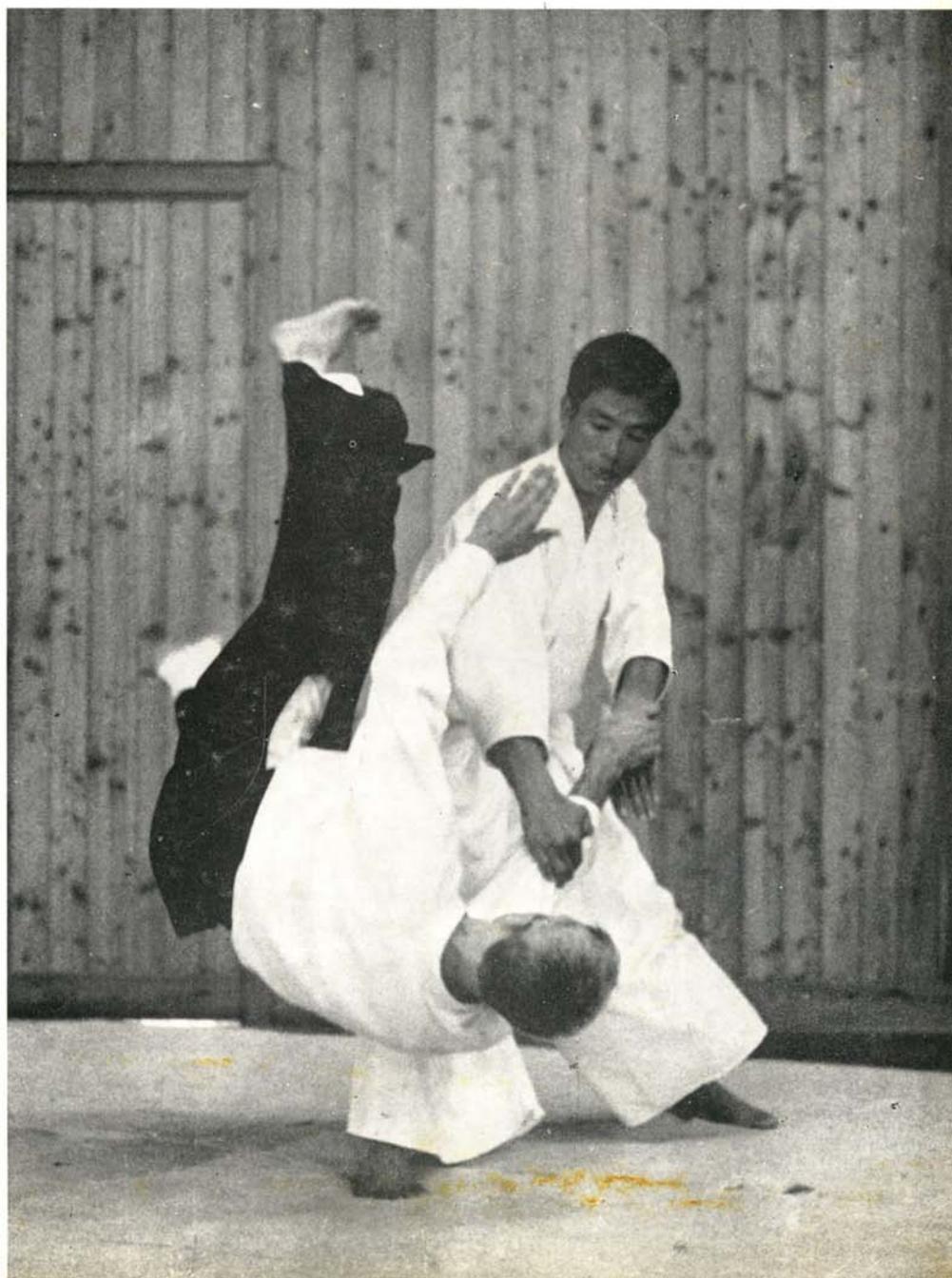


AIKIDO

合気道

PERIODICO TRIMESTRALE
DELL'ASSOCIAZIONE DI
CULTURA TRADIZIONALE
GIAPPONESE — SEZIONE
AIKIKAI D'ITALIA
(Accademia Nazionale
Italiana di Aikido)
ANNO II — NUMERO 1
Marzo 1973 — L. 500
(Sped. Abb. Post. Gr. IV)



AIKIDO ANNO II — N. 1

MARZO 1973

Editore:
Associazione di Cultura Tradizionale
Giapponese - Sezione

AIKIKAI D'ITALIA
(Accademia Nazionale Italiana
di Aikido)

☆

Direttore Responsabile:
Aurelio Tommaso Prete

☆

Direzione Redazione:
Roma - Via Eleniana, 2

Tip. Art. Colasanti & Rosselli - Roma

Abbonam. annuo ordinario L. 1.800
Abbonam. annuo sostenitore L. 4.000

☆

Una copia L. 500
Numeri arretrati L. 800
Abbonamento Estero L. 3.500

☆

Gli abbonamenti si effettuano tramite
vaglia postale intestato a:

