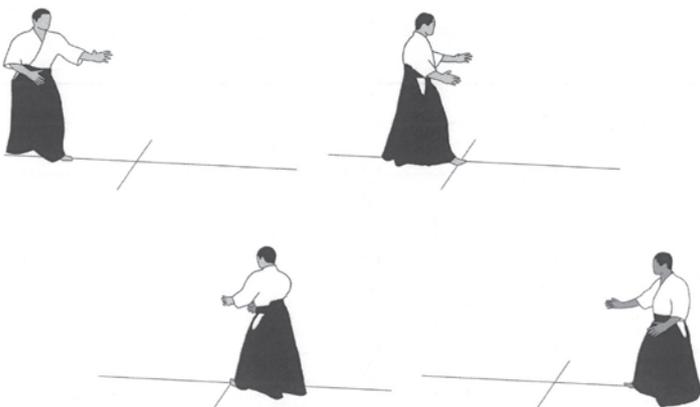
**Tenkan**

Il significato della parola *tenkan* è cambiamento, trasformazione e viene usato con il significato di girare. Anche questo è uno dei *taisabaki* più caratteristici e potenti dell'aikido.

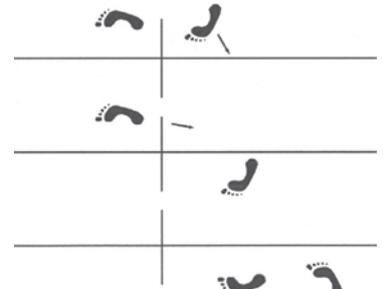
La ripetizione del movimento avviene tornando nella posizione di partenza con *ayumiashi kaiten*.

**Irimi Tenkan**

*Iri* è rappresentato dal kanji di entrare e *mi* dal quello di corpo, *irimi tenkan* significa quindi corpo che entra e gira.

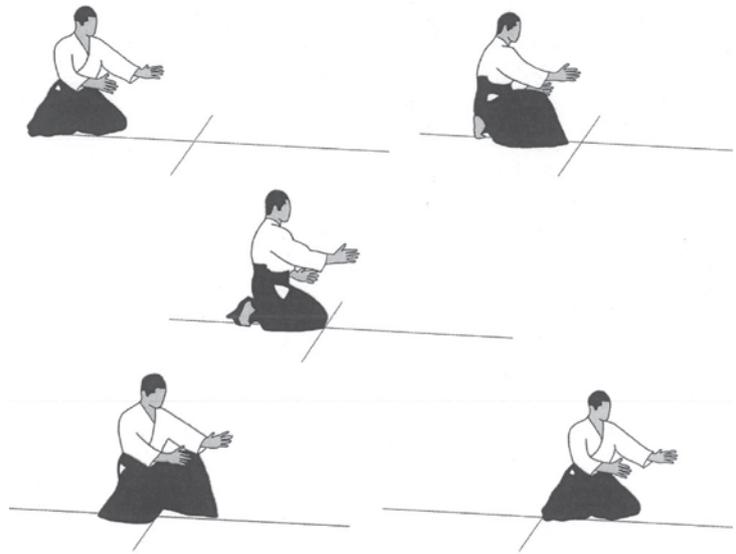
**Ushiro Tenkan**

*Ushiro* significa "dietro". Si tratta di eseguire un *tenkan* preceduto da un *okuriashi* indietro e laterale.

**Shikkō**

La parola *shikkō* significa muoversi sulle ginocchia ed è formata da 2 kanji: il primo significa ginocchio e il secondo è quello del verbo andare.

Questo spostamento, fondamentale per mantenere le anche sciolte e sviluppare un buon senso del centro, è la base delle tecniche in *suwari waza* (tori e uke in ginocchio) e in *hanmihantachi waza* (tori in ginocchio e uke in piedi).

**I taisabaki del Maestro Tada**

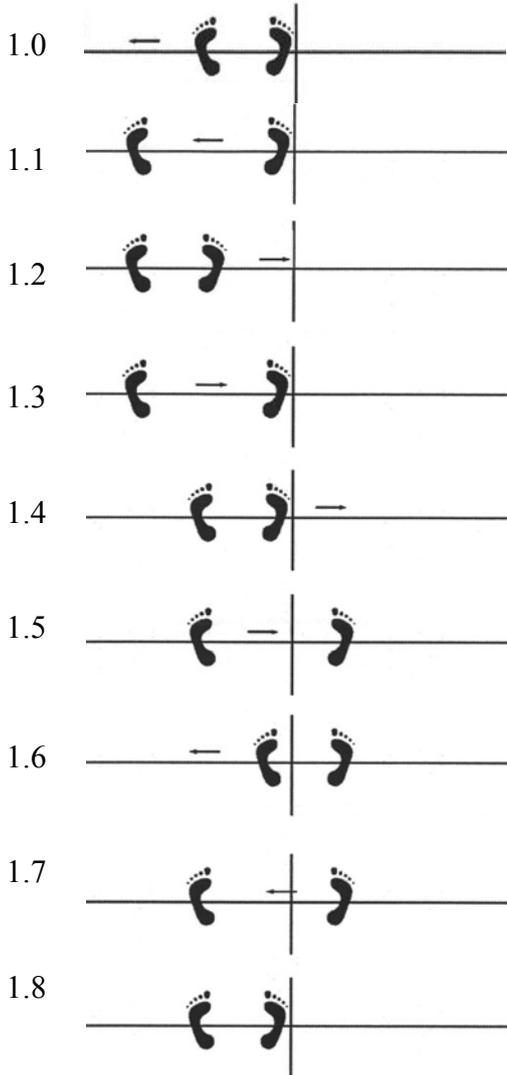
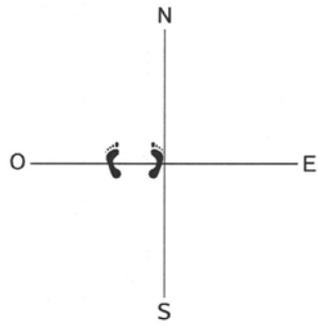
Tada Hiroshi Sensei, nei suoi frequenti viaggi in Italia e in Svizzera, ha sempre insistito molto sull'importanza che i *taisabaki* rivestono per l'aikido, non mancando di sottolineare come, tra gli aspetti tecnici, gli spostamenti del corpo siano quelli da curare con maggior impegno e perseveranza.

Dal punto di vista didattico il Maestro ha codificato gli *ashisabaki* dell'aikido in un certo numero di forme di base con innumerevoli varianti.

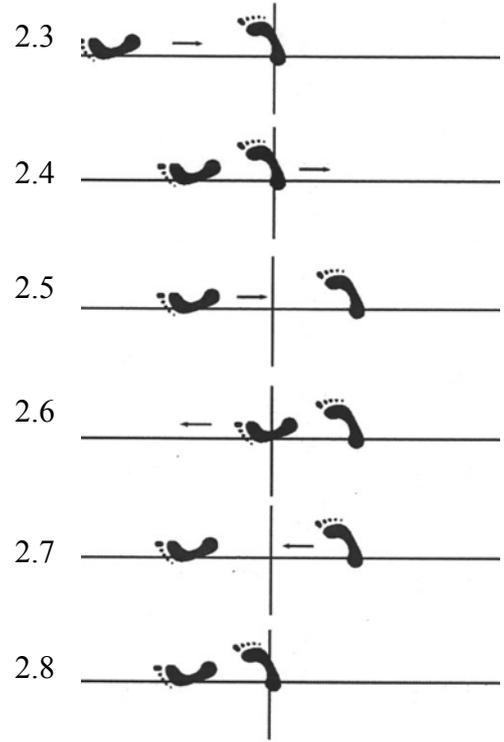
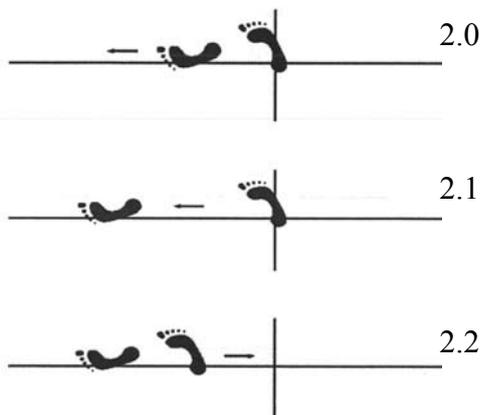
Qui di seguito si riportano alcune di queste forme.

**1 Okuriashi**

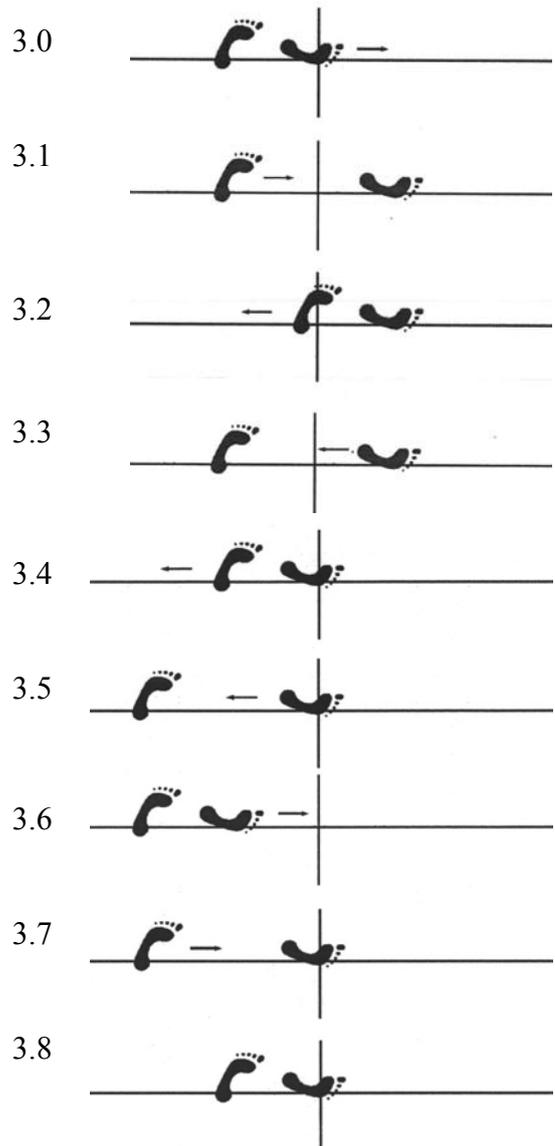
L'esercizio di base proposto dal Maestro Tada consiste in dodici serie di otto spostamenti da eseguirsi muovendosi sugli assi di una croce. I primi ventiquattro spostamenti vanno eseguiti tutti sullo stesso asse in tre gruppi da otto. Si iniziano gli spostamenti verso sinistra (nelle immagini la freccia indica la direzione dello spostamento da eseguire per raggiungere la posizione successiva):



Kaiten verso sinistra, gamba sinistra avanti:



Kaiten, con rotazione delle anche di 180°.



Gamba sinistra avanti:

Inizia il secondo gruppo composto da tre serie di otto spostamenti sull'asse nord-sud.

Seguendo lo stesso schema del gruppo precedente gli spostamenti

proseguono come in 1.0-1.8.

Inizia il terzo gruppo di spostamenti che ripete in modo identico i movimenti da 1.0 a 3.8 ma con la faccia rivolta a sud.

Il terzo gruppo si conclude nella seguente posizione:



Gamba sinistra avanti:

Il quarto gruppo di spostamenti, che ripete i movimenti da 1.0 a 3.8 ma con la faccia rivolta a ovest, si conclude con lo spostamento 12.8:

## 2.A Tsugiashi

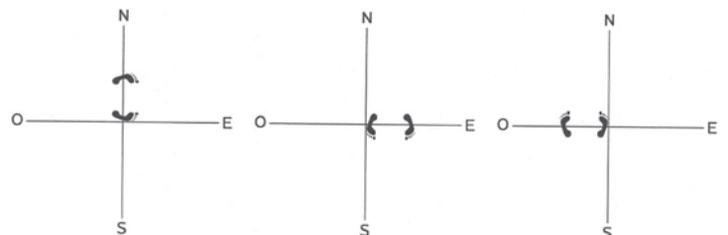
La forma base di tsugiashi è il secondo esercizio di taisabaki proposto dal maestro Tada.

Anche in questo caso abbiamo dodici serie di movimenti da eseguirsi spostandosi su una croce:

Si iniziano gli spostamenti verso sinistra:

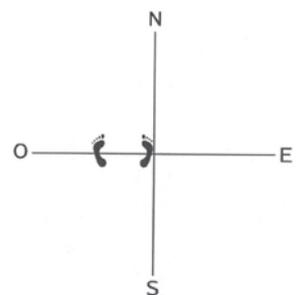
Kaiten verso sinistra, gamba sinistra avanti:

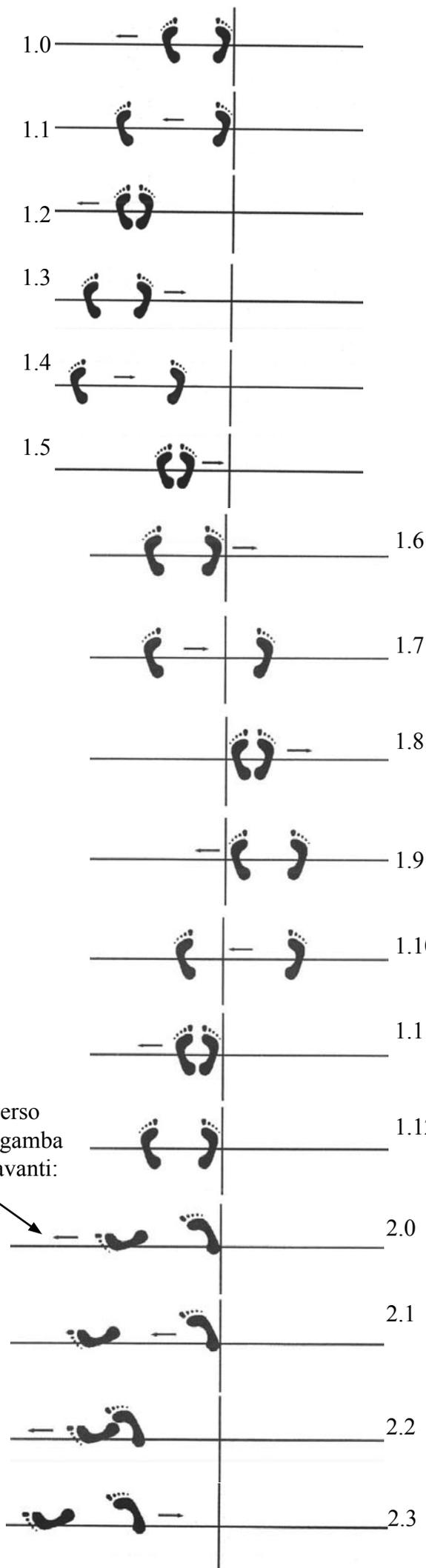
Seguendo la stessa sequenza degli spostamenti eseguiti per okuriashi si passa attraverso tutti i punti cardinali, tornando al nord.



## 2B Okuri tsugiashi

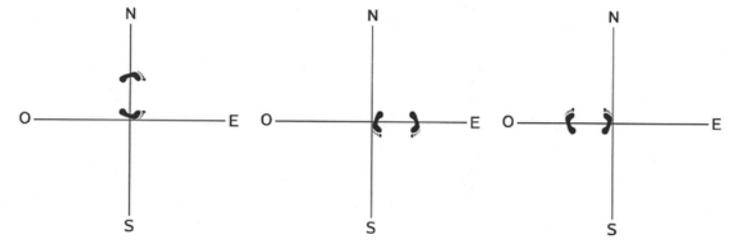
Okuri-tsugiashi è una combinazione di okuriashi e di tsugiashi. Si esegue tutta la serie di spostamenti descritta per tsugiashi antepo-  
nendo okuriashi.





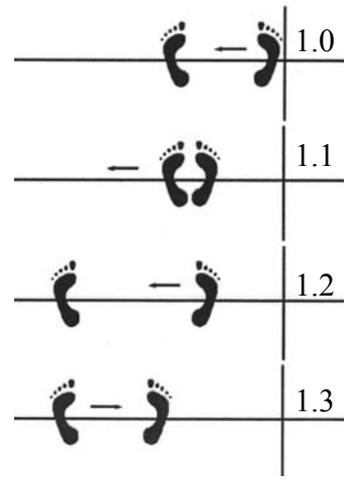
Kaiten verso sinistra, gamba sinistra avanti:

E così via...Secondo lo schema già collaudato passiamo attraverso tutti i punti cardinali, tornando al nord



**3A Grande tsugiashi**

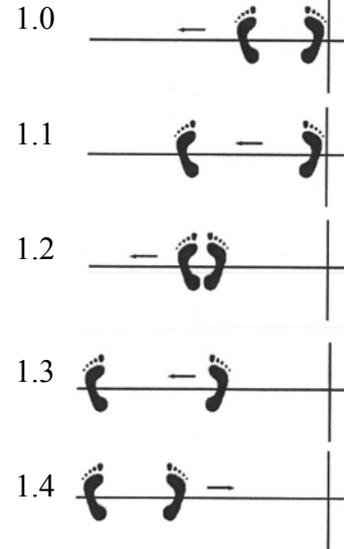
Grande tsugiashi può essere considerato una variante di tsugiashi. Anche in questo caso si eseguono gli spostamenti con la stessa sequenza a croce descritta per okuriashi (2.1) e tsugiashi (2.2).



Lo spostamento di base è tsugiashi ma il secondo passo è abbastanza lungo, istantaneamente seguito dall'altra gamba. Di fatto gli spostamenti 1.1 e 1.2 sono un unico spostamento. I taisabaki proseguono secondo lo schema descritto, passando attraverso tutti i punti cardinali e tornando al nord.

**3B Okuri grande tsugiashi**

Okuri grande tsugiashi può essere considerato una variante di okuritsugiashi.



Lo schema è ancora quello a croce e gli assi andranno percorsi secondo la successione già collaudata in okuriashi e tsugiashi. Lo spostamento di base è okuri tsugiashi ma il terzo passo viene eseguito abbastanza lungo da essere immediatamente seguito dalla seconda

gamba. Come per grande tsugiashi gli spostamenti 1.2 e 1.3 sono un unico spostamento.

I taisabaki proseguono secondo lo schema già collaudato, passando attraverso tutti i punti cardinali per terminare con la faccia rivolta a nord.

Okuri grande tsugiashi conclude la serie degli ashisabaki eseguiti spostandosi su una sola linea. A questa serie seguono gli ashi sabaki su tre linee e i taisabaki sul quadrante dell'orologio, arrivando a ben quattordici tipologie di spostamenti

# Neuroscienza ed aikido: “scorciatoie” per l’allievo

di Manuela Baiesi



Al convegno di Roma, come già durante ogni raduno, il maestro Tada non ha mancato di sottolineare l'importanza della concentrazione come stato mentale necessario per l'apprendimento e la pratica dell'Aikido.

Casualmente proprio quest'anno è stato pubblicato sulla rivista *New Scientist* (n. 2850 del 6 febbraio 2012) un interessante studio di Sally Adee in cui si approfondisce il problema di come preparare il nostro cervello al salto verso un diverso livello di pratica.

Vogliamo qui riassumere e commentare questo articolo (tradotto anche sulla rivista *Internazionale* n.937), fornendo alcuni spunti che possano essere collegati alla nostra esperienza aikidoistica.

Nei laboratori californiani di Carlsbad, sono in corso progetti che mirano all'individuazione di una scorciatoia verso quello stato di calma e concentrazione caratteristico delle prestazioni eccezionali in qualunque campo e Sally Adee ha provato su se stessa i risultati di queste ricerche. Chi studia la questione ha definito questo stato “flow”, flusso, quindi in questo articolo ci riferiremo alla parola “flusso” usandolo come sinonimo di quella “concentrazione” intesa dal maestro Tada.