Rivista « AIKIDO »
Roma - Via Eleniana, 2

☆

Autorizzazione Trib. di Roma N. 14332
del 29 gennaio 1972



SOMMARIO

- Pag. 2 Editoriale
- » 4 Incontro con il Maestro Fujimoto
- » 7 Storia del Maestro Morihei Ueshiba
- » 10 La circolazione del sangue
- » 15 Shinto - La via degli Dei
- » 18 Corrispondenza e divagazioni
- » 21 Haru Onoda
- » 22 Attività dell'Aikikai d'Italia
- » 25 Recensioni
- » 26 Raduni di Aikido in Europa
- » 27 Manifestazioni culturali a cura dell'Istituto Noro
- » 28 Notiziario di redazione

Nell'Aikido è necessaria una mente che è al servizio della pace per tutti gli esseri umani del mondo e non la mente di chi desidera essere forte e pratica soltanto per far cadere gli avversari.

MORIHEI UESHIBA

editoriale

Una delle rubriche maggiormente seguite dai lettori di riviste è quella relativa alla corrispondenza. Corrispondenza generica sulle riviste a carattere informativo; corrispondenza specifica sulle riviste a indirizzo specializzato.

C'è sempre qualcuno che affronta argomenti di un qualche interesse, argomenti cui la redazione cerca di rispondere in modo per quanto possibile esauriente. Forse l'unica rivista che fa eccezione a questa regola è proprio "Aikido".

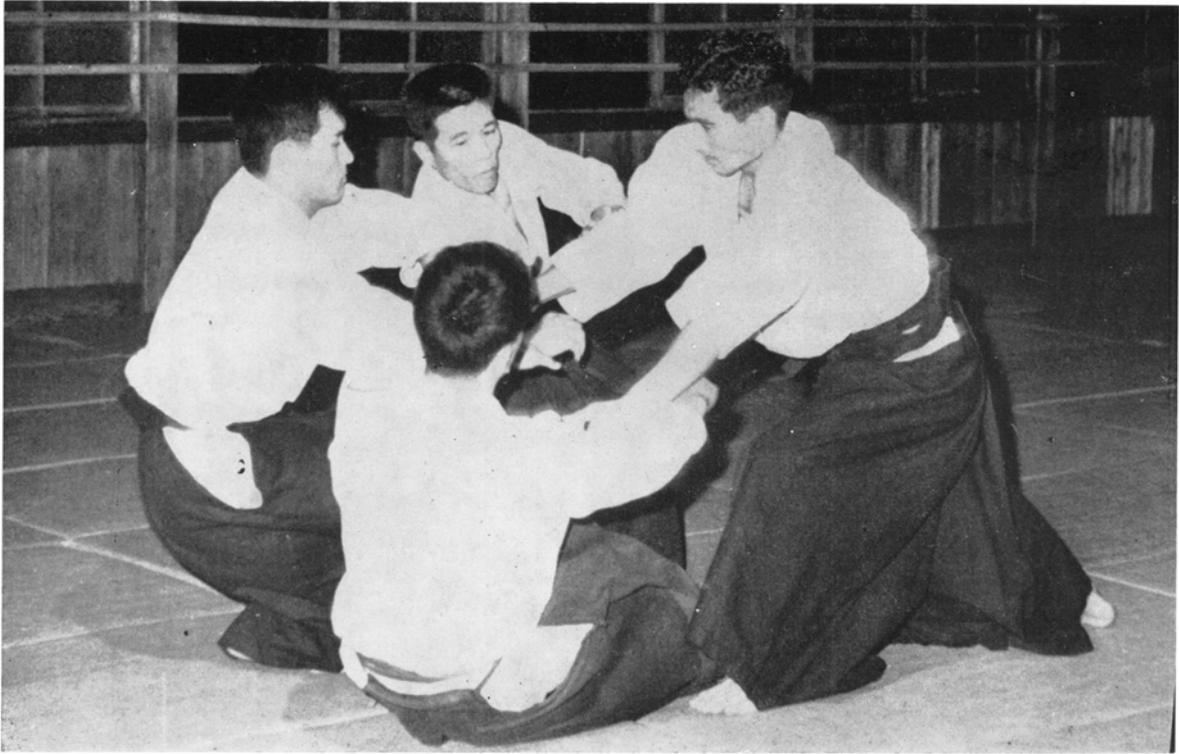
Non che non siano giunte in redazione lettere di lettori (per la precisione, due!), una firmata "Hata Yoga" e l'altra anonima, tutte due da Torino ed evidentemente della stessa mano, nelle quali è detto testualmente fra varie sgrammaticature, che coloro che praticano una disciplina giapponese sono dei "plagiari" che dovrebbero andare in qualche palestra ove si pratica l'Hata Yoga che non è giapponese ma indiano (sic!) per vedere cosa sia spiritualità e avanti di questo passo.

Un po' poco per aprire una rubrica di corrispondenza, a parte che, naturalmente, chi dice sciocchezze per il solo gusto di dirle e non ha il coraggio civile di firmare i propri aborti, non ha diritto ad alcuna risposta.

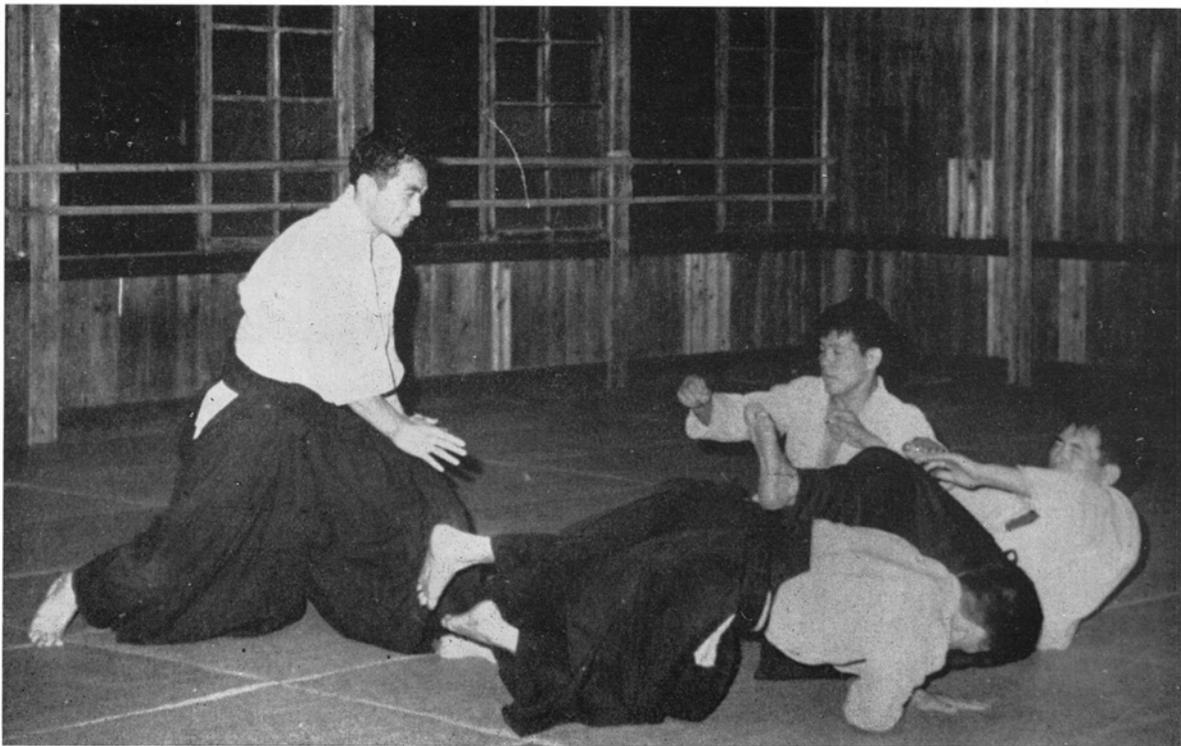
Questa mancanza di contatti personali fra la Rivista ed i suoi lettori è sintomatica di una mentalità che si è evidentemente andata formando per ragioni abbastanza facilmente individuabili.

"Aikido" non è stata accolta come un organo di informazione e di approfondimento tecnico e culturale nell'ambito della nostra attività e quindi come una palestra di idee aperta a tutti, come il portavoce di chi abbia qualcosa di buono da dire, ma come l'organo ufficiale dell'Aikikai d'Italia che, a sua volta, non è generalmente concepito come un'organizzazione intesa a salvaguardare l'insegnamento dei Maestri, organizzando attorno ad essi quell'edificio giuridico ed amministrativo che soli possono garantire una stabilità ed una continuità nella diffusione della nostra Arte e nell'apprendimento di quei principi morali e spirituali che ne formano la base ed il trampolino di lancio. Con questo non si vuole pretendere dai nostri lettori una valanga di lettere ma piuttosto una più vitale collaborazione, in particolare dai responsabili periferici i quali molto possono dire (basti vedere quanto è stato scritto nel numero 3 della rivista relativamente al Museo Chiossone di Genova, dovuto all'interessamento ed alla fattiva collaborazione degli allievi genovesi), una più viva presenza di ogni Dojo sulle pagine della rivista che, sia ben chiaro, non è e non deve essere un'esclusiva del "gruppo Roma" ma che è, nei fini dei redattori e nella volontà dell'Aikikai d'Italia, la rivista di tutti coloro che amano l'Aikido, e al cui miglioramento qualitativo tutti sono invitati.