E' una condizione mentale difficile da definire e di conseguenza da ricreare artificialmente, ma lo studio di cui parliamo è andato proprio in questa direzione: descriverlo con precisione e individuare una via che riduca i tempi per acquisire a livello eccellente una qualunque abilità, dal giocare a tennis al suonare il pianoforte e, aggiungiamo noi, al praticare Aikido ad alto livello.

Scorciatoia in che senso? Ovviamente parliamo di una scorciatoia che porti però allo stesso livello di abilità di un professionista, e sappiamo che quanto la strada verso l'eccellenza sia tortuosa e complessa, quanti passi avanti e quanti passi indietro ci vogliono per raggiungere quella che il Maestro Tada chiama “la cima del monte”.

Il maestro ci ricorda che le strade per salire sul monte possono essere molte, l'importante è avviarsi in salita e non in direzione opposta.

Una lunga strada: è possibile quantificare quanto? Secondo uno studio di Anders Ericsson, dell'università della Florida a Tallahassee, per diventare esperti in qualsiasi disciplina ci vogliono di solito diecimila ore di esercizio. Questo è il tempo necessario al nostro cervello per creare tutti i circuiti che permettono una pratica automatica, senza coscienza di ciò che si fa. Pensate agli atleti professionisti, ai musicisti, e ovviamente ai grandi maestri di Aikido con cui abbiamo il piacere di studiare. I ricercatori di Carlsbad vogliono approfondire tutto ciò che è collegato all'automatismo nelle nostre azioni, un automatismo che ci conduce al concetto di “flusso”. Il flusso sarebbe quindi uno stato di intensa concentrazione dello stesso livello raggiunto da chi pratica zen: uno stato in cui il tempo sembra rallentare per mettere a fuoco ogni dettaglio di ciò che stiamo facendo.

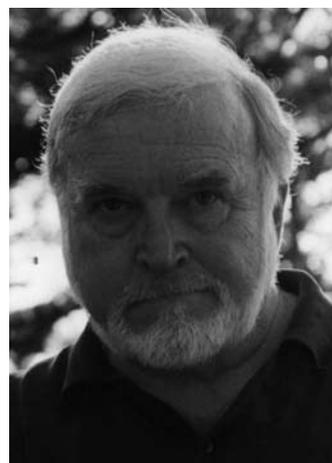
La buona notizia è che con anni di pratica diventa naturale riuscirci e non è necessario essere un professionista.

La domanda attorno a cui i ricercatori si arrovellano è: come raggiungere la stessa vetta con meno di diecimila ore? E soprattutto: è possibile?

A dire il vero alcune persone raccontano di aver avuto la medesima capacità di concentrazione fin dall'inizio del loro addestramento nella loro disciplina e questo ha fatto pensare che fossero più predisposte alla condizione di flusso, dotati di un talento. Il talento può ridurre i tempi?

Facciamo un passo indietro fino agli anni '70.

Uno dei pionieri in queste ricerche fu lo psicologo Mihály Csíkszentmihályi della Claremont Graduate University: secondo i suoi dati chi ha la capacità innata di concentrarsi senza fare sforzi fa progressi più velocemente, perché la sensazione di gioia che l'accompagna rende meno faticoso l'allenamento successivo, predisponendo quindi la persona al successo.



Mihály Csíkszentmihályi

Le ricerche di Csíkszentmihályi sul flusso nei bambini, dimostrarono parallelamente che chi non ama la materia in cui sarebbe più dotato, per esempio la matematica o la musica, smette di sviluppare la sua capacità e ricade nella mediocrità. Quindi la capacità innata di raggiungere la concentrazione perfetta può anche essere smarrita se non coltivata.

Nonostante gli studi di Csíkszentmihályi avessero chiarito il ruolo fondamentale del flusso nello sviluppo e

consolidamento di un talento, molti ricercatori decisero di abbandonare la ricerca credendo che si trattasse di un argomento troppo difficile da studiare a causa delle connotazioni mistiche legate alla meditazione.

Dal canto suo Csíkszentmihályi, che nel frattempo era all'università di Chicago, non si tirò indietro e fin da allora provò a modificare questa convinzione, dimostrando che lo stato di concentrazione poteva essere definito e analizzato sperimentalmente.

Il suo studio coinvolse centinaia di persone di talento –atleti, artisti, campioni di scacchi, alpinisti e chirurghi– e riuscì a fissare quattro caratteristiche chiave del flusso.

La prima è uno stato in cui si è totalmente assorti e concentrati, fino a perdere il senso del tempo.

La seconda è conosciuta in come autotelicità, ed è la sensazione che l'attività che ci impegna sia gratificante in sé, solo per il fatto di essere svolta.

La terza è la sicurezza che le nostre capacità siano perfettamente adeguate al compito che dobbiamo svolgere, in modo tale che non si abbiano sensazioni di noia o frustrazione.

Infine, la caratteristica fondamentale del flusso è l'automaticità, la sensazione che “il pianoforte stia suonando da solo”.

Ciò che davvero succede nel cervello in uno stato di flusso (o concentrazione, secondo la definizione del maestro Tada) ha sempre suscitato grandissimo interesse pur essendo così difficile da individuare.

Csíkszentmihályi cominciò i suoi studi con l'elettroencefalogramma registrando le onde cerebrali dei giocatori di scacchi durante le partite.



*M. Duchamp- Ritratto di un giocatore di scacchi  
Louise & Walter Annenberg Coll., Philadelphia, PA, USA*

Nei giocatori più abili rilevò minore attività nella corteccia prefrontale, la zona che governa processi cognitivi superiori come la memoria di lavoro e l'espressione verbale. Per quanto possa sembrare controintuitivo,

spegnendo il pensiero autocritico forse si lascia più spazio ai processi automatici che poi producono la sensazione di naturalezza del flusso.

Studi successivi hanno confermato queste prime scoperte, rilevando anche peculiarità neurali del flusso.

Chris Berka e i suoi colleghi dell'Advanced brain monitoring di Carlsbad hanno studiato le onde cerebrali degli arcieri olimpici e dei giocatori di golf professionisti.

Un istante prima di scoccare la freccia o di colpire la palla, si nota infatti un piccolo aumento nella banda alfa, una delle fasce di frequenze prodotte dal rumore elettrico dei neuroni.

Questo aumento di onde alfa, secondo Berka, va associato a una ridotta attività della corteccia, ed è più frequente negli esperti (The International Journal of Sport and Society, vol 1, p 87). Dovrebbe quindi rappresentare la concentrazione sull'obiettivo e la soppressione degli altri input sensoriali; è interessante notare che queste variazioni rilevate nel cervello sono anche accompagnate da un respiro più lento e da una riduzione del battito cardiaco: è esattamente quanto ci aspettiamo succeda in uno stato di concentrazione rilassata.

Dai primi lavori svolti negli anni '70 e '80 abbiamo visto quindi che è possibile definire lo stato di flusso e individuare le sue caratteristiche; tornando al tema del nostro articolo, vogliamo vedere quali possono essere i metodi che un principiante può adottare per mettere da parte le sue capacità critiche (l'attaccamento di cui parla il Maestro Tada) per concentrare al massimo l'attenzione in qualsiasi momento, con naturalezza.

E soprattutto, è sufficiente questo salto di stato a garantire risultati migliori o non invece non c'è un legame di proporzionalità con l'eccellenza nella disciplina?

Il fatto di aver trovato le caratteristiche del flusso in tutti gli atleti esperti non è ancora abbastanza per poter determinare che la sua presenza porti sicuramente all'eccellenza.

Nel 1988 Gabriele Wulf, una cinesiologa dell'università del Nevada a Las Vegas, cominciò a lavorare su questa domanda: lei e i suoi colleghi studiarono dunque i movimenti di alcuni atleti (Journal of Motor Behavior, vol 30, p 169).

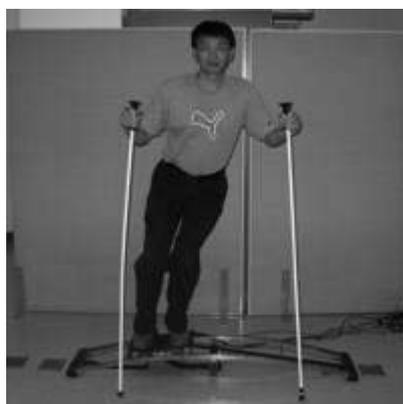
Il team della Wulf non era particolarmente interessato allo stato di flusso, ma i ricercatori scoprirono che potevano velocemente migliorare le abilità di una persona chiedendole semplicemente di focalizzare la sua attenzione su un punto che fosse esterno al corpo. Così gli aspiranti sciatori imparavano più velocemente se si concentravano su un punto davanti a loro, i golfisti che puntavano l'attenzione sulla mazza erano più precisi del 20 per cento rispetto a quelli che si concentravano sulle proprie braccia; tornando a noi, avete presente cosa cambia quando sentite dove si muove la punta del vostro jo rispetto a quando pensate solo alle vostre mani?

Parallelamente la Wulf determinò anche che le azioni

di un esperto richiedono meno movimenti muscolari di quelle di un principiante, come si può notare nei grandi atleti. I professionisti sperimentano poi anche livelli inferiori di stress mentale, hanno un battito cardiaco più basso e un respiro meno affannato, e quindi nel lavoro di questo team di ricercatori emergono le caratteristiche dello stato di flusso (Human Movement Science, vol 29, p 440).



Alcuni momenti della ricerca condotta dalla dott.ssa Wulf <http://kinesiology.unlv.edu/wulf/lab.html>



Queste prime osservazioni sono state poi confermate da studi successivi sui nuotatori.

I principianti che riuscivano a spostare il fuoco della loro attenzione all'esterno, per esempio sui movimenti dell'acqua attorno al loro corpo, nuotavano con la stessa grazia rilassata di quelli più esperti, nuotavano più velocemente ed era

avevano una tecnica più efficiente. Viceversa, quando i professionisti si concentravano sul proprio corpo le loro prestazioni diminuivano (International Journal of Sport Science & Coaching, vol 6, p 99).

Le scoperte della Wulf si accordano con l'idea che lo stato di flusso e di conseguenza l'apprendimento migliore si possono raggiungere spegnendo il pensiero cosciente. "Quando si punta l'attenzione su qualcosa di esterno, subentra un tipo di controllo più automatico", dice la Wulf. "Non si pensa più a quello che si sta facendo e si punta solo al risultato". Questo spostare l'attenzione all'esterno è quindi il campo di ricerca della Wulf, ma in questi ultimi anni diversi team hanno avuto strategie sperimentali diverse.

In questo periodo anche il gruppo di Carlsbad visitato da Sally Adee sta cercando di provocare lo stato di flusso, utilizzando però un metodo diverso: il suo gruppo di ricerca sta insegnando ad alcuni tiratori principianti l'utilizzo del neurofeedback.

A ogni tiratore sono applicati degli elettrodi che rilevano specifiche onde cerebrali proiettate su uno schermo a loro disposizione, mentre viene registrato il battito cardiaco. Controllando il respiro e imparando a modificare le onde che vedono sullo schermo, i partecipanti all'esperimento riescono a produrre le onde alfa tipiche dello stato di

flusso e sono aiutati ad essere più precisi nel colpire il bersaglio.

E' stato calcolato che il tempo necessario per arrivare a sparare come professionisti si riduce di più della metà (The International Journal of Sport and Society, vol 1, p 87), ma nemmeno il neurofeedback è un metodo infallibile. Ci vogliono infatti molto tempo e allenamento per riuscire a produrre onde alfa perfette. A volte proprio appena sembra di esserci riusciti si perde la concentrazione e le onde spariscono istantaneamente. Si tratta dunque di trovare un modo più veloce per costringere il cervello ad entrare nello stato di flusso/concentrazione.

Gli esperimenti più recenti, a cui si è sottoposta anche Sally Adee, consistono nel collegare il cervello a quella che sembra una batteria a 9 volt. Michael Weisend, ricercatore del Mind research network di Albuquerque, in New Mexico ha collegato l'anodo alla tempia e il catodo al braccio sinistro. Si sente un leggero formicolio ed è importante non staccare l'elettrodo perché interrompendo la connessione il voltaggio che passa attraverso il cervello può accecare per alcuni secondi.

Weisend lavora a un programma della Defense Advanced Research Projects Agency statunitense che ha come obiettivo l'accelerazione dell'apprendimento. Viene usata la stimolazione elettrica transcranica diretta (tDCS) per ridurre il tempo necessario ad addestrare i tiratori scelti.

Partendo dagli elettrodi, una corrente a 2 milliampere scorre attraverso la parte del cervello deputata al riconoscimento degli oggetti, cioè ad un'abilità importante quando si studia lo scenario di un attacco. La leggera scossa elettrica ha lo scopo di depolarizzare le membrane neuronali della regione del cervello, rendendo le cellule più eccitabili e ricettive.

Il gruppo di Weisend pensa che questo possa accelerare la formazione di nuovi circuiti neuronali, condizione fondamentale dell'apprendimento.

Questo metodo ha permesso di aumentare di un fattore 2,3 volte la velocità con cui gli aspiranti cecchini riuscivano a individuare un pericolo. (Experimental Brain Research, vol 213, p 9).

Misteriosamente anche questi cambiamenti sembrano essere preceduti da una sensazione di cui abbiamo già parlato quando abbiamo elencato le caratteristiche del flusso: la diversa concezione dello scorrere del tempo.

Chi è stato coinvolto nell'esperimento ha testimoniato che, dopo essere stato sottoposto a tDCs il tempo è passato molto velocemente e i movimenti sono diventati più automatici. Tutti dicono di essersi sentiti calmi e concentrati e soprattutto è un dato di fatto che le loro prestazioni siano aumentate immediatamente.

Non è ancora chiaro perché il trattamento con tDCs possa portare allo stato di flusso e se sia legato solamente alla memorizzazione dei movimenti.

Il punto più difficile da spiegare è il miglioramento che

si rileva non appena la corrente comincia a scorrere.

Una possibile spiegazione è che gli elettrodi riescano in qualche modo a ridurre l'attività della corteccia prefrontale, quella stessa zona studiata anche da Csikszentmihályi quando osservò il rallentamento del pensiero critico durante il flusso.

Roy Hamilton, un neuroscienziato dell'università della Pennsylvania a Filadelfia, pensa che proprio questo spegnimento possa essere un effetto collaterale e secondo lui la stimolazione elettrica transcranica potrebbe avere effetti molto più ampi di quello che si pensa.

Fa notare infatti che alcuni neuroni possono smorzare i segnali di altre cellule cerebrali della loro rete, quindi è ragionevole credere che stimolando un'area del cervello si possa ottenere come effetto la riduzione dell'attività di un'altra.

Altri ricercatori sono più scettici.

Arne Dietrich dell'American University di Beirut in Libano sospetta che se la corteccia frontale non è coinvolta fin dall'inizio l'apprendimento sarà pregiudicato. Dietrich pensa che solo un tipo particolare di tDcs riesca a ridurre l'attività della corteccia prefrontale e d'altra parte considera che non è ancora chiaro il tipo di effetto onda che la tDcs esercita nel suo complesso, a prescindere dalla zona del cervello stimolata.

Comunque si è dimostrato che non tutte le forme di tDcs riescono a produrre il flusso.

Per esempio Roi Cohen Kadosh, dell'università di Oxford, ha dimostrato che non si rileva alcun segno di flusso quando si mette un anodo sulle regioni cerebrali addette al ragionamento spaziale.

Il dibattito è aperto e serviranno ancora molte ricerche per risolvere la questione.

Sally Adee ha deciso di sottoporsi all'esperimento: non appena Weisend ha avviato la corrente ha sentito un leggero formicolio, poi uno strano sapore in bocca, che ricorda l'alluminio.

Nessun'altra sensazione.

Racconta così la sua esperienza di combattimento in un videogioco: *-Per ogni avversario che riesco ad abbattere ne nascono altri tre e devo difendermi sparando con precisione. Semplicemente, con naturalezza, un aggressore dopo l'altro vengono abbattuti.*

*Mentre venti uomini mi corrono incontro brandendo le loro armi, io imbraccio tranquillamente il fucile, respiro profondamente e miro a quello più vicino.*



*Un'ambientazione tratta da Tomb Raider, videogioco pubblicato da Eidos Interactive e sviluppato da Core Design*

*Poi decido con calma quale sarà il prossimo bersaglio. Dopo quello che mi è sembrato pochissimo tempo, sento una voce dirmi che l'esperimento è finito.*

*Le luci si accendono ed entra cautamente un'assistente dell'Advanced brain monitoring.*

*Non mi aspettavo che finisse tutto così in fretta, pensavo che sarebbero arrivati altri aggressori, e sono piuttosto delusa quando cominciano a togliermi gli elettrodi.*

*Alzo gli occhi e mi chiedo se qualcuno ha spostato in avanti l'orologio.*

*Inspiegabilmente sono passati venti minuti.*

*"Quanti ne ho presi?", chiedo all'assistente.*

*Lei mi guarda con aria interrogativa e risponde: "Li ha presi tutti".-*

Spostando la nostra visione al mondo del tatami possiamo dirci pienamente e totalmente giustificati se, pur vedendo una tecnica non riusciamo a ripeterla come vorremmo.

Grazie ai neuroni specchio, ci muoviamo una prima volta danzando con i nostri maestri, ma una sola volta non è sufficiente al nostro cervello per entrare con naturalezza nel flusso di concentrazione.

Dobbiamo provare e provare e riprovare di nuovo, dobbiamo cadere 6 volte e rialzarci 7 così che alla fine il movimento sia spontaneo, naturale (ossia nella nostra natura).

La pratica, meglio la pratica della pratica è il miglior nutrimento per il nostro cervello: per far suonare il piano da solo e quindi arrivare alla pienezza della tecnica ci vuole... allenamento !

Concludiamo con questo pensiero, a nostro parere estremamente calzante, scritto dal maestro Hosokawa ( [www.musubinokai.it](http://www.musubinokai.it) )

Keiko

La ripetizione continua del movimento, consente l'apprendimento.

Lo stato di concentrazione è reale se nasce in te una domanda.

L'allenamento significa sudare sia nel corpo che nello spirito

M° Hosokawa

## Visti per voi (a Firenze)

*Siamo ancora a Firenze, città in cui la cultura giapponese è molto amata e rappresentata, ed in cui troviamo una forte presenza di giapponesi sia per turismo che per studio. Quest'anno poi gli eventi per i 100 anni della nascita di Fosco Maraini hanno notevolmente accresciuto le motivazioni per un'approfondita conoscenza del mondo nipponico e della sua cultura. Vi parleremo delle mostre: Giappone, Terra di Incanti; Sapporo: i giorni dell'undicesimo viale ed infine, del Museo di Etnologia ed Antropologia dell'Università di Firenze dove - in permanenza, ossia non legata ad alcuna mostra in particolare- c'è una bellissima raccolta di reperti Ainu; un articolo dedicato alla storia dei rapporti nippo-fiorentini sarà utile complemento alla comprensione dei rapporti fra le due culture.*

*Alle Signore Maria Sframeli e Maria Gloria Roselli e al Sig. Salvatore la Spina, un sentito ringraziamento per la gentilezza e disponibilità mostrate.*



### Piccole notizie sulla mostra

*di Luisa Bargiacchi*

La mostra Giappone terra di incanti si è tenuta a Firenze tra aprile e luglio 2012 a palazzo Pitti, nelle cui sale sono state allestite tre diverse mostre ognuna delle quali ha affrontato un diverso aspetto dell'arte e della cultura nipponica.

Al primo piano, nella Sala Bianca della Galleria Palatina era allestita la mostra "L'eleganza della memoria" così presentata dalla soprintendente Cristina Acidini: «Di questa immensa ricchezza d'invenzione legata ai secoli passati, molta, moltissima è filtrata nella contemporaneità, mutando le forme ma ereditando e plasmando la sensibilità, la raffinatezza, la cura. E associato con esse, il simbolismo profondo, modalità allusiva ad un sentire che oscilla tra il feroce e il delicato».

Nella mostra erano esposti kimono, tessuti, metalli, ceramiche, intrecci di bambù: oggetti dal design raffinato ed elegante quasi tutti realizzati da artisti proclamati "Tesori Nazionali Viventi" dal governo nipponico: un riconoscimento che fin dal 1950 viene assegnato per preservare le tecniche e le abilità artistiche in pericolo di esser perdute, grazie a speciali forme di tutela e sostegno.

La Galleria d'arte Moderna era sede della mostra:

"Giapponismo. Suggestioni dell'Estremo Oriente dai Macchiaioli agli Anni Trenta", qui era possibile valutare, credo per la prima volta in Italia, la portata del "japonisme", della ventata di novità che il Giappone a metà del 1800 una volta aperte le sue frontiere, ha portato in generale nella cultura occidentale con particolare riguardo a quella italiana.

Nella mostra trovavano posto moltissimi esempi: la pittura con (tanto per citarne alcuni) Monet, De Nittis, Fattori, Signorini, De Pisis, Boldini; la musica con le opere Madama Butterfly di Puccini e Iris di Mascagni; le manifatture del tempo: Richard Ginori, vetrerie di Murano e Galileo Chini.

Infine la terza mostra, "Di Linea e di Colore. Il Giappone, le sue arti e l'incontro con l'Occidente" al piano terra nella galleria degli Argenti: una galleria di capolavori provenienti da tutto il mondo, che abbinava l'aspetto guerriero dei samurai alla squisitezza degli abbellimenti per le case. La cerimonia del Tè, ricreata in un settore, con i suoi kimoni, maschere e la sua raffinata musica creava un'atmosfera particolare ed affascinante. Una sezione della mostra era poi dedicata al "Mondo Fluttuante" agli Ukiyo-e, con opere di Hokusai.

# Giappone e Toscana: civiltà di raffinatezza e ricercatezza

Maria Sframeli - Direttrice del Museo degli Argenti-Firenze

Il 1° marzo 1585 approdarono al porto di Livorno i primi quattro ambasciatori venuti dal lontano Giappone, dopo un viaggio che era iniziato dal porto di Nagasaki il 20 febbraio 1582: era in assoluto la prima presenza ufficiale ad affacciarsi in Europa.

La conoscenza del Giappone in Toscana, così come negli altri paesi occidentali, era mediata dalla diffusione del Milione di Marco Polo, peraltro mai arrivato fino al Giappone, in cui si favoleggia di un Paese ricchissimo e raffinatissimo dove tutto – perfino i pavimenti delle case – era rivestito d'oro.

L'arrivo dei quattro giovanissimi ambasciatori dai curiosi nomi per metà giapponesi e per metà latini – Itō Mancio, Chijiwa Michele, Nakaura Giuliano e Hara Martino – guidati dal gesuita Alessandro Valignano e diretti a Roma dal pontefice Gregorio XIII, dovette generare sulla corte fiorentina, al tempo sotto il governo di Francesco I, sentimenti di grande fascino e curiosità.

Gli ambasciatori furono ricevuti a Pisa dallo stesso granduca, che li affidò alle cure del fratello don Pietro e del nipote Virginio Orsini, mentre la granduchessa Bianca Cappello, rimasta incantata dalle strane fogge degli abiti e dalla preziosità delle stoffe, si occupò dei festeggiamenti in loro onore.

Ebbe luogo anche il consueto scambio di doni, di predominante carattere religioso in linea con il carattere dell'impresa, volta all'evangelizzazione di quelle lontane terre, che ebbero quindi l'onore di comparire ultima fra le celebri carte geografiche che Egnazio Danti realizzò per gli armadi della Guardaroba di Palazzo Vecchio (oggi sala delle Carte Geografiche).

Subito dopo la delegazione raggiunse Firenze dove sarebbe stata ospitata in alcune stanze della Reggia di Palazzo Pitti. A Firenze gli ambasciatori soggiornarono dall'8 al 13 marzo ed ebbero occasione di visitare i luoghi che ancora oggi sono la mèta degli itinerari turistici più ambiti: le chiese di San Lorenzo e della SS. Annunziata, il Corridoio vasariano, il Giardino di Boboli, il Casino di San Marco, la Fortezza da Basso e il Forte di Belvedere, le ville di Castello, Petraia e Pratolino e infine la Stanza del Tesoro, e cioè la Tribuna degli Uffizi, che al tempo accoglieva gli oggetti più preziosi delle raccolte medicee, oggi riuniti nelle stanze del Museo degli Argenti che ha ospitato la mostra di Linea e di Colore.

Ai capolavori giapponesi, quasi ospiti d'onore come un tempo lo furono gli ambasciatori, sono state destinate le antiche sale di rappresentanza del quartiere estivo dei Medici di Palazzo Pitti, oggi parte del Museo degli Argenti, affrescate con la celebrazione delle glorie medicee. Quello che di più prezioso il Giappone ha prodotto nel

corso di tre secoli di storia – i paraventi dipinti con storie che raccontano l'antica società giapponese, le lacche, le ceramiche, le armi, i kimono, i complementi raffinati del vestire – hanno vissuto una stagione di confronto con la migliore produzione artistica fiorentina ed europea degli stessi secoli – i preziosi vasi in pietre dure e lapislazzuli, i cristalli intagliati, gli oggetti in ambra.

Fu, in quel lontano 1585, l'incontro di due civiltà che sarebbero rimaste ancora distanti per molto tempo (almeno fino al 1868, anno dell'apertura del Giappone al mondo occidentale).

Oggi, che le relazioni fra Italia e Giappone godono di un clima di privilegiata amicizia, l'occasione della mostra ha offerto la possibilità di un nuovo confronto tra due civiltà lontane, che hanno percorso cammini distinti nell'arco di tre secoli di storia, ma sono assimilabili per scelte dettate da comuni inclinazioni verso la ricercatezza e l'eccentrica raffinatezza.

Caratteri distinguibili sia nell'ansa sinuosa a sfinge alata di un vaso disegnato da Buontalenti, impreziosito da un'elaborata montatura in oro, come nella sagoma estremamente semplificata e rigorosa di scatole di lacca e ciotole di terracotta giapponesi e perfino negli eleganti ideogrammi calligrafici che sui campi di carta sottile dei paraventi si integrano e diventano essi stessi pittura.

Gli oggetti giapponesi di provenienza medicea ancora oggi presenti nelle collezioni di Palazzo Pitti – il più di questi oggetti andò disperso nelle grandi aste promosse dai Lorena per rimpinguare le casse dello Stato di Toscana – non sono che un piccolo segno del grande interesse coltivato dai Medici per l'orientalia, testimoniato dalle frequenti citazioni negli inventari di oggetti dei quali non si possono riconoscere le precise origini, ma intuirne la provenienza dall'Estremo Oriente. Oggi a Firenze il collezionismo 'giapponese' di grande prestigio per qualità e quantità di opere è rappresentato dal Museo Stibbert<sup>1</sup>, l'abitazione sul colle di Montughi dove il gentiluomo anglo-italiano Frederick Stibbert aveva riunito quanto raccolto con amore e competenza durante una vita di studi e viaggi, patrimonio che alla sua morte (1906) volle legare alla nostra città.

E' stata quindi imprescindibile per questo omaggio al Giappone la presenza del museo fiorentino che ha così aggiunto opere straordinarie ai capolavori provenienti dal "Tesoro nazionale" giapponese e dai principali musei nipponici ed europei.

<sup>1</sup> Per notizie sul Museo Stibbert vedere Aikido 2012



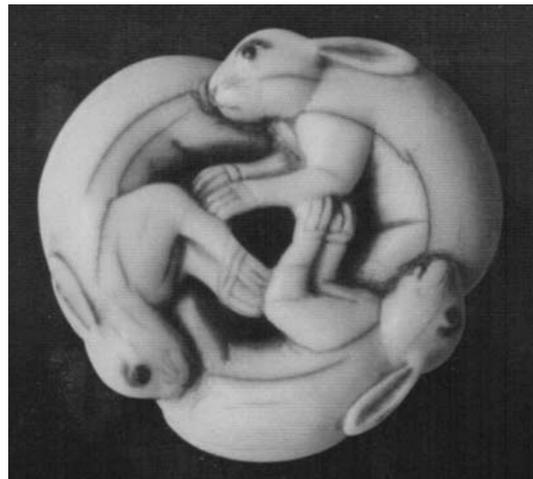
*Taido Soto Enso*  
 periodo Edo, prima metà del XIX secolo  
 rotolo verticale dipinto a inchiostro su carta  
 Collezione privata



*Hon'ami Koetsu*  
 Tazza per il tè nota come Murakumo  
 Kyoto, periodo Edo, XVII secolo  
 ceramica Raku  
 Kyoto, Raku Museum (Raku bijutsukan)



*Piante fiorite delle quattro stagioni*  
 periodo Edo, secolo XVII  
 coppia di paraventi a sei ante, colore e foglia d'oro su carta  
 Kyoto, Hosomi Museum



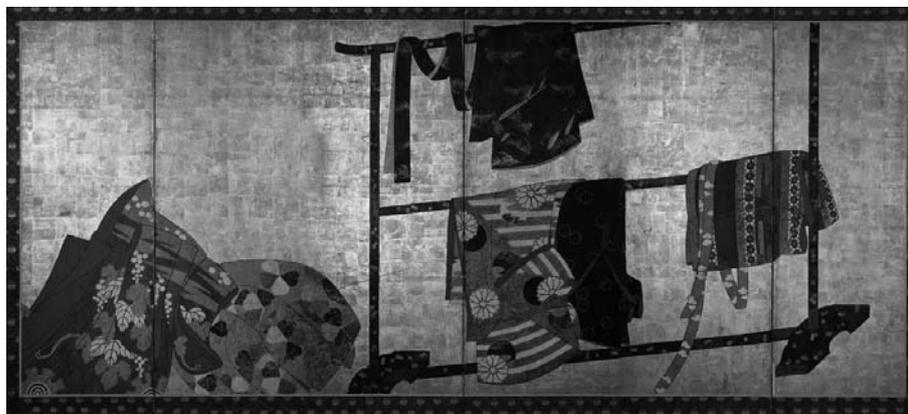
*Tre lepri*  
 periodo Edo, XVIII secolo  
 netsuke in avorio intagliato, inciso ed  
 inchiostato, corno, cm 4,2  
 Collezione Monti



*Kurobone la nave nera*  
 periodo Edo, XIX secolo  
 inro in legno laccato e dorato  
 cm 11,7 x 4  
 f.to Inagawa  
 Jorge Welsh, Lisbona/Londra



*Armatura*  
 periodo Muromachi/periodo Edo  
 prima metà del XVI e fine del XVII secolo  
 acciaio, rame dorato, ottone, legno,  
 lacca, cuoio, pelle, seta, cotone cm 145x 55 ca  
 f.ta Shigenaga saku  
 Firenze, Museo Stibbert



*Tagasode ("Di chi sono queste maniche?")*  
 periodo Momoyama/periodo Edo, prima metà del XVII secolo  
 coppia di paraventi dipinti a inchiostro, colori e foglia d'oro su carta  
 Parigi, Musée national des Arts asiatiques-Guimet

# Firenze, Museo di storia naturale

di Luisa Bargiacchi

Museo di Storia naturale  
Sezione di Antropologia e Etnologia  
Via del Proconsolo, 12 Firenze  
Per informazioni: [www.msn.unifi.it](http://www.msn.unifi.it)

Il Museo Nazionale di Antropologia e Etnologia oggi Sezione del Museo di Storia Naturale dell'Università degli Studi di Firenze, fu fondato da Paolo Mantegazza nel 1869 con l'intento di esporre le diversità umane in campo fisico e culturale; a partire dal 1922 e fino al 1934 venne sistemato nell'odierna sede di Palazzo Nonfinito, in via del Proconsolo 12.

Attualmente la parte espositiva del primo piano si sviluppa in 19 sale per una superficie totale di 813 mq dove sono esposti al pubblico 9216 manufatti mentre 493 sono esposti al piano terreno. Un totale di circa 10.000 oggetti che illustrano gli usi e i costumi dei popoli.

Gironzolare per questo museo è una esperienza indimenticabile: bambini ed adulti possono trovare in queste sale le ambientazioni dei loro libri d'avventura preferiti. Europa, America, Africa, Asia, Oceania: ogni continente è presente con testimonianze davvero uniche.

Il museo è nel centro di Firenze, appena un pochino defilato rispetto alla Piazza del Duomo: per arrivarci si superano le frotte di turisti che da ogni parte del globo arrivano per ammirare questa fantastica città e, appena

entrati diventiamo noi stessi turisti...del mondo!  
Non voglio annoiarvi con una banale lista, cito a caso alcuni reperti che mi hanno particolarmente affascinato o incuriosito. Una collezione di boomerang australiani; inau degli Ainu; un'arpa ostiaca a forma di cigno; mummie peruviane piegate in posizione fetale per il rito dei morti; teste di nemici essiccate dopo aver tolto il cervello per catturarne il valore ed utilizzate dalle popolazioni amazzoniche come trofeo; una statua a grandezza naturale di un patagone; la ricostruzione di una tenda somala; una maschera rituale ricavata da una scimmia; scarpette e giochi di bimbi lapponi; gioielli ainu; gonnellini indonesiani; arpioni eschimesi; portafreccie antropomorfe in ferro dei Bantù; un grembiule tibetano in osso; attrezzature per i tatuaggi Maori, abiti in gelso e piume di kiwi della Nuova Zelanda.... insomma una serie ininterrotta di meraviglie dal mondo!

L'esposizione è organizzata seguendo il criterio geografico, di ogni reperto e di tutte le etnie vengono date notizie ed informazioni; e sempre viene ricalcata la meravigliosa differenza dell'uomo, differenza che rende ogni razza unica e nel contempo diversa dalle altre.

Uscendo dal Museo abbiamo una consapevolezza: discendiamo tutti da un unico ceppo, siamo tutti parenti e quindi dobbiamo rispettarci e rispettare questa Terra che tutti ospita.

## Sapporo: i giorni all'undicesimo viale



Sapporo 1940

Il Dr. Batchelor (con la barba) e il dottor N.G. Munro, di fronte alla casa di Batchelor. Nella foto compaiono anche la sig.ra Munro e la nipote del Rev. Batchelor.

solo una scenetta ad uso turistico; anche in quel viaggio, accompagnato dalla moglie Mieko scattò alcune fotografie.

Nel Museo sono esposte in permanenza molte delle fotografie di Maraini.

I giorni all'undicesimo viale è il titolo della mostra fotografica allestita nei locali del Museo in occasione del centenario della nascita di Fosco Maraini.

All'undicesimo viale, a Sapporo, c'era la casa nella quale egli e la sua famiglia andarono a vivere negli ultimi giorni del 1938.

Nell'estate di quell'anno aveva chiesto ed ottenuto una borsa di studio del governo giapponese per giovani laureati. Suo obiettivo era la ricerca sul campo su una popolazione, gli Ainu, una minoranza composta allora da poco più di 20.000 persone.

La mostra ha documentato tutto l'iter conoscitivo di Maraini verso gli Ainu e le loro tradizioni: la fotografia con il reverendo Batchelor, inglese ed il prof. Munro scozzese all'epoca pionieri del mondo ainu; il rito dello Iyomande; la conoscenza degli Ainu, delle loro case e dei loro costumi. Di estremo valore la documentazione dello Iyomande nel 1954 a Kotan: forse ultima rappresentazione autentica di questo rito.

Nel 1971 lo stesso Maraini si rese conto che la cerimonia aveva perso significato rappresentando



Villaggio di Nibutani, Febbraio 1939

Ponmat, donna ainu con i tatuaggi intorno alla bocca e sul dorso delle mani, prima che il governo giapponese li proibisse nel 1929.

## al Museo di storia naturale sezione di antropologia ed etnologia

di Maria Gloria Roselli

Laghi ghiacciati su cui camminare, montagne sullo sfondo di paesaggi ricoperti di tanta neve soffice, magari solcata da due figure con gli sci in spalla sul sentiero appena tracciato, così piccole che scompaiono nel bianco che ricopre tutto.

Maraini dipinge in questo modo l'inverno di Hokkaido, attraverso le sue fotografie, dove la natura prende la scena completamente e le figure umane sono come macchioline, metafora in fondo della debolezza dell'uomo di fronte a una potenza incontrollabile.

Così deve essere apparsa la fredda isola a Maraini in quei giorni dell'inverno del 1938. Ma questo è anche l'inizio del racconto degli Ainu, un popolo che con la natura aveva stretto una relazione di vita. Come molte altre culture di popoli insediati in ambienti estremi, anche la vita quotidiana e spirituale degli Ainu era regolata da ritmi, invocazioni, preghiere, riti propiziatori rivolti alle forze naturali, così strettamente legate alla sopravvivenza stessa degli uomini.

Gli Ainu, con ridotte strategie tecniche per contrastare le forze della natura, cercavano di ottenere la benevolenza degli spiriti per proteggersi dal freddo troppo intenso, per assicurarsi l'abbondanza di acqua dei fiumi o gli animali da caccia e perfino per scongiurare la distruttività dei terremoti e delle eruzioni vulcaniche.

Maraini etnologo studiava questo complesso sistema di equilibri e lo documentava anche attraverso le sue fotografie. Delle centinaia di fotografie che compongono il fondo Ainu conservate nella sezione di Antropologia e Etnologia del Museo di Storia Naturale, egli ne selezionò una settantina, che meglio di altre rappresentavano a suo parere l'essenza della cultura del popolo Ainu.

Rispettando questa sua scelta, le fotografie vengono riproposte con l'aiuto di chiavi interpretative fornite dai suoi appunti e racconti.

Infatti, se è vero che egli non scrisse nessuna specifica pubblicazione dedicata agli Ainu, la sua ricerca, iniziata in quel lontano 1938, non si fermò mai. Continuò a raccogliere materiale per tutta la vita, collezionando oggetti, libri, cartoline, mappe, disegni riguardanti il "popolo bianco", confluiti poi in un unico fondo destinato alla sezione di Antropologia del Museo di Storia Naturale.

Kimono, vari utensili, stuoie per la festa dell'orso, stuoie per la casa, inau, frecce, gioielli e fotografie, tante fotografie è quello che troverete alla sezione Ainu del Museo.

Le immagini documentano la vita e la cultura degli Ainu nell'arco temporale di una trentina di anni. Accanto a quelle scattate durante il primo soggiorno di Maraini in Hokkaido del 1938-41 e rappresentanti soprattutto paesaggi e ritratti di Ainu, molti dei quali *ekashi* (anziani), un altro gruppo di fotografie documenta la festa dello Iyoamande, o sacro invio dell'orso, nel 1954. Un terzo gruppo ripropone lo stesso rito nel 1971.

In questo modo è possibile tentare un'analisi comparativa di alcuni aspetti della cerimonia, che col passare del tempo divenne sempre meno partecipata, fino a rappresentare una semplice pantomima per turisti.

Gli Ainu non esistono più, o meglio non rimane più nulla di una cultura antichissima e ricca di tradizioni tramandate oralmente di generazione in generazione.

L'assenza di una lingua scritta, unitamente alla politica restrittiva giapponese, ne ha accelerato l'estinzione.

La cultura degli Ainu esiste oggi solo nei musei, sui libri e nei racconti del passato; un motivo in più per ricostruirli attraverso la memoria di uno studioso che tanto amore ha dedicato loro.

La cura e la passione di Maraini hanno trovato riscontro nel Museo: la sua scelta si è dimostrata più che corretta.

La passione di Fosco Maraini, il lavoro dei volontari e di tutto il museo ha reso fruibile anche a noi, oggi, queste belle immagini e questi reperti simboli di un popolo pressoché scomparso.

Grazie.



Fosco Maraini tra gli Ainu di Hokkaido, 1954 da: "Orsi e Sciamani" Ed. Edifir

# Ainu

Fotografie e testo di Gianna Alice

*Ainu* = uomo, essere umano.