G. G.



Il numero degli avversari non conta: ciò che importa nell'Aikido è la realizzazione spirituale che ne è l'essenza. Allora, al di là della tecnica, un avversario o dieci hanno le stesse possibilità di riuscita



Incontro con il Maestro Fujimoto

Quando incontrai per la prima volta il Maestro Fujimoto a Desenzano del Garda in occasione del Raduno Internazionale estivo del 1971, ebbi subito la sensazione di stringere la mano ad un vecchio amico; sensazione rinnovata poi ad ogni nuovo incontro, tale è la simpatia e l'umanità che egli sprigiona, apertamente, senza riserve. Né vi è il pericolo che in sua presenza la conversazione languisca o cada nel banale: c'è sempre un argomento interessante e nuovo su cui soffermarsi, sempre una risposta arguta ed esauriente ad ogni domanda sull'Aikido, sul Giappone o su argomenti di carattere personale.

Nato a Tokio il 26 marzo del 1948, quarto di cinque figli, fin da piccolo è iniziato dal padre, 8° Dan di Kendo, alla dura disciplina di quest'arte.

La sveglia antelucana prelude ad una passeggiata sino al Dojo della Polizia ove il padre è istruttore ed alla pratica coscienziosa della shinai di bambù, prima di correre a scuola.

Poi la folgorazione: con qualche amico si reca al Hombu Dojo. Guarda esterrefatto i grandi Maestri all'opera, poi fila a casa con quanto fiato ha in gola, per tornare subito con keikogi e danaro ad iscriversi ed a praticare la sua prima lezione di Aikido.

E' Shodan a poco più di 14 anni e già Sandan nel 1969 a soli 21 anni.

Accetta di recarsi in Italia per coadiuvare il Prof. Tada nell'insegnamento e nella diffusione dell'Aikido come « Inviato » dell'Aikikai del Giappone presso l'Aikikai d'Italia.

Ottenute le necessarie autorizzazioni ammirazione e reverenza dei suoi Maestri

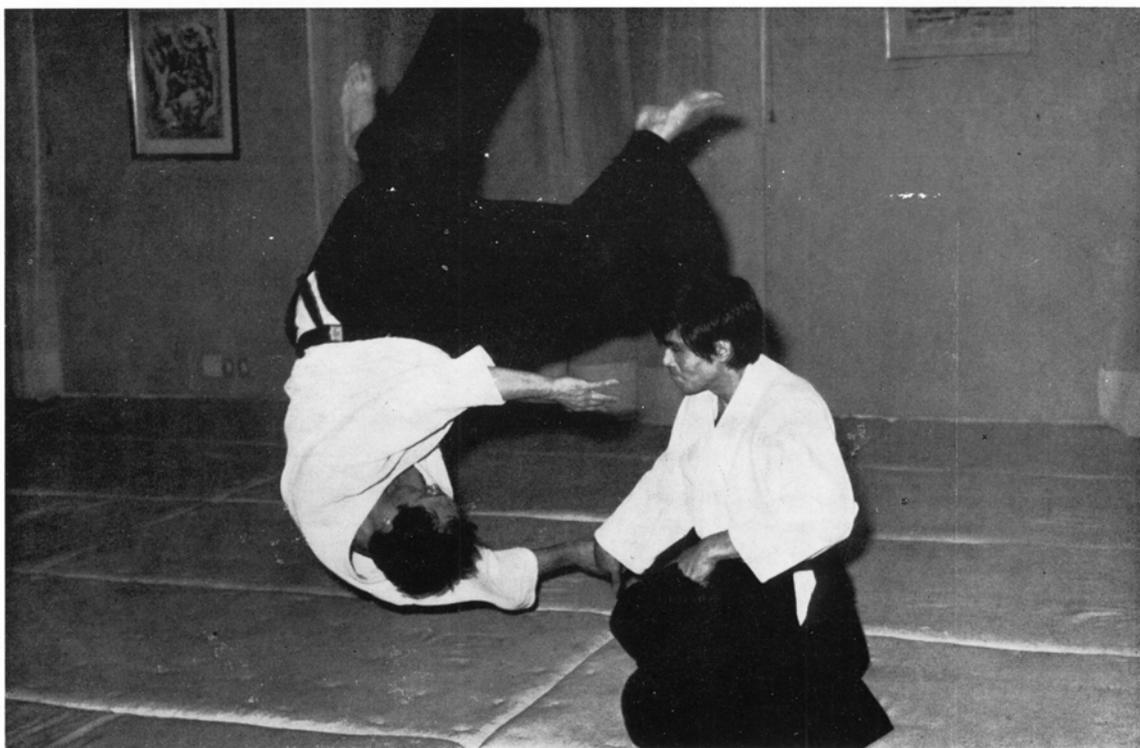
ma ed insegna praticamente dappertutto, nel tentativo di accontentare le richieste degli ormai numerosissimi Dojo (basta leggere la rubrica « Notiziario di redazione » per rendersi conto delle città e dei Dojo che visita periodicamente).

Spesso il Maestro Fujimoto parla con ammirazione e reverenza dei suoi Maestri ma io ho scoperto che per lui (a parte O-Sensei che giganteggia su tutti nel cuore di chiunque l'abbia potuto conoscere), un posto particolare è occupato dal Maestro Osawa, 9° Dan.