Non è semplice parlare di Ainu, forse è meglio leggere direttamente gli scritti etnologici di Fosco Maraini che ha avuto occasione di studiarli nel loro ambiente entrando a diretto contatto con loro o informarsi su libri specializzati. Comunque, per chi è a digiuno completo, gli Ainu erano i primitivi abitanti di *Ezo*, l'antico nome dell'isola di Hokkaidō, con origini che risalgono a 30000 anni fa, con una lingua propria (*ainu itak*) formata da un migliaio di parole ed una società a struttura tribale, le cui origini si perdono nei tempi e che ora si sono ridotti ad essere circa 15000 o poco più. Fin dal 1400 vi furono guerre con i giapponesi che nel 19° secolo iniziarono una specie di colonizzazione dell'Hokkaidō costringendoli a lasciare le coste ed a frequentare le scuole giapponesi dove veniva insegnata la lingua e la cultura nipponica. Una cinquantina di anni fa gli Ainu cominciarono a rivendicare le loro tradizioni e a richiederne il riconoscimento. Un tempo vivevano in villaggi detti *Kotan* situati vicino al mare o ai fiumi ricchi di salmone e formati circa una decina di famiglie; si dedicavano alla pesca e alla caccia con archi e frecce mentre le donne si occupavano prevalentemente di agricoltura. Per sopravvivere agli inverni col gelo che arrivava dalla Siberia costruivano dei veri e propri depositi (*bu*) dove conservavano carni essiccate, trote e salmoni affumicati e verdure varie in modo da aver sempre delle riserve per i casi di bisogno. Le case, *chise*, costruite usando erbe e cortecce, si presentavano come un ampio monocale di circa 5m x 7m dove tutte le attività svolte erano permeate di religiosità.

L'origine degli Ainu è effettivamente incerta, sono la mescolanza di più etnie e, diversamente dai giapponesi, avevano delle folte e lunghe barbe, capelli ondulati, corporatura piuttosto tozza e bassa, carnagione abbastanza chiara ed una piega epicantica' meno accentuata.

In Hokkaidō sono stati ritrovati molti oggetti preistorici e tombe megalitiche risalenti alla cultura Jōmon.



1) La piega epicantica è quella che rende gli occhi degli orientali "a mandorla". Si tratta di un eccesso di grasso che si deposita all'interno dell'occhio e che secondo gli antropologi sarebbe un accorgimento anatomico per gli uomini che abitavano nelle zone artiche durante l'ultima glaciazione che in tal modo potevano meglio adattarsi al freddo e al riverbero delle nevi. Altro adattamento al freddo polare è il loro naso schiacciato con narici più strette.

Poichè era sconosciuto il metallo, tutti i loro oggetti venivano accuratamente costruiti con strumenti di legno o di osso e decorati in modo raffinato con grande senso artistico.

I loro costumi recavano dei disegni geometrici molto particolari, che potrebbero esser di moda ancor oggi. Gli abiti, *ekashi*, venivano fatti con un tessuto che producevano usando le cortecce degli olmi. Queste, unite a delle ortiche, venivano messe in ammollo nell'acqua poi fatte seccare, quindi se ne separavano le fibre in modo da formare come delle matasse che venivano tessute ottenendo un tessuto molto fine ma resistente, l'*attush*. I disegni erano molto vari e personali, molto eleganti, che si sono evoluti nel tempo ed i più moderni recano delle trame in seta e velluto che li rendono ancor più preziosi.

Gli inverni del Nord sono molto rigidi quindi nei mesi freddi usavano ovviamente vesti di pelli, berretti di pelliccia e stivali di pelle. Le donne godevano di una posizione importante nella società e anche se i loro matrimoni venivano di solito combinati, avevano facoltà di scelta, inoltre il matrimonio ainu era di tipo ambiliano, cioè era il marito che diventava membro della famiglia della moglie. Spesso le ragazze esibivano un tatuaggio scuro attorno alle labbra simili a dei baffi, ma io non ho mai avuto occasione di vederne se non riprodotti al museo.



I loro ornamenti erano degli orecchini, usati anche dai maschi, detti *ninkari* e collane dette *tamasai*

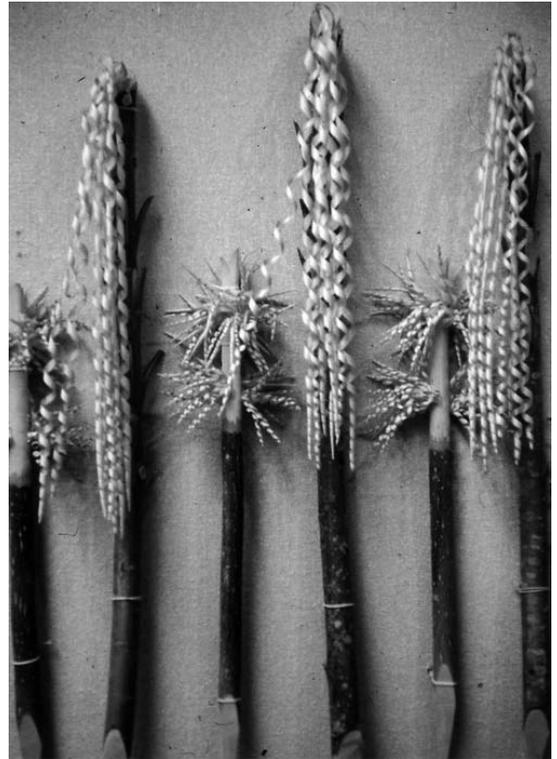
prevalentemente fatte di perline di vetro. Le più preziose avevano più giri di perline intrecciate in modi diversi che potevano recare al centro un medaglione. Se questo era di metallo le collane venivano dette *shitoki* ed il medaglione per lo più rappresentava l'imponente aquila dalla coda bianca che gli Ainu amavano cacciare. La collana però era non solo un ornamento indossato durante le cerimonie ma, impregnata di spiritualità, proteggeva dagli spiriti maligni e veniva tramandata da madre in figlia per generazioni e considerata un bene prezioso. Sul capo le donne mettevano una specie di berretto cilindrico (*matanpushi*) mentre gli uomini ornavano la testa con una specie di corona (*ashinru*) molto caratteristica fatta di ramoscelli e trucioli vari infilzati. Per darvi un'idea propongo alcuni accenni basati sulla mia esperienza personale di un viaggio fatto quando non c'era ancora molto turismo ma per le foto, anche se ne inserisco alcune, è meglio far riferimento a quelle di F. Maraini con le quali nessuno può competere. Appena arrivata, prima ancora di incontrare anima viva mi sono vista accogliere da un bell'orso tenuto tipo cane da guardia ... mi ha fatto molta pena, ma era una mia impressione, non era maltrattato, anzi rosicchiava tranquillo una pannocchia di mais. Non ricordo più se lì c'era anche la volpe che nei paesini di Hokkaidō si vede spesso al posto del cane da guardia, magnifica con la sua coda folta e gonfia e dai colori insoliti.



Non mi ero ancora ripresa dallo stupore di quanto intravedevo senza ancora avvicinarmi troppo che sono subito arrivati i locali che mi hanno fatto tante, tante feste!!! Era insolito per uno straniero, soprattutto se donna bianca e sola come me, arrivare da loro e anche se non capivo molto di quanto mi dicevano ho approfittato della loro accoglienza calorosa, della danza e del prezioso consiglio di visitare il nuovo museo che non sapevo esistesse. Il tempo è trascorso velocissimo e non sarei più andata via. Era fantastico sentirsi spiegare che ogni parte della casa era dedicata a degli spiriti particolari (i kami nella loro lingua vengono chiamati *kamui*) e che non bisognava passare o guardare da certe aperture

(finestre) se non seguendo certe regole. Rivolto verso est vi era una specie di altare, il *nusa* e non mancava certo l'*inau*, che è praticamente un ramo appuntito in basso e ornato in punta da un folto ciuffo di filamenti avvolti a ricciolo che viene conficcato in terra a cui si rivolgono delle preghiere affinché faccia da tramite con una divinità.

Gli inau erano di diversi tipi e potevano anche essere costruiti per scopi medici, ma in tal caso, una volta terminato l'uso per il quale erano stati fatti, venivano distrutti, probabilmente per allontanare il kamui collegato alla malattia.



Inau

Le vecchie costruzioni erano delle capanne semi interrato davvero originali, sostituite poi da capanne di legno a forma quadrangolare con uno spesso tetto di paglia. Incredibilmente, erano anche previsti dei servizi separati per uomini e donne! Certamente senza riscaldamento gli inverni del nord col gelo che arrivava dalla Siberia dovevano esser ben duri! Mi hanno fatto fare un salto nel loro passato e alla fine mi sembrava quasi di averlo vissuto.

La presenza dell'orso che vi era all'ingresso non era casuale. Gli orsi un tempo venivano sacrificati in inverno con un rito detto *iyomande* o anche *iyomante* (che si potrebbe tradurre come *kuma matsuri* dato che in giapponese orso si dice *kuma*), un rituale complesso che dura alcuni giorni con il quale la loro anima veniva mandata nell'aldilà che, secondo le loro credenze animiste, era una specie di mondo parallelo kamui moshiri カムイモシリ (moshiri significa terra) dove tutti gli esseri viventi, compresi animali e piante, vanno a vivere poiché non muoiono realmente.

L'orso veniva catturato piccolo e per alcuni anni era accudito e nutrito con molta cura e rispetto in modo da

creare una specie di legame affettivo con lui così quando sarebbe andato nel mondo degli spiriti, avrebbe poi vegliato sulla comunità e fatto in modo che ci fossero sempre prede a sufficienza per la sopravvivenza di tutta la comunità. Giunto il momento del sacrificio, lo si colpiva infine con una freccia, l'oggetto sacro della caccia, quindi si seguiva un complesso cerimoniale a cui potevano partecipare solo gli uomini. L'orso che va in letargo per poi risvegliarsi in primavera è simbolo della continua rinascita della natura quindi fungeva da tramite tra il mondo degli uomini e quello degli dei. Tutto quanto ci circonda veniva considerato una personificazione degli spiriti, quindi non solo prima di cacciare un animale ma anche prima di tagliare un albero o guardare un torrente occorreva rivolgere preghiere al Kamui relativo in modo da ingraziarselo. Insomma era tutto abbastanza complicato ma pervaso di spiritualità. Per loro la divinità è ovunque, non occorrono luoghi di culto, tutta la natura è divina e il rapporto uomo-dei non è unilaterale, bensì reciproco, è un mutuo scambio. Avevano comunque il culto dei defunti, che venivano interrati avvolti in pesanti abiti con amuleti vicino a loro, quindi veniva eretta una specie di stele diversa a seconda se si trattava di un maschio o di una femmina. La parola Ainu riassume bene il concetto di questa loro visione del mondo: Ainu significa uomo, essere umano, tutto ciò che non è dio. Purtroppo gli Ainu sono in via di estinzione, si potrebbe dire che gli Ainu oggi sono ormai ...pezzi da museo.



Ad Hokkaidō nel 1984 è stato appunto aperto il museo degli Ainu a Shiraoi, (un centinaio di km. a sud est di Sapporo), molto interessante e che prevede diverse manifestazioni di danze tradizionali Ainu. Per chi volesse visitarlo, si trova ad un quarto d'ora a piedi dalla stazione di Shiraoi.

Dopo essermi dedicata ad una meticolosa visita al museo degli Ainu, il *Porotokotan* (detto così in quanto si trova sul lago Poroto) che era appena stato inaugurato da soli due anni ed era ancora deserto, ho deciso di scoprire i dintorni e fare un giro a Noboribetsu, dove sono arrivata in autobus per godermi le sorgenti termali. Esteticamente

il paese non è gran che, ma vale la pena fermarsi per andare nella vallata chiamata *Jigokudani*, la valle infernale (*jigoku* = inferno 地獄; *dani* = tani cioè valle 溪), appunto perché vulcanica e coloratissima. Poi, con una passeggiata di mezz'ora nel bosco lungo un sentiero tracciato sono arrivata a Oyunuma dove si possono rigenerare i piedi stanchi nel fiume caldo fumante che allargandosi diventa lago che profuma di zolfo ...

Mi sono poi diretta al trasparente lago Akan (*Akanko*) dove vivono delle alghe, i *marimo*, che si presentano come delle palline pelose e verdissime che salgono e scendono in quelle acque purissime e che vivono solo lì. Ovviamente affascinata ne ho acquistati alcuni che mi sono portata appresso come compagni di viaggio guardandoli con stupore quando salivano e scendevano nella bottiglietta ma dopo qualche mese, nonostante il mio amore, si sono scuriti e hanno raggiunto il mondo degli dei...

Non è però questo il momento di raccontarvi il mio viaggio, vorrei solo dire che per me tutto Hokkaidō è da visitare, è un susseguirsi di parchi con una miriade di vulcani e sorgenti termali mozzafiato, immerse nella natura. Peccato che i due mesi che avevo a disposizione siano passati troppo in fretta, ma i ricordi sono indelebili. Desidero però farvi una sorpresa: le cose viste e vissute dal vero hanno un altro sapore, lo sappiamo tutti, ma in attesa di andare in Giappone a cercare musei con reperti Ainu o ancor meglio recarvi in Hokkaidō a Nibutani ad es. ci sono altri 2 musei Ainu ed in agosto da una decina di anni fanno un festival di diversi giorni, l'Ainu Moshiri Ichimannensai (a cui mi propongo di andare campeggiando vicino al torrente) eccovi un fantastico link del museo col quale si accede alle meraviglie esposte ... senza spese di viaggio...

[www.ainu-museum.or.jp/en/](http://www.ainu-museum.or.jp/en/)

Le foto sono ricavate da diapositive fatte a Shiraoi nel 1987 e ©Gianna Alice



# Hokkaidō : geografia, storia e riferimenti letterari

di Luisa Bargiacchi

L'isola di Hokkaidō è situata al nord del Giappone, molto vicino alle coste russe, è bagnata dal Mar del Giappone, dal Mar Okhotsk e dall'Oceano Pacifico. L'isola è vulcanica e vi sono numerosi parchi nazionali, il clima d'inverno è molto rigido e la temperatura oscilla tra i -15° e i -4° C. Queste caratteristiche rendono Hokkaidō (北海道) un'isola di estremo valore naturalistico.

Secondo il Nihongi<sup>1</sup>, annale della storia giapponese, le prime popolazioni indigene che vi si stabilirono furono quelle degli Ainu, dei Ghiliachi e degli Oroci, e fu alla metà del 600 che i giapponesi entrarono in contatto con loro stabilendo commerci; allora l'isola si chiamava Ezochi (蝦夷地) e solo nel 1869 assunse il nome attuale Hokkaidō, che significa letteralmente "via per il mare settentrionale".

La città principale è Sapporo il cui nome deriva da una parola Ainu traducibile come "grande fiume asciutto", quarta grande città del Giappone, è stata progettata nel 1871 con l'aiuto americano visibile soprattutto nella numerazione delle strade (ad es. la stazione si trova a Nord 5 Ovest 3); è conosciuta per gli impianti sportivi, per l'annuale festival della neve in cui vengono seguite fantastiche costruzioni di ghiaccio, per la fabbrica di birra e per i suoi famosi biscotti; altre città importanti sono: Hakodate nata da un villaggio Ainu e conosciuta dagli addetti ai lavori per l'anime Noein, incentrato sul tema della incomunicabilità e Niseko, anche questa importante località sciistica nota soprattutto per il vulcano Yōtei molto simile al Fujiyama.

Le notizie a noi pervenute circa questo lembo di Giappone eccettuato il libro di Fosco Maraini *Gli ultimi pagani* di cui parliamo a pag 53 sono oltremodo esigue.

I lettori di Murakami Haruki ricordano senza dubbio che, nel libro *IQ84* (volume 1) l'autore parla a lungo dei Ghiliachi, riprendendo la descrizione di Anton Cechov nel suo *Sahalin l'isola dei deportati*.

Lo scrittore russo nel 1890 si recò nelle isole Sahalin per un censimento (allora queste isole appartenevano alla Russia ed erano sede di prigionieri), il contatto con questo mondo lo segnò tanto profondamente da essere assolutamente avvertibile dai suoi lettori: dall'esperienza in quella natura desolata, da quel clima monotonamente freddo ed aspro e disperante, dal senso sempre presente della lontananza e della dispersione, dalla conoscenza di questa umanità sofferente, la letteratura cechoviana diventa essa stessa più sofferta, più dilaniata.

Murakami, nella stessa linea, usa la descrizione dei ghiliachi come immagine dell'impotenza, della straneità, della non congruità con il mondo circostante.

Eccovi alcuni stralci degli autori citati:

*Gli ainu sono olivastri come gli zingari; hanno grandi barbe alla cappuccina, baffi, e capelli neri, folti e ispidi,*

*hanno occhi scuri, espressivi, mansueti. Sono di media statura, di corporatura robusta, tarchiata, i lineamenti della faccia grossi, rozzi, ma non hanno come dice il marinaio V. Rimskij-Korsakov, né la piattezza dei mongoli, né gli occhi stretti dei cinesi .... Vicino alle jurte di solito ci sono gli essiccatoi per il pesce che emanano lontano intorno un odore umido, soffocante; i cani latrano e si mordono; sempre qui a volte si vede una gabbia di legno con un orsetto: l'ammazzeranno e lo mangeranno d'inverno alla festa degli orsi. Una mattina ho visto un'adolescente ainu dare da mangiare all'orso facendo passare tra le sbarre una paletta con del pesce secco ammolato nell'acqua.*

*(da: Anton Cechov "Sahalin l'isola dei deportati" Editore La biblioteca del Touring Club pag 174-176)*

*Il ghiliaco ha una corporatura forte, tarchiata; è di statura media o piccola: l'alta statura gli darebbe fastidio nella taiga. Ha ossa grosse, notevoli per lo sviluppo eccezionale di tutti i processi, delle creste e dei tubercoli da cui partono i muscoli e questo lascia supporre muscoli forti, robusti e una lotta costante, faticosa con la natura.....Sul carattere dei ghiliachi i giudizi sono diversi, ma tutti concordano che non è un popolo bellicoso, rissoso, litigioso e convive pacificamente con i popoli vicini. All'arrivo di uomini nuovi i ghiliachi sono sempre stati sospettosi, timorosi per il futuro, ma li hanno sempre accolti con gentilezza, senza la minima protesta.....mentono solo quando commerciano o parlano con una persona sospetta e, secondo loro, pericolosa ma, prima di dire una bugia, si guardano: proprio come i bambini. Qualsiasi bugia o vanteria in forma normale, non commerciale, è per loro spregevole.*

*-Stupendi, questi ghiliachi,-disse Fukaeri (da: Murakami Haruki "IQ84" vol 1 Editore Einaudi pag. 322 )*

## Viaggio in Hokkaidō

Qualora voleste recarvi in Hokkaidō e non conoscendo personalmente Gianna, avete bisogno di qualche informazione in più, potete leggere *Autostop con Budda* di Will Ferguson Ed. Feltrinelli. In questo libro, a metà tra il Baedeker e l'avventura, il protagonista ci porta attraverso tutto il Giappone facendoci conoscere soprattutto il popolo giapponese. La parte finale dedicata all'Hokkaidō, mantiene questo carattere antropologico mostrandoci una natura aspra e solitaria abitata da un'umanità consona all'ambiente.

<sup>1</sup> Il Nihongi conosciuto come *Nihon Shoki* (gli annali del Giappone), è successivo e più dettagliato del *Kojiki* che è stato il primo libro cronologico della storia del Giappone.

# Fosco Maraini: biografia

di Gianna Alice

Per chi non ha avuto la possibilità di essere presente a Roma alla conferenza organizzata dall'Aikikai per commemorare il centenario della nascita di Maraini, in presenza del M. Tada e il prof. Bossi rappresentante Vieusseux, ecco alcune notizie biografiche.