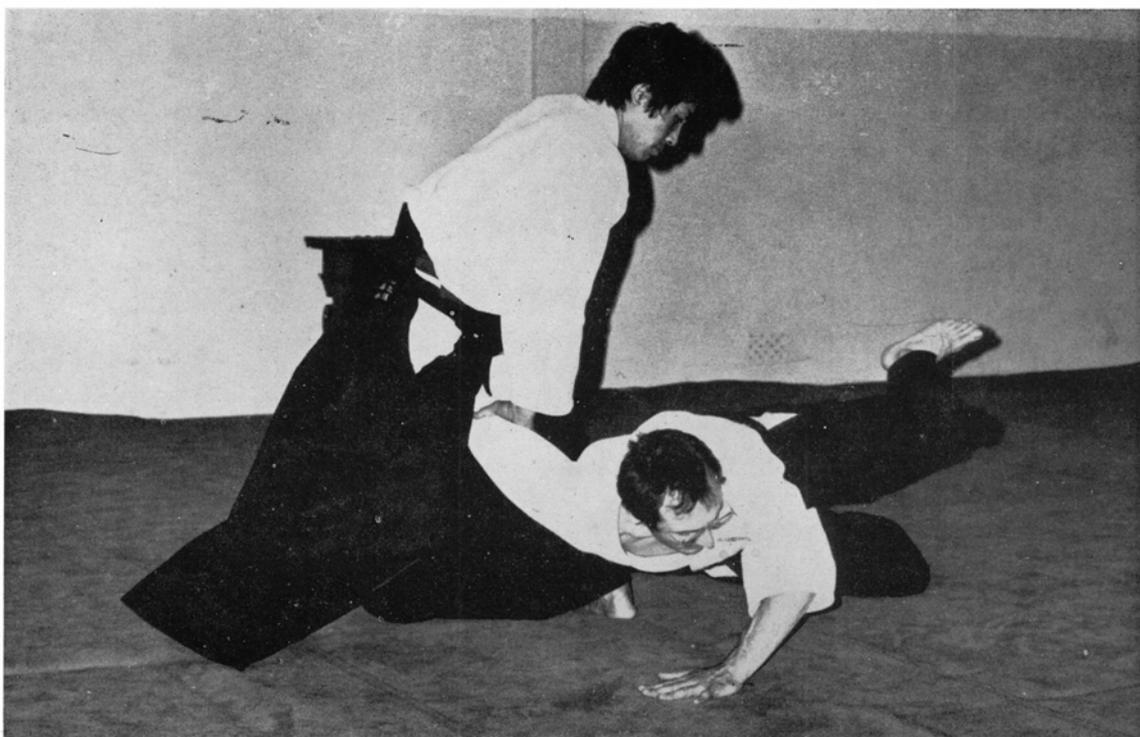
Voglio chiudere questa breve presentazione ringraziando a nome dell'Aikikai d'Italia il Maestro Yoji Fujimoto per la sua opera instancabile di diffusione nel nostro Paese di questo dono dello spirito giapponese all'umanità che è l'Aikido.

Silvio Giannelli

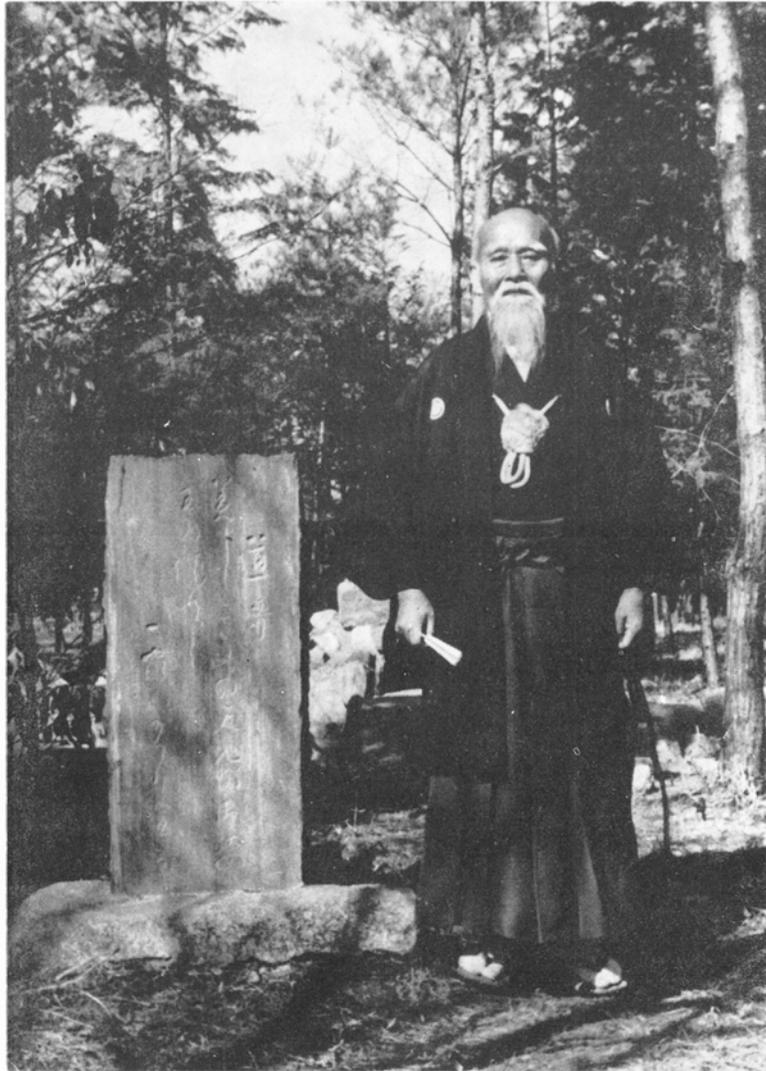




Il Maestro Fujimoto durante una recente manifestazione a Torino tenuta presso l'Istituto Bancario S. Paolo



Il Maestro Fujimoto in azione durante un Raduno da lui presieduto a Roma



Storia del Maestro Morihei Ueshiba

(Dal libro "Aikido" del figlio Kisshomaru)

Edito da Hozansha Pub. Co.

- PARTE IV -

Dall'Aikijitsu all'Aikido.

Quando abbiamo trattato il capitolo « Settant'anni di studio del Maestro », abbiamo detto che ebbe un profondo interesse per il Budo fin da quando era giovane e che era dotato di grande abilità. Poi ci fu il suo pellegrinaggio attraverso il mondo del Ju-Jitsu nel mezzo dell'era Meiji (periodo dal 1868 al 1912).

Durante tale periodo egli si dedicò agli studi della scherma ed ai problemi religiosi. Poi, alla fine, la verità esplose in lui. Il Budo cui egli pervenne attraverso la propria esperienza fu da lui chiamato Aikido.

Se riguardiamo gli scritti e le pergamene del passato, in uno scarso numero di casi possiamo incontrare i termini «una tecnica di Aiki» oppure « proiezione di Aiki ». Ma le spiegazioni che ne vengono date sono astratte e pressapoco del seguente tenore: « non essere Aiki-ato dall'avversario » (ove la frase ha il significato di non essere avvolto nell'armonia spirituale dell'avversario). La frase rimane del tutto ambigua sia che si comprenda o meno il vero significato della parola.

Il Maestro chiarì la superiore via dell'Aikido in qualità di appartenente alla società del Budo, una società i cui membri tendono semplicemente a mettere in rilievo le tecniche e la forza.

Egli asserisce: « La via del Budo è il far proprio il cuore dell'Universo e compiere la propria missione d'amore e di protezione di tutti gli esseri con spirito eccelso. Le tecniche del Budo sono solo un mezzo per raggiungere questo fine ».

Avendo il Maestro studiato il Budo in modo completo ed acquisito la sua essenza attraverso la propria lotta interiore, dapprima si pose una meta di guida spirituale sopra ogni cosa e poi, nella « Corrente dello Spirito » fuse le tecniche dell'Aikido, dando vita ad una branca del Budo giapponese altamente tecnica e spirituale in seno alla società degli uomini.

Il Maestro è il primo che chiaramente abbia additato il mondo dell'Aiki e che ne abbia rivelato il vero scopo.

Dal Jitsu al Do (dalla tecnica alla via), ecco

la strada per essere diretti in ogni momento verso la meta posta dal Maestro.

Sviluppo dell'Aikido - Giorni laboriosi ad Ayabe.

Quando il Maestro viveva ad Ayabe, Wanisaburo Deguchi faceva sapere a tutti quelli che incontrava che vicino a lui c'era il chiarore di un grande guerriero. Per questo, probabilmente, varia gente gli andò a far visita. Il vice ammiraglio Masakio Asano fu uno di quelli. L'ammiraglio Asano combinò importanti contatti fra la Marina e il Maestro; e più tardi gli servì da guida quando questi si recò a Tokio.

Hidetaro Kubota, Yutaka Otsuki, Sogetsu Inagaki, Gunzo Oshikawa, Yiochiro Inoue, furono tutti suoi allievi.

Kubota, un 6° Dan di Judo, era studente dell'università di Waseda a quel tempo. Egli era una figura di primo piano nel Judo studentesco e convinse molta gente a praticare l'Aikido, compresi Kenji Tomiki e Nobumi Abe.

Kubota ricorda: « Quando studiavo all'università di Waseda, sentii parlare del Professor Ueshiba dal Ven. Deguchi della religione Omotokyo. Senza attendere che lui potesse rendersene conto, io lo attaccai. Fu lo spirito spregiudicato della mia giovinezza che mi spinse a fare questo. Fui stupefatto della sua forza. Da quel momento, occasionalmente, fui segretario privato del Maestro ».

Da quel periodo in poi le attività del Maestro divennero molto dinamiche. Dopo il ritorno da Kyoto, andò ad Osaka e Kyushu. Egli era costantemente in viaggio per soddisfare i molteplici inviti. In quel periodo non esisteva ancora una palestra fissa.