Fosco Maraini nacque il 15 novembre 1912 a Firenze da una madre inglese, scrittrice, e da un padre scultore. Fin da bambino ha avuto la possibilità di viaggiare con i genitori in diversi stati europei rivelandosi un ragazzo pieno di interessi e desideroso di scoprire il mondo. L'ambiente in cui viveva era estremamente vario ed ha avuto l'opportunità di frequentare, grazie alle conoscenze dei genitori e parenti, molte persone istruite e interessate alla cultura orientale, che fin da giovane lo ha attratto ed affascinato. Approfittando del fatto di conoscere bene l'inglese, coglie l'occasione di visitare Egitto, Libano, Turchia e Siria imbarcandosi su una nave come insegnante per gli studenti dell'Accademia Navale di Livorno.

Dopo essersi laureato in Scienze Naturali, a soli 23 anni sposò Topazia Alliata da cui ebbe tre figlie: Dacia, nata nel 1936 a Fiesole e diventata scrittrice famosa, Yuki (nata a Sapporo nel '39), musicista, cantante e compositrice ma che purtroppo dal '95 non è più tra noi, e Toni nata a Tokyo nel '41, scrittrice, etnologa ed esperta di letteratura magrebina.

Nel 1937 Maraini casualmente viene a sapere che il grande orientalista Giuseppe Tucci cercava qualcuno che lo accompagnasse nella sua lunga missione in Tibet così, presentandosi non tanto come alpinista ma come fotografo, viene subito accettato a far parte della spedizione. Con Tucci, dalla gigantesca erudizione, è un susseguirsi di scoperte che lo portano ad approfondire la cultura orientale da cui è sempre più attratto. Al rientro ottiene una borsa di studio dal governo giapponese e, con un viaggio in nave a quei tempi avventuroso durato più di un mese, si trasferisce con la famiglia a Sapporo (nell'isola settentrionale di Hokkaido) per dedicarsi allo studio delle tradizioni e cultura degli Ainu con i quali viene a contatto diretto lasciandoci documentazioni e fotografie di immenso valore. Pubblica infatti a Tokyo i risultati del suo lavoro "*iku bashui degli Ainu*", seguiti da altre pubblicazioni incentrati sulla cerimonia dello *iyomande*, la caccia all'orso.

Desideroso di restare ancora in Giappone accetta l'incarico di lettore di italiano all'università di Kyoto, dove si trasferisce per alcuni anni.

Nel frattempo scoppia la guerra e Maraini, sempre in Giappone, viene internato con la famiglia ed alcuni altri italiani in un campo di concentramento a Nagoya (periodo che descrive senza astio ma in modo dettagliato nel suo libro *Case, amori, universi*).

Terminata la guerra resta ancora un anno in Giappone quindi torna in Italia per ripartire per un altro lungo viaggio in Tibet ancora con Giuseppe Tucci.

Al rientro, Maraini pubblica *Segreto Tibet* il libro che lo ha reso famoso come etnologo oltre che come fotografo in tutto il mondo.

Nel 1953, irresistibilmente attratto dal Giappone vi fa ritorno e prepara diversi documentari etnografici, alcuni dei quali purtroppo andati perduti. Nel 1954 si reca nell'isola di Hekura e prepara uno spettacolare documentario fotografico sulle Ama, (le pescatrici di perle delle isole di Hekura) pubblicato in Italia come *L'isola delle pescatrici* e accolto in tutto l'occidente con enorme successo in quanto nulla ancora si conosceva sulle Ama. Pubblica poi *Ore giapponesi*, una monografia illustrata del Giappone, e diversi altri libri tutti più volte ristampati e tradotti in diverse lingue.

Maraini fin dalla giovinezza era un appassionato di montagne e come esperto alpinista ci ha lasciato delle stupende documentazioni nei due volumi G4-Karakorum, ed è stato capo di una spedizione italiana nel Hindu Kush pubblicando le sue preziose esperienze in *Paropàmiso*, anche questo tradotto in più lingue. Per alcuni anni poi lavora come ricercatore ad Oxford quindi viaggia ancora in oriente.

Ormai famoso in tutto il mondo nel '66 torna in Giappone a lavorare per una casa editrice ed incontra casualmente, mentre si recava a sciare a Yuzawa, Namiki Mieko, che diventerà nel '70 sua seconda moglie e gli resterà vicino fino alla fine dei suoi giorni.

La sua vita quindi resta ormai divisa tra Italia ed oriente, in particolare il Giappone dove, nel 1970, è invitato a partecipare come direttore delle pubbliche relazioni all'esposizione internazionale di Osaka.

Nel 1972 inizia l'insegnamento di lingua e letteratura giapponese all'università di Firenze che proseguirà per 11 anni e fonda la ASTUGIA (Associazione italiana per gli STUdi sul GIAppone) di cui è stato sempre presidente continuando, instancabile, a pubblicare libri fino alla fine dei suoi giorni.

Negli ultimi anni, profondamente turbato dalla strage delle Torri Gemelle, ripensando alle sue esperienze dirette con la cultura islamica si è dedicato allo studio dei rapporti tra Islam e Occidente, ma ha dovuto lasciare questa terra tanto varia ed amata a 92 anni, a Firenze martedì 8 giugno 2004.

Su espresso desiderio di Maraini la sua biblioteca e la ricca raccolta fotografica di un'intera vita sono state acquisite dal Gabinetto Scientifico Letterario G.P.Vieusseux che, col programma Vieusseux-Asia, promuove spesso mostre antologiche in varie città per diffondere la conoscenza dell'Asia orientale.

# Fosco Maraini: un incontro indimenticabile

di Gianna Alice

Parlare di Fosco Maraini mi mette soggezione perché ho avuto la fortuna di conoscerlo di persona e mi ritengo onorata dall'aver potuto parlargli direttamente più volte in occasione delle sue visite a Torino, esposizioni e conferenze.

Grazie all'arch. Aldo Audisio, direttore del museo della montagna, ho potuto ammirare la sua mostra di foto *-Alpi giapponesi-* nel 1998, la presentazione di *-Incanto del Giappone-* nel '95 e nel '98 la stupenda mostra *Una vita per l'Asia* con relativo libro con foto eccezionali e racconti incredibili. Inoltre in alcune conferenze con dibattito aperto mi era possibile parlargli direttamente, occasioni che vivevo come privilegiata perché, come studente di giapponese presso il Cesmeo sentivo di condividere con il prof. Maraini il fatto di avere il Giappone in ogni singola cellula, non solo nel cuore come di solito si dice.



Fosco Maraini

Per me, il solo vederlo era una esperienza che cercavo di non perdermi.

Era bellissimo, non certo solo perché era davvero un uomo che si poteva definire decisamente bello (aitante, alto, con gli occhi chiari...), ma perché emanava un'energia intensa e serena da cui si capiva che era un grande.

La sua semplicità nel rapportarsi con le persone era qualcosa di unico che faceva dimenticare per un momento che si era delle formichine di fronte a un gigante che aveva visto e vissuto a livelli fuori dalla portata di tutti noi. Riusciva a coinvolgere gli spettatori facendoci sognare con i suoi racconti e arricchendo le sue spiegazioni con foto che erano documentazioni preziose delle sue esperienze e ci trasmettevano intense emozioni.

Ci si trovava di fronte nello stesso momento a un etnologo, un alpinista, un viaggiatore, un orientalista, un letterato, un grandissimo fotografo... in tutto era grande,



Caccia all'orso.

irraggiungibile, un mito.

Scusatemi se ora inserisco un riferimento personale, ma può dare l'idea del personaggio.

Un giorno ad una sua mostra, durante una pausa, avevo potuto parlargli con calma e nel bel mezzo di un suo racconto in cui trapelava l'intensa gioia di scoprire le montagne con la freschezza di un bambino, mi è sgorgata spontanea la frase— roba da scorpioni ... — e così, tralasciando la forma, mi ha guardato divertito perché eravamo due scorpioni che si capivano al volo e si è instaurata una magica atmosfera che ci ha avvolti come per incanto per un bel momento...una strana sensazione, mi sembrava di essere là a parlare con mio zio Alfonso, anche lui alpinista (anche se ovviamente a livelli meno impegnativi) e che, strana coincidenza, era nato anche lui nel 1912 come Maraini ...

Come insegnante credo fosse insuperabile... ad esempio il grande antropologo e conoscitore di filosofie orientali, Massimo Raveri, professore di filosofie orientali alla Cà Foscari di Venezia, ha avuto l'opportunità di essere suo allievo, (che fortuna!) ... grande il maestro, grande l'allievo.

I suoi libri sono una fonte preziosa di informazioni presentate con una chiarezza e scioltezza incredibile, sono senza tempo e mi fa piacere rileggerli ogni tanto. Ad esempio *Case, amori, universi* è praticamente la sua biografia romanzata ed è interessante perché dà l'idea di come fin da bambino fosse una persona speciale... *Ore giapponesi* è incantevole, *Segreto Tibet* da non perdere, *Karakorum* ha foto mozzafiato, *L'isola delle pescatrici* è ormai introvabile e i molti altri sono insomma ...tutti da leggere!



In fotografia la Principessa Pema Chöki Namgyal tra le nevi del passo Natu (4340m) – Sikkim aprile 1948

Tutte le immagini sono tratte dal libro: Fosco Maraini- *Una vita per l'Asia* Ed. Museo nazionale della montagna-Duca degli Abruzzi-Club Alpino Italiano, sez Torino -1988.

# SHINJU 真珠 perle, i gioielli del mare

Testo e foto di Gianna Alice

SHINJU 真珠 (真shin =vero, 珠 shu = perla )

Per cominciare, cosa c'entrano le perle con O Sensei Ueshiba? La risposta è personale e la scoprirete tra poche righe. Spero di stupirvi un po' con questo mio resoconto di più di 20 anni fa. Stavo gironzolando per il Giappone senza prima documentarmi per avere la sorpresa della scoperta, cosa che mi piace sempre fare. Esploravo la penisola di Kii che si protende nell'oceano pacifico ed è famosa per i suoi santuari tra cui Ise jinja, (e per chi pratica aikidō perché vi si trova Tanabe, la città natale di O Sensei, che si chiama più precisamente Kii Tanabe, appunto perché si trova nella penisola di Kii) quando a Toba (una cittadina sul lato opposto di Tanabe) non vedevo altro che negozi di perle con enormi conchiglie all'ingresso. Incuriosita, ne ho chiesto il motivo e, anche se non avevo capito bene le spiegazioni, ho seguito l'itinerario proposto. Ad un certo punto sulla baia ecco spuntare una strana costruzione con a fianco un orto da cui pendevano delle lunghe zucche. "Ma che strano posto sarà questo?", mi son detta avvicinandomi. Ebbene era un abbozzo di quello che ora è il magnifico museo delle perle Mikimoto Kōkichi, il giapponese che ha avuto la brillante idea di far produrre alle ostriche le perle su richiesta, progettando delle vere e proprie coltivazioni e che sono andata a visitare appena possibile. Ai tempi si vedevano ancora le pescatrici che con i loro cesti si tuffavano nella baia, non più nude col coltello al fianco come le si possono ammirare nelle foto scattate mezzo secolo prima da Maraini ma vestite di bianco per tener lontano gli squali che nel Pacifico possono sempre apparire quando meno li si aspetta.



*Pescatrice di perle*

Che emozione! Da non staccare gli occhi ... si tuffavano da una barca con in mano un cesto, sparivano e dopo riemergevano coi cesti carichi, avanti e indietro senza sosta. Dentro vi era una grande sala dove delle fanciulle aprivano le ostriche per estrarne la perla, altre che le inseminavano ed altre ancora che selezionavano le perle luminosissime con le quali venivano poi formati dei fili

che abbagliavano con i loro riflessi argentei ... ho chiesto il permesso di scattare delle foto, che sono tra le più preziose che conservo e mi hanno lasciata gironzolare a piacere, dato che guardavo ma non disturbavo nessuno (d'altronde quando i giapponesi lavorano sono concentratissimi su quello che stanno facendo e non è proprio il caso di disturbarli). Non avevo mai visto inseminare un'ostrica, anzi non mi ero mai posta il problema, quindi ero affascinata da quanto vedevo. Se un corpo estraneo entra nell'ostrica periferica questa, irritata, cerca di isolarlo ricoprendolo di successivi strati di madreperla con un processo che dura anni e alla fine diventa perla. Migliaia di strati di carbonato di calcio cristallizzato si depositano alternati a strati di proteine con un apporto minimo di acqua, come se si trattasse di un muro di mattoni e cemento ... sembra un miracolo ... come per magia il carbonato di calcio, che ha una composizione simile al gesso, riesce a trasformarsi in perla con una incredibile catarsi simile a quella del diamante che non è altro che pura grafite ...



*Preparazione dei fili di perle*

Il procedimento inventato da Mikimoto non fa altro che seguire i passaggi che seguirebbe spontaneamente la natura. In natura l'ostrica, mollusco bivalve, popola la terra da 10 milioni di anni ed è ermafrodita. Quando è femmina produce decine di milioni di uova che rilascia in acqua sperando che vengano fecondate. Quando ciò avviene si formano nell'arco di un mese delle larve che, sbalottate dalle correnti, cercano subito un appiglio sul quale ancorarsi. Man mano che il mollusco cresce, cresce anche la sua conchiglia per opera del mantello, un tessuto intermedio che si trova tra gli organi interni e la conchiglia. Prima non mi ero mai occupata di come fosse all'interno quindi ho scoperto che aveva un cuore e tanti organi interni e mi son sentita rincuorata dal fatto che non mangiavo ostriche ... L'età di un'ostrica può essere rilevata osservando appunto la conchiglia che evidenzia gli strati del suo accrescimento. Non tutte le ostriche però possono produrre perle, anzi quelle perliere si riducono ad una mezza dozzina di specie. Nel procedimento di Mikimoto l'ostrica viene inseminata all'età di circa 3 anni introducendo un micro frammento di madreperla in una piega della cavità palleale (dalla

quale non può essere espulsa) quindi viene rimessa in mare ed ancorata a delle impalcature galleggianti (che si vedono spesso nel mare giapponese) che servono per proteggerla e che vengono spostate spesso per far sì che l'acqua attorno sia sempre pulita, ricca di plancton e alla giusta temperatura e più volte all'anno vengono ripulite da eventuali incrostazioni.

Per circa 3 anni si aspetta che la natura segua il suo corso e, se tutto va bene e non vi è rigetto, ci viene donato un gioiello: la perla. Questo tipo di perla è naturale in quanto fatta spontaneamente dall'ostrica ma, dato che l'animale è stato forzato a produrla, non viene considerata una perla naturale (davvero rarissime e con valore immenso) bensì catalogata come coltivata. Nonostante tutte le



*Piattaforme per la coltivazione delle ostriche*

precauzioni la probabilità di trovare delle perle belle è molto bassa, quindi il costo resta relativamente alto ed è proporzionato alla dimensione, alla precisione con cui si è formata, alla forma e perfezione della sua superficie, alla luminosità ecc.

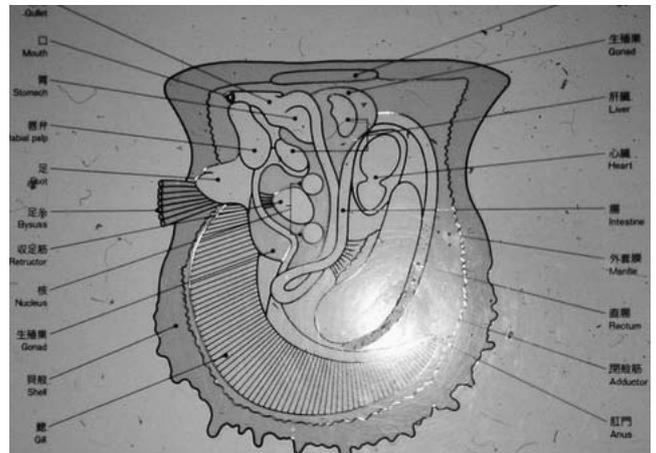
Le perle Mikimoto sono tra le più belle e perfette al mondo perché la selezione fatta è sempre stata ed è rigorosissima. Come i diamanti hanno una unità di misura apposita che è il bu suddiviso in 10 rin (in pratica 1 bu equivale a 3,03 mm). Anche se apparentemente dure le perle possono essere facilmente rigate da altre gemme e la loro durezza si colloca tra 3 e 4,5 nella scala delle



*Inseminazione di un'ostrica*

durezze di Mohs. La coltivazione delle perle ormai non è più appannaggio del solo Giappone ma si è estesa alle Filippine, Malesia, Borneo e nord dell'Australia dove si formano perle molto più grandi ma meno pure e meno dure. Industrialmente vengono prodotti milioni di perle ogni anno che si suddividono in 2 categorie, quelle di acqua marina e quelle di acqua dolce. Le perle di acqua dolce si possono trovare nei fiumi di tutto il mondo e sono meno lucenti, poco pregiate e poco costose (ad es. in Giappone si trovano in particolare nel lago Biwa, vicino a Kyoto)

Quelle marine si suddividono in 3 gruppi: giapponesi (derivanti dalle ostriche akoya) che sono le più lucenti e pregiate, bianche dei mari del Sud (Australia, Indonesia e Myanmar) prodotte da ostriche molto grandi e pregiate per le loro grandi dimensioni e rarità, infine le nere dei mari del sud provenienti dalla Polinesia francese che sono di colore scuro e prodotte da ostriche molto grandi.



*Sezione di un'ostrica perlifera*

Le perle sono un simbolo lunare legato all'acqua e alla donna e rappresentano il principio Yin, la quintessenza della femminilità. Una perla è qualcosa di speciale, un gioiello spontaneo ... quindi grazie Mikimoto! Mikimoto era davvero un grande! Una cosa che me lo aveva fatto amare subito era una foto che lo ritraeva nientemeno che con Guglielmo Marconi. Che foto! Due grandi come loro vicini, non staccavo più gli occhi ... in breve sono stata tutto il giorno a curiosare e, se avessi potuto, avrei pure dormito là ... sono però ritornata anni dopo documentandomi per benino sulle perle che ormai amavo come non avevo mai fatto prima.

Il museo è molto bello, si trova a 5 minuti a piedi dalla stazione di Toba (facilmente raggiungibile da Nagoya od Osaka) ed ora lo si raggiunge tramite una specie di ponte-passerella che ci porta su un isolotto.

Lo si può pensare suddiviso in 4 zone: la prima, il museo delle perle dove si ritrova ben spiegato tutto il processo della loro produzione fino alla fase finale della pulitura, selezione, formazione del foro, e sistemazione in stringhe. Sono esposte, trattandosi di un museo, oltre che alle molte creazioni di Mikimoto, anche diverse perle naturali che risalgono ai tempi antichi, luminosissime e spettacolari nella loro varietà; seconda zona è il reparto delle ama, affacciato sul mare, dove si possono vedere ancora le

pescatrici vestite di bianco che, ad orari stabiliti per i turisti, si tuffano e risalgono con i tradizionali cesti (altre notizie nell'articolo sulle Ama); terza zona del museo è il memoriale Mikimoto, dove si possono seguire le tappe della sua vita. Figlio di genitori che gestivano un ristorante di soba nacque il 25 gennaio 1858.