Il Maestro incontra l'Ammiraglio Takeshita.

C'era uno psicologo di nome Wasaburo Asano che aveva una posizione influente nelle sfere della religione di Deguchi ed era fratello del Vice Ammiraglio Asano. Egli incontrò il Maestro e desiderò di estendere a molti altri la conoscenza del vero valore dell'Aikido. Si consultò con l'Am-

miraglio Isamu Takeshita che era stato suo compagno di classe all'Accademia Navale. L'Ammiraglio che era appassionato del Budo, consigliò al Maestro di andare a Tokio.

I due si incontrarono nella villa di un uomo di affari, Kiyoshi Umeda. Egli aveva lo stesso temperamento del Maestro e ne divenne uno dei più seri sostenitori. Già a quel tempo egli chiese al Maestro di stabilirsi a Tokyo.

Grazie all'interessamento dell'Ammiraglio Takeshita, il conte Gombei Yamamoto ebbe l'opportunità di vedere il Maestro in azione. Egli fu stupefatto dal suo modo di maneggiare la lancia. Questo episodio fu seguito da altri, così la gente di nobile famiglia entrava incessantemente nella sua dimora.

Un corso di 21 giorni venne offerto per quei membri della guardia dell'Imperatore che erano V° dan di Judo o di Kendo, al Palazzo Aoyama.

Una palestra temporanea venne allestita presso la dimora di Ichizaemon Morimura che cominciò ad essere frequentata da gente di varia estrazione.

Trasferimento a Tokyo - Palestra in una casa d'affitto.

La famiglia del Maestro si trasferì da Ayabe a Tokyo nelle vacanze dell'anno 1927. Così presero in affitto una casa di due piani a Sarumachi, Shiba Shirogane per 35 yen al mese.

Kuyoshi Yamamoto, un figlio del conte Gombei e l'Ammiraglio Takeshita lo aiutarono.

La sala di biliardo del principe Shimazu fu restaurata e messa a disposizione come palestra. Da quel periodo le figlie di Takeshita, Shimazu, Yamamoto ed altri cominciarono seriamente l'allenamento.

Nel primo semestre del 1928 il Maestro si trasferì ulteriormente.

Tra gli allievi di quel periodo figurarono Ammiragli e Generali come Takeshita, Eisuke Yamamoto, Sankichi Takahashi, Gengo Momotake, Ban Hasunuma, Nobutake Kondo e gente ben nota nel mondo finanziario e politico.

Iwao Kasahara, il campione di Judo degli studenti, divenne in quel periodo allievo del Maestro.

L'Aikido richiamò l'attenzione del pubblico di Tokio così come fosse apparso un nuovo Budo. Il Maestro fu invitato come professore di Budo all'Accademia Navale. Molti maestri ed allievi dell'Accademia Navale furono suoi allievi. Attori e danzatori famosi, come Kikugoro, vennero per imparare i movimenti del corpo dell'Aikido. Le richieste per divenire studenti di Aikido furono molte.

Tra gli allievi vi fu Yoichiro Inoue che aveva viaggiato con il Maestro fin da piccolo; Takeshi

Nishimi (6° Dan di Judo ed attualmente consulente della branca di Aikido di Nagasaki) che fu il primo studente a Tokyo; Hisao Kamata, Kikuo Kaneko ed altri.

Il numero degli studenti crebbe tanto che divenne impossibile accettarne altri. Egli si spostò ancora a Shiba Takanawa Kuramamachi nel 1929 ma anche quella casa divenne troppo piccola nel giro di un semestre. Alla fine si discusse la possibilità di costruire una sede ed una palestra adeguate. Il Comitato esecutivo fu eletto con celerità. Una bella e grande casa situata sul colle di Mejiro fu scelta come residenza temporanea da usarsi finché non fosse allestita la palestra ufficiale (la palestra del Quartier Generale dello Aikido).

Una visita del Prof. Kano.

Un memorabile evento durante la residenza temporanea in questa casa, fu la visita del Prof. Jigoro Kano, fondatore del Judo, che venne in compagnia del Prof. Nagaoka ed altri membri.

Nessuno era stato ufficialmente inviato dal Kodokan (Quartier Generale del Judo) ma parecchi dei suoi membri di alto grado vennero personalmente a trovare il Maestro Ueshiba.

E' stato detto che Jigoro Kano, vedendo il Maestro in azione, dicesse: « Questo è il Budo ideale ». Egli si espresse in questo modo con i membri del suo seguito: « Per dire la verità, io desidererei ingaggiare Ueshiba nel mio Kodokan; ma egli è pure un maestro per cui ciò non è possibile. Mi piacerebbe perciò mandare qualcuno dei miei allievi a studiare con Ueshiba ».

Non molto tempo dopo, Nagaoka, Jiro Takeda e Minoru Mochizuki (attuale capo della branca di Aikido di Shizuoka), si recarono dal Maestro per studiare l'Aikido. Nagaoka si stancò dopo un breve periodo di studio, per varie ragioni, una delle quali era l'età avanzata. Mochizuki, invece, continuò a concentrarsi nello studio dell'Aikido.