Da ragazzo dovette interrompere gli studi e, in quanto primogenito, occuparsi della famiglia sostituendo il padre ammalato. Attratto dal commercio delle perle tipico della zona, con spirito intraprendente ben presto si dedicò alla ricerca di un metodo per coltivare le ostriche perlfere. Sembra semplice ma tra le circa 100.000 specie di ostriche solo 6 sono adatte a questo scopo. Scopri che sono le ostriche akoya a produrre le perle più belle e nel 1890 realizzò i suoi primi impianti di coltivazione nella baia di Ago e a Toba. I primi anni furono molto duri perché le coltivazioni vennero distrutte dalla marea rossa, un eccesso di alghe, deleterio per le ostriche che vengono mangiate dai polipi o non sopravvivono nelle acque fredde. Dopo molti vani tentativi, un giorno, durante dei controlli di routine insieme alla bellissima e tanto amata moglie Ume che, instancabile, gli era sempre vicino nella sua ricerca, fu trovata la prima perla. Quel giorno memorabile l'11 luglio 1893, viene quindi considerato



*Mikimoto Kōkichi*

il giorno di nascita della prima perla coltivata. Successivamente vi furono altre ondate di marea rossa e gli allevamenti subirono gravi danni, ma non si perse mai d'animo. Purtroppo nel 1896 ebbe la disgrazia di perdere la sua adorata e ancor giovanissima moglie di 32 anni, figlia di un maestro forgiatore di spade, che aveva sposato a soli 16 anni. Affranto e inconsolabile, non si risposò più ma dedicò tutte le sue energie alla ricerca del metodo di produrre le perle con rinnovati ardore e perseveranza, che dopo anni di ricerche lo portarono al successo. Dotato di una mentalità moderna, nella sua lunga vita ebbe occasione di viaggiare molto e di incontrare Marconi ed anche Edison col quale intrecciò una corrispondenza fatta di reciproche ammirazioni (che concentrazione di geni!...) dopo l'incontro avvenuto negli USA nel 1927. Considerato non solo un pioniere ma un vero genio della biologia l'imperatore stesso del Giappone, Hirohito, volle incontrarlo e lo insignì dell'onorificenza Ordine del Sacro Tesoro, Gran Cordone, che è il livello più alto.

Desideroso di far conoscere le perle alla gente comune nel 1899 aprì una piccola bottega a Tokyo, che nel 1906 trasferì a Ginza 4chome dove si trova tuttora, e che è diventata un edificio prestigioso e facilmente riconoscibile da lontano con la sua facciata bianca dalle grandi aperture arrotondate, molto belle. Aprì anche diverse filiali nel mondo: nel 1913 a Londra, quindi a Parigi, New York,

Mumbai, ecc. diventando universalmente l'incontrastato signore delle perle. Dopo aver realizzato il suo sogno e costruito un vero e proprio impero delle perle, morì quasi centenario il 21 settembre 1954 rimpianto in particolare dalle sue pescatrici Ama che, devotissime, eressero per lui un monumento a Dagobei, nel distretto di Toba; quarta ed ultima zona del museo, prima dell'uscita è la zona souvenirs, sempre presente nei musei ma qui con meraviglie da carta di credito ... che val la pena almeno di guardare.



Sperando di avervi incuriosito, se non potete andare in Giappone potete gironzolare nei vari musei del mondo dove si possono vedere perle stupende risalenti ai tempi antichi. Una tra le perle naturali più grandi che si conoscano è stata trovata verso il 1600 ha la forma di una goccia lunga 9 cm. ed è stata acquistata dall'imperatore indiano Mogul che ha voluto regalarla alla moglie, la donna tanto amata per la quale è stato costruito nientemeno che il Taj Mahal. Di incredibile bellezza la lunghissima collana di 684 perle appartenuta alla regina Margherita di Savoia, che la nuora Elena fece poi dividere per donare le preziose perle ad altri componenti della famiglia reale. Per restare nel presente le perle sono sempre apprezzatissime e stupende quando indossate. La sposa dell'imperatore attuale, principessa Masako, al matrimonio indossava un diadema di Mikimoto che, se non eravate tra gli invitati, temo che vi sia difficile vedere Avvolte nel mistero gli antichi non riuscendo a capire come potessero formarsi davano spiegazioni leggendarie, come ad esempio che fossero lacrime degli dei oppure risposte ai fulmini che cadevano in mare o altro ancora. In compenso le ostriche, anche se personalmente non riesco proprio ad ingoiarle (vive, che senso...) sono sempre state apprezzate fin dall'antichità come cibo e spesso considerate afrodisiache (sembra che Casanova ne fosse ghiottissimo...), cosa che ne faceva aumentare il prezzo e il valore. I greci oltre a ricavarne monili si servivano dei loro gusci durante l'ostrakismós (da cui il termine ostracismo) che prevedeva una votazione per decidere o meno l'esilio di persone considerate pericolose il cui nome veniva scritto sulla conchiglia di un'ostrica ... la storia ci regala innumerevoli episodi. E così, quello che è considerato uno dei gioielli più antichi (cinquemila anni fa i sovrani se lo contendevano) oggi alimenta un mercato miliardario con un giro d'affari che ha cifre da capogiro. Comunque le perle, intramontabile segno di rango e bellezza, valore a parte, sono un dono della natura che merita rispetto, e sembra che neppure gli zingari si permettano di rubarle ...

# 海女 Ama, le pescatrici di perle

di Gianna Alice



Foto di Fosco Maraini dal libro: *L'incanto delle donne del mare*  
Ed. Giunti

Ama 海女: letteralmente “donne del mare”.

Il primo kanji 海 è quello di mare, ed il secondo 女 è quello di donna.

Le origini delle pescatrici giapponesi Ama risalgono a 2000 anni fa, ma le prime foto delle Ama giunte in occidente sono quelle di Fosco Maraini che nel 1954 visitò le isole Hekura, nel mare del Giappone occidentale.

Oggi costituiscono un documento etnografico prezioso poiché sono state riprese non solo nei loro piccoli villaggi ma anche in immersione.

Le Ama che sono state operative fino al 1960 stanno diventando una rarità poiché le ragazze giovani sono sempre meno attratte da questo duro lavoro che è una vera e propria professione che richiede una dedizione assoluta. Iniziano giovanissime e a seconda della esperienza vengono raggruppate in tre categorie: le *Ko isodo*, quelle alle prime armi che si immergono di pochi metri; le *naka isodo* che hanno alcuni anni di pratica e si immergono di una decina di metri e vengono affiancate da una barca; e le più esperte *O isodo* che si immergono in apnea fino a 30 metri. Si immergono nude, con solo una fascia bianca a vita (il bianco sembra che tenga lontano gli squali che nel Pacifico possono sempre apparire quando meno li si aspetta) indispensabile per sorreggere il coltello, *kaigane*, necessario per staccare le ostriche dalle rocce a cui si ancorano. Le Ama pescavano le ostriche sperando di trovare delle perle e le ostriche *awabi* (abalone) erano considerate una leccornia.

Essere Ama è una professione tipicamente femminile e richiede una perfetta simbiosi col mare. Sembra strano, ma le donne nonostante fossero minute e snelle avevano uno strato sottocutaneo di grasso che permetteva loro di adattarsi meglio degli uomini al freddo prolungato in acqua. Un tempo essere Ama era un lavoro che rendeva moltissimo e le rendeva indipendenti economicamente dagli uomini che per lo più facevano i pescatori. Avevano inoltre un grande potere sociale ed erano loro a scegliere il marito, lavoravano fino a tarda età e la professione veniva tramandata in famiglia. Con il loro

corpo perfetto e levigato che sembra scolpito erano in grado di scendere in apnea fino a 30 metri con successive immersioni. Quando risalivano in superficie, con la loro tecnica di decompressione, emettevano un fischio acuto, l'*isobue*, così particolare da essere considerato un suono caratteristico tipico del Giappone. Queste immersioni ripetute comportano di solito un indebolimento dell'udito o addirittura la perforazione del timpano. Chi ha i timpani perforati non necessita più di compensazione perché l'acqua può circolare liberamente tra orecchio medio e faringe e potrebbe sembrare un vantaggio ma nel lungo termine si possono manifestare dei disturbi al sistema nervoso. Le Ama hanno comunque un metabolismo e degli adattamenti particolari per cui non è detto che questi problemi siano stati frequenti, o meglio non ci sono statistiche fatte in proposito.

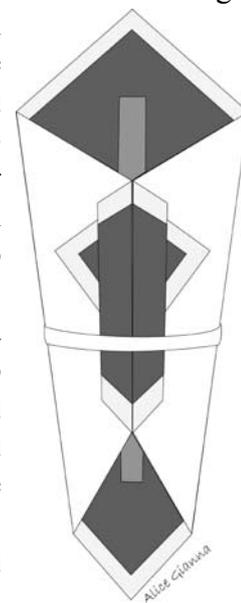
Non essendo più possibile vedere le Ama al lavoro non c'è nulla di meglio che ammirare le stupende foto che ci ha lasciato Fosco Maraini e documentarsi presso il museo delle perle di Mikimoto in Giappone, che illustra bene la loro storia, vita ed equipaggiamento che si è pian piano modificato nel tempo.

## ***Ed ora ciliegina sulla torta... ostriche awabi ed origami !***

Cosa c'entrano gli awabi delle pescatrici di perle con gli origami? Tra le ostriche che le Ama ricercavano per le perle vi erano in particolare gli *awabi* (abalone), considerati una leccornia. Ma cosa c'entrano gli awabi con l'origami? C'entrano sotto forma di *...noshi*. Gli awabi, nei tempi antichi di un Giappone dove imperversavano le guerre, venivano seccati e, avvolti in carta opportunamente ripiegata, dati ai guerrieri affinché avessero del cibo a portata di mano. Successivamente, anche se non più indispensabili come contenitori degli *awabi*, continuarono ad essere usati durante le cerimonie a scopo benaugurale e restarono immortalati dagli origami a forma di *noshi*. Per fare un *noshi* si parte da una carta quadrata e terminato il lavoro, generalmente si aggiunge una striscia di carta che lo tiene chiuso; questa striscia può essere sostituita da nodi elaborati fatti con dei fili particolari che ne sottolineano l'utilizzo.

Il *noshi*, risalente al periodo Kamakura (1185-1333) veniva piegato seguendo delle forme codificate, ma si è poi adattato alla fantasia degli origamisti che continuano a creare forme nuove e lo fanno vivere per sempre...

Eccovi il disegno di un *noshi* classico...



## Fosco Maraini: Gli ultimi pagani

di Luisa Bargiacchi

Scegliere un libro, uno solo di Maraini di cui parlare è una scelta oltremodo ardua sia per la vastità della produzione che per la varietà dei temi affrontati.

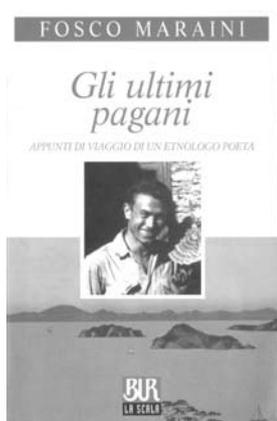
E' infatti estremamente difficile aggettivare compiutamente, collocare in un ruolo definito un personaggio curioso, poliedrico e talentuoso quale è stato Fosco Maraini, la cui produzione artistica spaziando dalle montagne estreme alle profondità degli abissi oceanici, dall'autobiografia all'antropologia, dall'Oriente alla Sicilia ha affrontato così numerose tematiche da fare di ogni libro un caso a parte. Se proprio volessimo trovare un sentimento comune animatore lo potremmo trovare nella ricerca dell'uomo, delle umanità pressoché sconosciute e quindi più naturali, meno sporcate dalla "civiltà" ma anche, più a rischio di dimenticare e conseguentemente far dimenticare la propria antropologia, la cultura insita al loro mondo.

"*Gli ultimi pagani Appunti di viaggio di un etnologo poeta*", partendo da questa considerazione è quasi scelta obbligata; il libro è preceduto da un "Breve discorso su Somiglianze e Differenze" e si conclude con una lunga intervista-ritratto. Nel libro l'autore visita tre minuscole popolazioni: gli Ainu, la comunità delle Ama, i Cafiri: ogni popolo viene incontrato secondo un'ottica etnografica, senza alcun giudizio o pregiudizio.

Gironzolare per il Pakistan, l'Hokkaido o tra gli Ama sarebbe anche oggi complicato, forse anche pericoloso: Fosco Maraini affronta ogni difficoltà per una meravigliosa curiosità, per un fortissimo desiderio di visitare non posti ma uomini, di vedere non cose ma tradizioni, ed è proprio questo spirito di "perfetta conoscenza" di "curiosità cristallina" che consente anche oggi a noi lettori, di visitare questi mondi scomparsi perché inglobati dalla modernità o semplicemente arresi al tempo.

Il rito dello iyomande descritto e fotografato dettagliatamente rimarrà sempre nel nostro immaginario: così come le bellissime ragazze Ama o la danza delle donne Cafire.

L'intervista all'autore nella parte finale del libro è realmente rivelatoria della sua personalità: partendo dall'infanzia fiorentina fino alla serenità della Garfagnana accompagnamo Maraini nelle sue vicende personali ed universali. La guerra, la famiglia, l'amore, la religione, le amicizie, il desiderio della conoscenza, la



Fosco Maraini:  
*Gli ultimi pagani* -BUR  
ISBN 88-17-12571-7

propria visione della vita: tutti questi argomenti vengono affrontati, grazie anche all'intervistatore Francesco Paolo Campione, con leggera profondità senza alcun intento pedagogico o imbonitivo.

Alla fine della lettura possiamo solo provare invidia, sana, per questa vita avventurosa ed appassionata. Tutte le immagini sono rari ed eccezionali documenti in bianco e nero che ci accompagnano in questo viaggio nel tempo e, con un compagno quale Fosco Maraini il viaggio è senza alcun dubbio estremamente piacevole. Una curiosità circa le fotografie: per realizzare quelle subacquee Maraini, grazie all'esperienza fatta alcuni anni prima nelle isole Eolie con la Panaria Film, fece appositamente costruire dei particolari scafandri per le macchine da ripresa. La Panaria Film è stata una casa di produzione cinematografica fondata in Sicilia nella seconda metà degli anni '40 dal siciliano Francesco Alliata di Villafranca il quale insieme al cugino Quintino e agli amici Pietro Moncada di Paternò, Renzino Renzo Avanzo e Fosco Maraini, nel 1946, realizzò una serie di cortometraggi subacquei, in 35 mm, nelle isole Eolie, primi nel loro genere in Italia, con vecchie attrezzature reperite negli Stati Uniti e rese impermeabili. Il primo fu "Cacciatori subacquei". Quei documentari restano tutt'oggi opere di immenso valore, e l'avventura di quei quattro intraprendenti ragazzi ha segnato, seppure per poco, una delle pagine più belle del cinema italiano. Fu il primo esempio di cinema subacqueo in Italia: nel film "Tonnara" per primi al mondo ripresero un pescespada in acque libere.<sup>1</sup>

1)A. Romeo - *Storia della FotoCinematografia Subacquea Italiana*



Il gruppo della Panaria Film, a sinistra Fosco Maraini

*Gli ultimi pagani*, così come molti dei libri di Maraini, è di difficile reperibilità; consiglio chi fosse interessato a cercarli nelle bancarelle o nei siti di libri rari (inmondadori.it, abebooks.it, maremagnum.com, caru.com etc etc). Nel 2007 le edizioni Mondadori nella collana I Meridiani hanno stampato *Pellegrino in Asia*, che contiene *Segreto Tibet, Ore giapponesi*, una scelta di racconti tratta da *Gli ultimi pagani*, la raccolta completa delle fànfolle ed il racconto dell'ascesa al Gasherbrum IV: è quindi una summa di estrema utilità per chi desideri conoscere Fosco Maraini.

Spesso ci siamo imbattuti in due figure di Missionari che con la loro opera ed i loro viaggi sono entrati in contatto con la cultura nipponica, in un'epoca, il 1500, in cui l'Oriente in generale ed il Giappone in particolare erano luoghi sconosciuti se non addirittura mitici per noi europei. Sono Alessandro Valignano e Francesco Saverio entrambi missionari gesuiti che, compenetrando lo spirito religioso con l'interesse del viaggiatore hanno influenzato non poco le culture con cui entrarono in contatto. Gli scambi e i conseguenti arricchimenti culturali tra Giappone, ma anche tra Cina, Macao, India ed Europa sono nati grazie alla loro opera e, questi paesi così distanti non solo geograficamente in virtù della loro sensibilità missionaria sono diventati più vicini.

Per completezza di informazione nel 1600 arrivarono in oriente i mercanti olandesi protestanti, che fecero diminuire l'importanza delle relazioni con il Portogallo e misero in cattiva luce il cattolicesimo: tutto questo, insieme al desiderio di far tornare tutti i giapponesi al buddhismo, portò all'espulsione dei gesuiti dal Giappone (27 gennaio 1614). La comunità cristiana, che era arrivata a contare 300.000 individui, venne distrutta.

Riguardo a Valignano ci siamo rivolti al Pime<sup>1</sup> (Pontificio Istituto Missioni Estere), mentre per Francesco Saverio ci sono venuti in aiuto i Salesiani Don Bosco<sup>2</sup>.

Si ringraziano Elena Terragni e Mario Scudu per la disponibilità.

## Giappone, 1500: Alessandro Valignano e Francesco Saverio

San Francesco Saverio nel lontano 1748 è stato dichiarato Patrono dell'Oriente: è una delle più grandi figure del 1500 e della storia della Chiesa moderna.

Nato in Spagna del nord nel 1506, si laureò in lettere a Parigi dove cominciò ad insegnare perché gli interessava la carriera accademica. Nel collegio Santa Barbara dove risiedeva conobbe Ignazio di Loyola che lo convertì, facendolo entrare nel 1534 nel primo nucleo della Compagnia di Gesù, chiamati poi Gesuiti.

Nel 1540 la svolta radicale: accettò con entusiasmo di sostituire un missionario in partenza che si era ammalato. Il papa Paolo III lo nominò nunzio apostolico per le Indie, Francesco Saverio divenne così "Missionario tra i pescatori di perle".

Il 1500 è stato un secolo di grandi navigatori.

La scoperta dell'America da parte del genovese Cristoforo Colombo nel 1492 aveva risvegliato l'entusiasmo. Il mare non faceva più paura, non era il nemico dell'uomo di cui bisognava diffidare. Nel mare si tornavano a vedere grandi opportunità: nuove vie di comunicazione, certamente, ma anche di arricchimento veloce (molto spesso a spese degli indigeni) mediante il commercio.

Francesco Saverio partecipò di questo spirito di avventura proprio di tanti navigatori del secolo. "Per lui mari e oceani non furono mai barriere d'ignoto e di paura. Erano strade aperte. Vero uomo dell'Evo moderno, non tollerava limiti nell'andare. Ma la sua meta non erano l'oro e l'argento del Nuovo Mondo appena scoperto: affrontava onde e tempeste solo per incontrare altri uomini, ignorando confini e barriere di razza o lingua o cultura. Tutti erano destinatari della notizia cristiana e lui doveva farsene messaggero. Nulla e nessuno era troppo lontano o troppo diverso" (Domenico Agasso).

Erano molti quelli che sfidavano i mari per arricchire se stessi materialmente. Francesco e tanti altri missionari (prima e dopo di loro) affrontavano le stesse fatiche e gli stessi rischi per arricchire gli altri spiritualmente.

Francesco non si è stabilito in modo permanente in nessun luogo di missione: voleva personalmente conoscere tutta l'Asia, per informare il Papa su questo nuovo mondo.

Verso la metà del 1547 nell'isola di Malacca Francesco Saverio fece la conoscenza di un indomito lupo di mare, di nome Yajiro, un ex pirata dei mari della Cina. Particolare fondamentale: era giapponese. Questi gli fece una bellissima descrizione del Cipangu, cioè del Giappone. Yajiro parlava dei propri connazionali come di un popolo di buona cultura, animato dal desiderio di imparare e dell'interesse anche per le cose religiose. Francesco arrivò in Giappone, a Kagoshima, il 15 agosto 1549, insieme ad un suo compagno missionario e a Yajiro nel ruolo di interprete.

Il primo approccio non fu semplice, il paese era in preda alle lotte fra i grandi feudatari e latifondisti, con un potere centrale imperiale che non si imponeva.

Il problema della lingua affiorò subito, data la modesta



San Francesco Saverio Attribuito a Kanō Domi  
(ca 1593-1600) Kobe City Museum

1) Da "Il pioniere sconosciuto" di Gianni Criveller ([www.missionline.org](http://www.missionline.org))

2) Da " Rivista Maria Ausiliatrice" di Mario Scudu ([www.donbosco-torino.it](http://www.donbosco-torino.it)). Nei siti indicati è possibile trovare ulteriori notizie ed approfondimenti

cultura dell'ex pirata diventato interprete le difficoltà furono tante, ma tutte superate.

Lui stesso scriveva con entusiasmo ai Gesuiti di Goa questo bellissimo elogio dei Giapponesi di allora: *“La gente con la quale abbiamo finora parlato è la migliore che abbia mai incontrato, e credo che tra gli infedeli non se ne troverà mai altra che superi i giapponesi. È gente sobria nel mangiare; molti sanno leggere e scrivere; hanno una sola moglie; pochi sono i ladri; amano ascoltare le cose di Dio”*.

Cresceva intanto l'opposizione alla sua predicazione da parte dei bonzi buddisti. Cercò una strada diversa, per vincere questa resistenza, Francesco puntò in alto, molto in alto, all'imperatore: voleva ottenere il permesso di

predicare da lui stesso.

Ma qui fece un errore: l'aspetto umile dei missionari, il loro modo di vestire suscitò invece che attenzione disprezzo tra la gente, con il risultato che non venne ricevuto dall'imperatore.

Cambiò subito strategia e metodologia evangelizzatrice. Nel secondo incontro Francesco ed i suoi amici si presentarono vestiti secondo l'etichetta, portando all'imperatore dei doni europei.

Ottenne così il permesso di predicare liberamente e fare conversioni, riuscendo a formare delle buone comunità cristiane, compatte e composte da tutte le classi sociali. Nel 1522, recandosi in Cina fu colto da forti febbri e morì sull'isola di Sanchnan.

Originario della città di Chieti, nel 1539 parte del Regno di Napoli, brillante avvocato a Padova, dopo un'infelice avventura giudiziaria (fu imprigionato a Venezia per più di un anno), Valignano entrò nella Compagnia di Gesù a Roma nel 1566. Di lì a pochi anni, la nomina a Visitatore (con i pieni poteri del superiore generale) nelle Indie orientali lo portò a Goa, in Malacca, quindi in Giappone e a Macao.

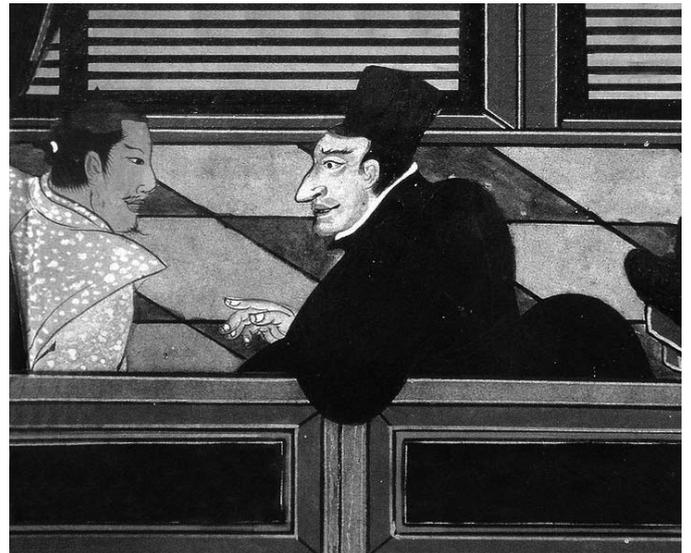
Valignano è uno dei più grandi e influenti missionari della storia; suo merito è stato quello di realizzare il sogno incompiuto di Francesco Saverio: aprire la missione in Cina e attuare l'inculturazione del Vangelo nella cultura asiatica.

Valignano ha lasciato una profonda traccia soprattutto in Giappone, dove era arrivato nel 1574, grazie alle sue direttive in favore di una rivoluzionaria trasformazione del metodo missionario contenute ne *“Il cerimoniale del missionario in Giappone”* (1601), libro considerato avanzato persino rispetto ad oggi.

Nel 1594 Valignano fonda a Macao il Collegio di san Paolo, dove i missionari destinati in Cina e Giappone apprendono le lingue e assimilano, così, la cultura di quei Paesi. Ma più ancora, il Collegio diviene la prima università in Asia orientale, un luogo di «contaminazione» culturale e scientifica, dove studenti giapponesi, cinesi, portoghesi, italiani, spagnoli e di altre nazionalità ancora, insieme producono nuovi saperi e nuove esperienze. Annessa al Collegio viene costruita, per ordine di Valignano, la magnifica chiesa di san Paolo.

L'eredità più preziosa di Alessandro Valignano è, per unanime convinzione, il metodo dell'«accomodamento», adottato in Giappone, e - su sua indicazione - da Matteo Ricci in Cina. Pochi anni dopo, altri gesuiti, quali Roberto de Nobili (1577-1656) in India e Alessandro De Rhodes (1591-1660) in Vietnam, si sono ispirati a questo metodo di evangelizzazione. Si tratta della più significativa alternativa di dialogo culturale all'azione coloniale ed economica delle potenze europee in Asia orientale.

Valignano aveva intuito l'importanza di mantenere saldo il rispetto della cultura locale, verso la quale



*Gesuita a colloquio con nobile giapponese ca 1600  
Da: Nouvelle Asie” Belin - Anonimo Giapponese*

nutriva un'altissima considerazione, e raccomandò con insistenza i propri confratelli ad apprendere usi e costumi dei paesi che li ospitavano. In Giappone la predicazione del cattolicesimo diede ottimi frutti e produsse una significativa comunità cristiana, radicata nella fede e nella cultura locale: Valignano curò personalmente la diffusione della stampa delle belle arti occidentali; fondò chiese, collegi e ospedali. Apprese la lingua giapponese e redasse il Cerimoniale per i missionari in Giappone, affinché i propri confratelli potessero proseguire nell'evangelizzazione senza intaccare o offendere i principi millenari della tradizione giapponese, rendendo nel contempo comprensibile il Cristianesimo, senza falsarne la dottrina.

Parlando della sua *“tecnica missionaria”* il 23 novembre 1595 dal Giappone Valignano scrive: *«Mi sembrava irragionevole che i padri vivendo nel Paese non si fossero preoccupati di conformarsi ai costumi raffinati e al comportamento gentile dei giapponesi. Non passava giorno che non incorressero in qualche trasgressione delle buone maniere. Spesso i cristiani, venendo nelle case dei missionari, si sentivano a disagio e anche offesi. Ciò aveva tanto più peso perché i loro bonzi sapevano trattare con gentilezza squisita»*.

## Pietrasanta: aikido e tiro a segno

di Mariarosa Giuliani



*Luca Tesconi, Marino Genovesi e Gianfranco Berti*

Era appena finito lo stage internazionale del Maestro Tada a La Spezia nell'afa di un sabato pomeriggio di Luglio quando in un incrocio di telefonate tra praticanti ci comunicavamo l'impresa di Luca Tesconi.

Prima medaglia italiana alle Olimpiadi di Londra. Argento nella pistola a 10 metri ad aria compressa. Nelle voci c'era incredulità, sorpresa, gioia e commozione perché Luca noi lo conosciamo bene.

Era arrivato alla Fujiyama quattordicenne, un adolescente tranquillo, semplice, sicuramente non stravagante che si era svelato subito cordiale e di una simpatia discreta, sottile.

Nell'aikido Luca si era impegnato per parecchi anni frequentando con costanza ed impegno, mettendo nella pratica quella tenacia necessaria a superare le difficoltà, a vincere i limiti che sono dentro ognuno di noi.

Era arrivato a secondo kyu con determinazione e fatica sudando e ridendo con noi sul tatami della Fujiyama, mentre con il passare degli anni da adolescente diventava uomo e coltivava altre passioni ed altre abilità.

Al tiro a segno di Pietrasanta sapevano bene che Luca era un talento e che da lui ci si poteva aspettare grandi cose. Tante volte in palestra scherzavamo su questa sua attività, da buoni toscani non mancavano le prese in giro, le battute. Ma intanto Luca andava avanti e arrivato al servizio militare partiva per Roma per entrare nel gruppo sportivo dei Carabinieri.

Da lì si interrompe l'esperienza con l'Aikido alla Fujiyama, senza però interrompere l'amicizia creata in anni di grandi sudate comuni. Ogni tanto quando ci capitava di incontrarlo in città era sempre un momento di cordialità, di scherzi e battute e quando per tanto tempo lo perdevamo di vista c'era sempre le notizie che ci dava il padre, aikidoista prima di lui.

Poi la soddisfazione quando l'Amministrazione Comunale di Pietrasanta salutava i due atleti in partenza per le Olimpiadi: Luca Tesconi e Nicola Vizzoni entrambi passati dal nostro tatami, entrambi legati all'Aikido di Pietrasanta.

A Settembre ci siamo ritrovati tutti ai festeggiamenti organizzati dal Comune per i due atleti di ritorno da Londra.

È lì che fra abbracci e commozione Luca ci ha promesso di festeggiare anche con noi alla Fujiyama.

E non ha mancato la parola.

In una singolare versione con Keikogi e medaglia ha ricevuto gli omaggi dal Presidente Gianfranco Berti e dal Maestro Marino Genovesi prima di cimentarsi, dopo anni di assenza, in un allenamento che è stato una festa, e anche un tuffo nel passato recente, con Luca che si stupiva di ricordare tutte quelle tecniche e con la nostra sensazione che da quel tatami non fosse mai sceso. Dopo l'allenamento sudati, paonazzi fra un brindisi e un abbraccio abbiamo fatto due chiacchiere con Luca

cercando di capire che cosa possa unire due discipline apparentemente così diverse..

“Sicuramente ciò che accomuna l’Aikido e il tiro a segno è la parte legata alla respirazione.” dice Luca “Usare la respirazione per trovare la concentrazione, per lasciare fuori tutto il caos, il disordine e fare chiarezza, pulizia. Unire il corpo e la mente in un attimo, in un gesto preciso, essenziale, unico.” e continua “Ma non solo, c’è anche la stessa ricerca della perfezione, il ripetere un gesto infinite volte per affinarlo, limarlo, renderlo sempre più preciso. Preparare una gara è un po’ come preparare un esame in Aikido. Ripassi fisicamente e mentalmente una serie di sequenze, cerchi di migliorare e di rivedere continuamente, cerchi la perfezione, la tua perfezione. E poi c’è il bersaglio, che è uno specchio di te stesso, lì ci sono le tue ansie, i tuoi nervosismi, le tue debolezze e le devi superare, è un confronto con te stesso proprio come in Aikido. Si nel tiro a segno ci sono anche gli avversari, ma mentre spari è con te che ti devi misurare, devi superare il tuo limite, andare oltre, trovare il meglio di te stesso.”

Parliamo anche dei commenti all’impresa, qualcuno ha detto che Luca ci ha stupiti che nessuno se lo aspettava, io contesto questa affermazione. Niente viene per caso, la serietà che Luca ha messo nella sua preparazione, l’enorme lavoro fatto preludeva sicuramente ad un grande risultato, poi è stato addirittura enorme, ha veramente ottenuto il massimo, ma gli elementi per farlo c’erano tutti.

Luca è d’accordo “Quando vinci una medaglia alle Olimpiadi e ti trovi sul podio, stenti a crederci, è come

se non te ne rendessi conto fino in fondo, ma in merito al risultato tecnico è chiaro che è il naturale coronamento di un grandissimo lavoro. Era nelle mie possibilità e ci sono riuscito e questo è davvero stupendo.”

Poi scivoliamo sul discorso della notorietà, diventare così famoso, con tutti che ti cercano e vogliono festeggiare con te. Gente importante e gente qualunque che si contendono la tua presenza.

Annunisce precisando: “Si è vero, di colpo ti trovi al centro dell’attenzione e devi rimanere lucido e capire chi ti avvicina e con quali intenzioni.

Ci sono tappe istituzionali, festeggiamenti importanti ma formali e poi ci sono momenti più intimi che fanno parte della mia storia, della mia vita, delle persone che ho a cuore e sono davvero belli e sentiti, come qui stasera con voi. Risalire sul tappeto e rivivere l’emozione e la paura della prima volta, chiedersi se dopo tanto tempo saprò ancora cadere e scoprire che il corpo va da se e che l’atmosfera è quella di quando era un ragazzino, lo stesso entusiasmo nel gruppo, lo stesso calore.

Questi sono i momenti veri, quelli più belli. Perché la gioia di vincere una medaglia si estrinseca solo nella condivisione. La vera coscienza di ciò che hai realizzato la acquisisci quando scendi dal podio e cominci ad abbracciare gli amici e a far festa con loro.”

E’ così che si conclude la festa con Luca con grandi abbracci e il desiderio impossibile di riaverlo ogni sera ad allenarsi con noi. “non è la voglia che mi manca, ma il tempo” ci dice salutandoci. E nel suo sguardo c’è un velo di nostalgia.

Grazie Luca

Scivola!

L’arte di scivolare.

L’arte di far scivolare!

Ogni oggetto, ogni corpo

a cui un vincolo sottrai

scivola, ma naturalmente,

e in una nuova condizione lo troverai:

meno potente, meno arrabbiata,

e scivola

da solo.

Scivola ogni corpo a cui sparisce un vincolo,  
un appiglio.

Scivola!

Dall’essere vincolo sottrarsi,

non vincolare,

svincolare divincolandosi.

Vincoli alla rabbia non avere:

l’arte di lasciarla cadere!

Di agire senza reagire, di agire

tutt’uno all’altra azione e non reagire

alla sua.

L’arte di scivolare,

l’arte di far scivolare!

Scivoli l’aggressore,

scivoli l’aggressività;

scivola, non cade!

Chi cade si fa male,

se scivola si diverte,

si suscita allegria,

si genera armonia!

Chi scivola giù fa fatica a tornar su!

La rabbia si trasforma,

la mente che era fosca

ritrova la sua calma.

L’arte di far scivolare,

l’arte di scivolare:

aggredire inutile ti fa apparire

e come uomo ti fa progredire!

# Iiwake

di Daniele Fossacecchi

“Rendi il mondo un po’ migliore di come lo hai trovato” queste sono le parole che reputo di grande attualità e che mi rimbombano da molto tempo nella mente, frutto sicuramente degli anni scoutistici trascorsi in adolescenza.

Ho sempre visto persone (me compreso) avvolte dalla propria quotidianità, perdere di vista quelli che io reputo i veri valori da

seguire, principi come la solidarietà, l’umiltà e l’amore e che purtroppo non attecchiscono davanti alla frase: “non ho tempo per queste cose”.

La tristezza di questa mia affermazione ha sempre nutrito molta malinconia in me, in quanto ho sempre creduto che, al di fuori di ogni autorità ricoperta da ciascuno sia lavorativamente che sportivamente, siamo tutte persone con gli stessi diritti, pari l’uno all’altro e che nessuno detiene il diritto di sopraffare il prossimo per qualsiasi futile motivo.

Con la pratica dell’Aikido ho scoperto un mondo completamente diverso, ogni qualvolta io appoggiavo il piede nudo sul tatami avevo la sensazione di entrare in un rifugio che mi permetteva di non cadere in quella immoralità che la società offriva, mi sentivo appagato dall’aiuto donatomi dagli altri e dalla possibilità che avevo io stesso di poter aiutare chi si allenava con me, per non parlare dei nuovi amici che ho conosciuto e che tutt’ora stimolo.

Sani principi accompagnavano l’allenamento quotidiano: rispetto per chi ti permette di allenarti, quindi non solo al tuo Maestro, ma anche al tuo compagno, lo stesso che OFFRE il suo essere per permetterti di affinare la sensibilità e la tecnica, indi per cui “maneggiare con cura!!!”.

Qualcuno una volta mi disse: “La katana è l’anima del samurai, la lama deve essere affilata al meglio in modo che il taglio risulti efficace”... io reputo che tale frase possa avere un solo significato, ovvero: ciascuno di noi deve migliorare il proprio spirito affinché la quotidianità personale possa dare casa ai valori elencati poco fa.

Preso atto di queste leggi morali, ho deciso di dare una svolta al mio approccio con i miei compagni durante l’allenamento, e uno degli aspetti che ho modificato è stato introdurre un nuovo termine nel mio vocabolario aikidoistico: “Iiwake” ovvero “scusa”, ed è proprio



Il M° Yoji Fujimoto

questa parola che, espressa con il giusto sentimento, ti fa capire cosa significa amare, essere umile e solidale, perché anche solo esprimendola ti porta a pensare di aver sbagliato, di aver fatto un torto a chi pratica con te e a chi, ragionando più in grande, ti sta accanto nella quotidianità.

Mi piacerebbe citare una frase detta dal Maestro Yoji Fujimoto in un video che

ogni tanto mi piace andare a cercare nell’archivio di Youtube: “ Chi è più bravo, non deve picchiare... non deve menare forte, ma deve fare piano!” e sono sincero, all’inizio non riuscivo a capire come mai ci tenesse tanto a questo atteggiamento da parte dei più esperti... come primo pensiero mi è subito venuto in mente il caso di due compagni con grande differenza di livello che, praticando insieme a ritmo frenetico, rendono l’allenamento controproducente dal punto di vista pratico... poi, sempre riguardando lo stesso video, ho capito che il Nostro Maestro Fujimoto diceva così perché chi si sente più pratico nell’eseguire la tecnica tende a far esplodere la propria energia per motivi che possono essere svariati: il primo riguarda un aikidoka di alto grado che ha poche occasioni a disposizione per poter praticare al livello a lui necessario, soprattutto se è maestro di dojo; il secondo è un caso che può presentare un aikidoka esperto che, a costo di “farsi bello”, pratica freneticamente, magari danneggiando un compagno che non riesce a stare al suo passo e, proprio nel secondo esempio, vediamo svanire quei valori tipici dell’Aikikai ente morale.

E’ proprio questo il punto che voglio prendere in esame... vale la pena rovinare una disciplina MORALE per avidità agonistica? Io non credo!

Credo invece che preservare quell’aspetto che ci differenzia dalle altre arti marziali sia dovere di tutti gli aikidoka anche dicendo semplicemente “scusami, non volevo” e, con la stessa umiltà di chi si pente, la “parte lesa” deve accettare le scuse senza che tale episodio intacchi la NOSTRA integrità morale.

Concludendo, vorrei esprimere un ultimo pensiero: non credo che l’Aikido, nella sua grandezza, sia il fine, ma il mezzo per rendere migliori le persone che lo praticano, perché se così non fosse, la nostra arte sarebbe semplicemente fine a se stessa.

# Ricordando la provincia di Fukushima

di Filippo Sarti

Nell'aprile 2009 ho intrapreso il mio primo viaggio in Giappone, in compagnia del mio maestro Ugo Montevecchi e di alcuni compagni di dojo. I primi due giorni ci siamo allenati all'Hombu dojo, un moderno edificio dove abbiamo incontrato vari Maestri tra cui naturalmente il Doshu. Non mi scorderò mai che è stato proprio lui a cambiarmi una moneta da 500 Yen in monete da 100, necessarie per bloccare l'armadietto, accogliendomi con un "Ciao"! E' proprio vero che noi italiani ci riconoscono ovunque ( ma questa è un'altra storia).

Due giorni dopo siamo partiti alla volta del parco nazionale di Nikko per vedere il tempio/cenotafio di Tokugawa. Anche qui lo spettacolo è stato incredibile: un tempio grandioso, immerso nel silenzio di un bosco secolare, completamente decorato e colorato in stile cinese, e totalmente pervaso dall'odore dell'incenso devozionale.

Dopo la visita siamo partiti verso la provincia di Fukushima, località Aizu Wakamatsu. Una piccola cittadina nell'interno della prefettura circondata dalle montagne, a prima vista niente di speciale ma con tanto da raccontare.

Qui abbiamo dormito in un bellissimo ryokan stile giapponese: una stanzina di 6 tatami (eravamo in 4 quella notte) e un comodissimo futon per tutti.

La mattina ci siamo recati tutti a vedere una piccola meraviglia: un villaggio samurai del periodo Edo ricostruito di tutto punto, chiamato Ohuchijuku.



Foto di gruppo davanti al castello di Aizu

Le case erano tutte in legno, rialzate da terra e con il camminamento tutto intorno, erano uguali a quelle viste nei film sul Giappone tradizionale, di cui a casa me ne sono sempre fatto una scorpacciata (per la "contentezza" della mia compagna). Per rendere ancora più credibile la riproduzione, all'interno delle case sono stati montati dei manichini per fare immaginare al visitatore come doveva svolgersi la vita nelle grandi case signorili dei samurai.

Gli appartamenti sono molto austeri fatta eccezione per numerosi magnifici paraventi decorati e dipinti con scene naturali: animali, cascate, boschi, montagne, ecc. Alcuni avevano un colore dorato che li facevano brillare nonostante l'oscurità di alcuni locali.

Per il resto il mobilio era molto scarso e i locali si presentavano vuoti ai nostri occhi, salvo per la presenza di alcune armature (non so se vere o riproduzioni) e spade sollevate da terra da sostegni che non erano altro che corna di cervo, probabilmente un simbolo di virilità e bravura dimostrata durante la caccia dal proprietario, il quale se ne faceva vanto in questo modo!

Tutt'attorno alle case e fra di esse non si potevano non ammirare i bellissimi giardini con i loro alberi dalle forme più stravaganti, ottenuti pazientemente dopo anni di potature mirate e legature, con i laghetti colmi delle immancabili carpe (*koi*) e i piccoli santuari immersi nel verde di un boschetto. Non un particolare era lasciato al caso. Mai vista la natura e l'uomo in un così intimo contatto! Passeggiando poi nei vialetti fra le case, siamo giunti ad una statua che mi ha fatto sussultare: pensavo potesse essere proprio O'Sensei impegnato in una proiezione.

Solo successivamente ho saputo trattarsi di un monumento dedicato a Saigo Tanomo vissuto ad Aizu, maestro di Takeda Sokaku, fondatore del Daito Ryu. Saigo era consigliere capo e samurai di Matsudaira Katamori Daimyo; combattè per ordine del suo signore contro l'esercito imperiale Meiji, imprigionato per 10 anni, morì ad Aizu nel 1903.

Finita questa visita ci siamo diretti verso la nostra vera meta: il castello Tsurugajo del Daimyo di Aizu, costruito nel 1384. Questo è circondato da un largo fossato ricco delle immancabili carpe e da larghe mura composte da blocchi monolitici giganteschi che mi hanno notevolmente impressionato per le loro dimensioni e che, assieme alle fondamenta del castello, sono l'unica parte sopravvissuta originaria del castello ricostruito dopo la guerra, in modo rispettoso del progetto originario.



Il giardino ai piedi del castello, è una piccola meraviglia: centinaia di ciliegi fioriti rallegravano la vista del visitatore e altrettante famiglie stavano facendo pic nic sotto le chiome rosa degli alberi.

Il castello è di un bianco che abbaglia, l'ingresso non è monumentale ed è scavato nelle fondamenta, dove si conservavano grandi quantità di sale.



L'interno del castello è stato trasformato in museo e vi si possono vedere: spade, armature, oggetti preziosi, lacche, ecc... alcuni video ripercorrono tutta la storia di Aizu. All'ultimo piano c'è la terrazza da cui si domina tutto il giardino del castello. Un particolare mi aveva incuriosito: sulle scale che portavano alla terrazza avevo notato tanti ritratti di ragazzi molto giovani. Qui ho saputo per la prima volta della Byakkotai letteralmente "Corpo della Tigre Bianca".

Il Byakkotai doveva essere una unità di riserva, in quanto composta da giovani, da 16 a 17 anni figli di samurai di Aizu. Durante la rivolta contro il governo imperiale, venti dei membri rimasero tagliati fuori dal resto della loro unità sulla scia della battaglia di Tonoguchihara.

Il gruppo si ritirò sulla collina Limori, che si affacciava sul Castello di Aizuwakamatsu, da lì, essi videro quello



che pensavano fosse il castello in fiamme, e commisero seppuku in preda alla disperazione, credendo che il loro signore, Matsudaira Katamori e le famiglie fossero morti. Vi fu un unico sopravvissuto, che tentò il suicidio ma venne salvato da un contadino locale. Dopo la guerra, i loro corpi rimasero esposti alle intemperie fino a

quando il permesso di seppellirli fu finalmente concesso dal governo imperiale.

Un memoriale fu poi eretto presso la collina Limori, e tutti e 20 i membri Byakkotai sopra citati vi sono sepolti.

Una pietra con incisa una poesia del daymio Matsudaira Katamori, signore di Aizu, si trova presso il sito:

*« Non importa quante persone hanno lavato le pietre con le loro lacrime, questi nomi non potranno mai sparire dal mondo »*

Noi, spostandoci sulla collina di Limori abbiamo visto questa pietra; non solo, dall'altra parte dello spiazzo abbiamo notato una colonna in stile romano con una dedica: "Allo spirito del Bushido"; si tratta di un omaggio da parte di Benito Mussolini, il quale sentito parlare di questo episodio si commosse per la grande fedeltà dimostrata da questi ragazzi al loro signore.

Sulle pendici della collina, nel cimitero, una statua racconta ancora il tragico momento dell'avvistamento del castello in fiamme; dall'espressione traspare tutto il risentimento e l'angoscia per non essere vicini al proprio signore.



Ultima ma non meno piacevole è stata la passeggiata nei giardini del castello con aiuole coperte da fiori, alberi curati in tutti i particolari, sentieri di ghiaia bianchissima. In un angolo abbiamo visto la casa da tè, ancora più austera di quello che si pensava, con le sue porte bassissime per fare sì che chi entrasse sempre in ginocchio, come forma di rispetto.

Qui abbiamo preso il tè anche noi, molto diverso dalla bevanda conosciuta in Italia: il tè da noi assaggiato era molto forte e ...senza zucchero o latte che potessero addolcirlo, unico sollievo, per il nostro palato non abituato, era dato da un "dolcetto" che lo accompagnava, dall'aspetto di una ciliegia ma di colore rosa pallido ricavata dai petali dei fiori di ciliegio.

Oggi questa città è stata coinvolta nella bufera dello tsunami/centrale nucleare perché anche qui sono arrivate parte delle radiazioni.

Spero che questo incubo nucleare finisca perché vorrei tanto tornare a visitare questi luoghi così ricchi di storia ed emozioni e ancora così ameni, soprattutto se paragonati ad altre mete più turistiche come Kyoto e Nara.

## Dalla Germania, un ricordo di Giorgio Veneri

di Karl-Friedrich Leisinger

Traduzione di Cristina Aiolli

In occasione del 70° compleanno del Maestro Asai, l'Aikikai Germania ha pubblicato un numero speciale della rivista "Aikido", raccogliendo ricordi e testimonianze di Maestri e allievi che hanno conosciuto il Maestro. Nell'articolo del Presidente onorario dell'Aikikai Germania, Dottor Karl-Friedrich Leisinger, emergono tanti ricordi legati al nostro Giorgio Veneri, per molti anni Presidente dell'Aikikai d'Italia, dell'European Aikido Federation e dell'International Aikido Federation; a tutti coloro che lo hanno conosciuto ed apprezzato sia sul tatami che nella vita privata crediamo farà piacere leggere queste "avventure". Di seguito riportiamo alcuni episodi del racconto, la cui versione integrale -in lingua tedesca- è disponibile sulla rivista edita da Aikikai Deutschland (www.aikikai.de) solo in forma cartacea; chi fosse interessato può rivolgersi alla "nostra" Cristina Aiolli. Si ringrazia Beate Schuricht per aver acconsentito alla pubblicazione.

**AIKIKAI DEUTSCHLAND**  
FACHVERBAND FÜR AIKIDO e.V.

合  
氣  
道



Il Maestro Asai

Karl-Friedrich Leisinger : "Gli inverni dei primi anni di Asai Sensei in Germania erano notevolmente più duri di oggi.

Allora temperature di meno 20 gradi non erano rare. E di neve ce n'era tanta, anche a Münster. Le piazze non venivano ripulite dalla neve o solo superficialmente... Asai Sensei raggomitolato nel suo abbigliamento invernale commentava: la Germania è fredda.

Nel 1988 il congresso dell'International Aikido Federation (IAF) si tenne a Tokyo in agosto. Le temperature di giorno erano oltre i 30° con l'85% di umidità. Anche per i giapponesi non era un buon clima. Asai Sensei, altrimenti vestito come una rivista di moda, girava fuori dagli incontri ufficiali solo con jeans tagliati corti

e una maglietta e soffriva visibilmente del clima, come noi visitatori in Giappone. Telefonava a sua moglie che era rimasta in Germania. Il suo commento in seguito: "Piacevolmente fresco in Germania."

..... Il Maestro Asai aveva, ed ha, numerosi contatti con i rappresentanti dell'aikikai europeo e mondiale, tra gli altri con l'italiano Veneri.

Giorgio Veneri, da un po' di tempo purtroppo non più fra noi, ha ricoperto vari incarichi in Aikido: è stato Presidente dell'Aikikai d'Italia, Presidente dell'European Aikido Federation (EAF) e Presidente dell'International Aikido Federation (IAF). A lui si devono notevoli iniziative, come per esempio la diffusione dell'aikido dietro quella che negli anni '80 del secolo scorso stava diventando la trasparente "cortina di ferro".



Giorgio Veneri

Per questo ottenne anche l'appoggio della EAF. Funzionava così: le cinture nere potevano offrirsi di organizzare stages nei paesi sotto l'influenza sovietica. I costi del viaggio venivano sostenuti dalla EAF, vitto e alloggio erano a carico dei paesi ospitanti. Non si potevano pagare o accettare compensi.

Un giorno Veneri ricevette una richiesta di rimborso spese dall'Irlanda per uno stage di Kanetsuka Sensei che conteneva tutto: spese di viaggio, vitto, alloggio, spese di trasporto locale e compenso per Kanetsuka Sensei. A quanto pare in Irlanda avevano sentito della promozione dell'aikido dell'EAF, ma non avevano letto le condizioni, anche perché nei congressi dell'EAF non era mai apparso

un rappresentante dell'Irlanda. Lì valeva il principio: prendere, quello che si può, altrimenti ci preoccupiamo solo dei nostri affari.

Giorgio Veneri, che ricopriva l'incarico di Presidente del Promoting Committee dell'EAF era piuttosto arrabbiato. Il suo commento fu: "Strange Celtic behavior." Naturalmente non ci fu il rimborso. Ma occorre molto lavoro per spiegarne i motivi ai celti.

In tutte le assemblee e i congressi dell'EAF dal 1975 al 1978 il Consiglio discuteva sempre del "problema olandese". Di cosa si trattasse esattamente, la maggior parte dei delegati nazionali delle federazioni di aikido non lo aveva mai capito. Si parlava soprattutto in francese e solo i rappresentanti madrelingua francese riuscivano a seguire il veloce flusso del discorso e a capire di cosa si trattava. Ciò doveva però cambiare in un congresso che si tenne a Londra nel 1978. Diventò chiaro che molti aikidoka in Olanda non erano contenti che l'aikido fosse una sorta di appendice della BBN (Budobond Nederland). Portavoce di questo gruppo era Peter Bacas che nel 1978 fondò l'NCAB (Nederlandse Culturele Aikido Bond) e nel congresso di Londra tentò di far riconoscere l'NCAB dall'EAF. Nel suo discorso, definito ancora oggi da molti aikidoka la "mozione di Londra" argomentò:

1. Nella BBN non si capisce cosa sia l'aikido. Si pensa che l'aikido sia un'arte marziale competitiva.
2. Nella BBN si vede l'aikido come una sottospecie di judo che non ha niente a che fare con le associazioni internazionali di aikido e con l'Hombu Dojo.
3. Nella BBN si vuol creare una sezione "All Style Aikido", un'organizzazione che comprenda l'aikido Aikikai, l'aiki-budo, l'aikido takemusu, l'aikido tomiki, ecc.



*Karl-Friedrich Leisinger*

4. Poiché lo splendore del judo olandese con il campione olimpico Anton Geesink sta lentamente impallidendo, nell'intenzione della BBN, l'aikido dovrebbe diventare il traino per le scuole sportive, per trovare nuovi adepti. Con questo intervento Peter Bacas si schierò

naturalmente contro la politica del Consiglio della EAF. Poiché questo era a favore dell'organizzazione "All Style Aikido" della BBN.

Possiamo qui solo speculare su quali fossero le motivazioni: probabilmente l'allora Consiglio dell'EAF si sentiva in una forte posizione nel suo tentativo di

diventare unico responsabile per la didattica e gli esami. Il Presidente della EAF non poté evitare una votazione, poiché l'assemblea l'aveva richiesta. Così si fece la votazione, che approvò l'intervento di Peter Bacas. Il Presidente, tuttavia, annunciò che la proposta era stata respinta.

Nella protesta generale dell'assemblea, il Presidente raccolse le sue cose e se ne andò.

Col senno di poi, questo incredibile comportamento dell'allora Consiglio della EAF si rivelò come una prova generale per gli eventi dell'anno seguente.

Nel 1975 a Madrid fu fondata la European Aikido Federation (EAF), come prosecuzione dell'associazione europea fondata nel 1972 in Francia con il nome Association Culturelle Européenne d'Aikido (ACEA). L'ACEA non riusciva a proseguire nel tentativo di riunire più associazioni nazionali di aikido. Così si cercò di farlo con un nome nuovo, non solo francese – Fédération Européenne d'Aikido (FEA) – bensì anche in inglese, European Aikido Federation. Poiché l'inglese era stato approvato come lingua ufficiale.



*Hiroshi Tada e Giorgio Veneri, turisti a Mosca*

Il Consiglio dell'allora ACEA aveva originariamente previsto e messo all'ordine del giorno anche la contemporanea fondazione di una FIA (Federation International d'Aikido) o IAF (International Aikido Federation). Ma non si arrivò a niente perché la delegazione giapponese, guidata da Tada Sensei, aveva evidenziato due errori fondamentali nella convocazione mondiale a Madrid:

- Non erano state scritte tutte le associazioni nazionali.
- L'allora segretario generale dell'ACEA, un judoka e anche segretario generale dell'associazione nazionale spagnola di judo, aveva indirizzato l'invito per il Giappone al Kodokan, il dojo centrale del judo. L'Hombu dojo di aikido era venuto a conoscenza delle attività dell'ACEA, solo quando il Kodokan, estraneo alla cosa, gli aveva girato l'invito.

Così la fondazione della IAF ebbe luogo nel 1976, là dove era giusto che fosse, a Tokyo.

Al Congresso della FEA a Cannes nell'autunno 1978 l'allora Presidente mise a conoscenza l'assemblea che il Consiglio aveva ricevuto una lettera dell'Hombu dojo in cui si auspicava per l'Europa un proprio sistema per il passaggio di grado, con una propria responsabilità tecnica. Tuttavia non mostrò la lettera.".....

# Esperienze di kokyu a 4000 metri

di Alberto Conventi

Quest'estate ho avuto la fortuna di visitare la Bolivia, l'opportunità mi è stata offerta da Milena Wayllany che ci è andata per insegnare aikido e per visitare alcuni parenti.

Molti aikidoisti italiani si ricorderanno di lei, sul tatami, anche per la sua lunga treccia svolazzante.

In passato ha contribuito alla diffusione dell'aikido in Bolivia tenendo lezioni in diverse città e aprendo, per quasi un anno, un dojo a Cochabamba.

Più recentemente la sua opera ha trovato l'appoggio di Fritz Heuscher, VI dan dell'aikikai svizzero e attuale direttore didattico dell'aikikai boliviano.



Praticare aikido in Bolivia rappresenta un'esperienza interessante che risente fortemente delle caratteristiche peculiari del paese.

La Bolivia è un paese abbastanza grande e scarsamente abitato, in cui la maggior parte della popolazione si concentra in poche grandi città.

Dopo molti anni di dittatura e disordini politici oggi è una repubblica governata da un presidente liberamente eletto. Questo cambiamento politico ha portato il paese ad una enorme espansione culturale, sociale ed economica. Geograficamente è un paese diviso in due grandi aree: l'altopiano andino e la regione amazzonica.

Gli abitanti, e quindi anche i praticanti di aikido, si concentrano per la maggior parte nell'altopiano, ad alta quota. Alta quota che, soprattutto per chi non è abituato, può avere degli effetti sgradevoli come il mal di montagna con disturbi più o meno fastidiosi come nausea, mal di testa e spossatezza, ma che possono avere anche complicazioni piuttosto gravi, come l'edema polmonare e cerebrale, e sono dovuti alla carenza di ossigeno. Infatti salendo di quota la densità dell'aria diminuisce e così diminuisce la quantità di ossigeno disponibile; ad esempio, a tremila metri l'ossigeno contenuto nei nostri

polmoni è circa due terzi di quello contenuto a livello del mare e a cinquemila è circa la metà.

Indipendentemente dal mal di montagna, in queste condizioni ogni attività fisica diventa più faticosa.

Contro il mal di montagna i Boliviani consigliano di riposarsi e di bere matè di coca.



*Laguna Cañapa con fenicotteri Cileni e Andini*

Il consiglio di riposare è chiaramente un buon consiglio: essendo l'organismo in carenza di ossigeno è opportuno non stressarlo con attività che ne richiedano un forte consumo.

Il consiglio di bere infusi di foglie di coca risulta forse di utilità meno evidente e va interpretato collocandolo nella cultura del paese.

Il matè di coca è la bevanda nazionale, alla stregua del caffè in Italia e, come quasi tutte le tisane di erbe, ha effetti diuretici. Effetti diuretici che possono essere realmente utili contro il mal di montagna.

La bevanda è proibita nei paesi occidentali per il fatto che dalle foglie di questa pianta si può ricavare la cocaina. Ma matè di coca e cocaina sono due prodotti



*Laguna verde, vicino alla frontiera con il Cile*

con concentrazioni di sostanze attive e effetti sull'uomo completamente differenti.

A questi consigli, si scelga di seguirli o meno, l'aikidoista può aggiungere la pratica del kokyu.

Gli esercizi di respirazione dell'aikido, aumentando la quantità di ossigeno scambiata con il sangue, sono risultati utilissimi per alleviare il leggero mal di montagna provato nei primi giorni di soggiorno.



*Cochabamba dimostrazione di aikido all'aperto*

Praticati prima e durante le lezioni di aikido hanno reso meno intensi gli effetti della carenza di ossigeno.

Di fatto alle alte quote un aikidoista ha delle possibilità sperimentali enormi, l'organismo messo in difficoltà dall'ambiente diventa estremamente sensibile ad ogni errore respiratorio.

A 4000 metri fare le scale con una valigia può rappresentare uno sforzo di intensità inaspettata.

In queste condizioni è possibile prendere coscienza con maggior chiarezza, rispetto alle condizioni a cui siamo abituati in Europa, dell'efficacia del kokyu.

Penso si tratti di una oggettività sperimentale riproducibile, ovvero a fronte di performance atletiche

decisamente diminuite, come, ad esempio, avere il fiatone dopo una leggera salita, è verificabile in modo evidente che dopo gli esercizi di kokyu non solo ci si sente meglio ma si riesce a praticare aikido senza risentire della differenza di quota.

Abbiamo praticato aikido a La Paz (3700 m), Oruro (3700 m) e Cochabamba (2600 m). A Oruro abbiamo sperimentato anche il clima tropicale dato che il tatami era a fianco di una piscina, in un ambiente estremamente riscaldato e umido. A Cochabamba siamo stati parzialmente, e inaspettatamente, coinvolti in una dimostrazione di aikido all'aperto.

In questa occasione Milena ha improvvisato una lezione ad un gruppo di bambini.



*Cochabamba piccolo spettatore, pronto alla fuga*

Alcuni di loro si sono limitati a guardare incuriositi.

Per concludere non mi resta che sottolineare quanto la pratica dell'aikido in Bolivia sia stata interessante e stimolante, pratica resa ancor più gradevole dalla simpatia, gentilezza e disponibilità dei praticanti e dei loro insegnanti.



*Cochabamba settembre 2012, dojo del Maestro Toshihiro Tajima (ultimo a destra), presidente dell'aikikai boliviano*