Completamento della palestra del Kobukan.

L'iscrizione di nuovi allievi crebbe gradualmente e l'allenamento divenne così intenso che gli abitanti della proprietà si lamentavano che anche le travi della casa avevano cominciato ad imparare l'Aikido.

La nuova palestra di 80 tatami sita, come tuttora in Ushigome Wakamatsu-cho fu finalmente completata nell'aprile del 1931 e fu chiamata Kobukan. Il Maestro prese severe precauzioni affinché l'Aikido non fosse male usato e volle accettare come nuovi allievi solo coloro il cui carattere fosse prima garantito. Egli non si preoccupò di propagandare i corsi di Aikido che tuttavia crebbero rapidamente.

Infernale palestra di Ushigome e gli allievi.

A quel tempo c'erano 30 o 40 allievi. La maggior parte di loro erano alti gradi di Judo e di Kendo; alcuni di essi pesavano più di 170 libbre. Questi uomini erano talmente pieni di vitalità e così desiderosi di fare molto esercizio duro, che il posto venne chiamato "infernale palestra di Ushigome".

I giovani allievi erano concentrati nei loro studi nel microcosmo della palestra essendo essa isolata dal mondo esterno. Essi erano ambiziosi ed avevano un forte desiderio di imparare i segreti dell'Aikido sotto la guida del Maestro ed ottenere forza psicologica nell'alta via della vita.

I più anziani e bravi erano Inoue e Kamata mentre le nuove figure dominanti erano Hajime Iwata dell'Università di Waseda, Minoru Mochizuki e Aritoshi Murashige che erano inviati dal Kodokan. Essi lavoravano seriamente giorno e notte per dare alla nuova palestra una buona atmosfera. Nonostante la tarda ora essi praticavano sino alle due o alle tre del mattino mentre dovevano alzarsi alle cinque e cominciare a pulire il pavimento. Tra gli studenti che vivevano con il Maestro ed avevano cura di lui, si distinsero Karoru Funabashi e Tsutomu Yukawa. Funabashi, di carattere focoso, era in grado di proiettare nello stesso tempo che maneggiava una lancia. Yukawa, dopo dieci anni di studio dell'Aikido, aveva acquisito una tale potenza che poteva, senza fatica, battere insieme due borse di riso. Essi avevano due caratteri opposti. Questi due uomini, che sono morti da tempo, assistettero sempre il Maestro pubblicamente e privatamente.

Nel periodo tra il 1933 ed il 1935, Shigemi Yonekawa, Rinjiro Shirata, Zensaburo Akazawa e Tsuyoshi Shiota fondarono un gruppo di Aikido. C'erano pure Kenji Tomiki e Tesshin Hoshi che venivano dal Judo. Tomiki studiò col Maestro dal tempo in cui era chiamato "Il Tomiki del Judo Club dell'Università di Waseda".

Egli cominciò ad insegnare Judo nella sua città natale per un certo periodo, dopo aver conseguito il grado necessario; però la sua passione per l'Aikido era irresistibile. Egli rinunciò alla sua professione e ricominciò come studente di Aikido. La sua maniera di studiare fu veramente sincera e continuò fino a che fu nominato titolare di una cattedra presso l'università imperiale mancese. Tesshin Hoshi era un insegnante di Judo nella scuola superiore nella provincia di Kii. Egli fu facilmente controllato con una mano dall'Aikidoka Tsutomu Yukawa, uno dei suoi precedenti allievi alla scuola superiore. Si innamorò dell'Arte che praticò intensamente per due anni. L'eccessiva fiducia in se stesso di Hoshi si rifletté nei due anni di duro studio. Egli deplorò, infatti, di non aver mai potuto essere fra gli uke del Maestro, qualsiasi cosa potesse fare.

Riujiro Shirata, pieno di talento, fu considerato come un prodigio ed ammirato come l'orgoglio del Kobukan. Un piccolo episodio della sua vita può servire ad esprimere il temperamento degli allievi di quell'epoca. Egli batté alla porta del Maestro nel 1933 e studiò per cinque anni fino a che partì per il fronte, nell'esercito. Questi erano i più gloriosi giorni del Kobukan.

Nel 1934, un anno dopo l'inizio dello studio, venne inviato alla branca Okayama dell'Associazione per lo sviluppo del Budo con il suo compagno, pure allievo, Hashimoto. Essi furono scelti per un combattimento con due nativi che millantavano la loro abilità. Shirata rifiutò dicendo che: « Nell'Aikido non c'è competizione: una competizione significherebbe infatti la morte di entrambi. Tra l'altro, il principio base dell'Aikido è il non combattere ». Essi non lo vollero ascoltare ed allora egli si alzò per legittima difesa, proiettò uno di essi e fermò le sue mani. Poi scherzando disse: « Vedi, puoi resistere al mondo della non resistenza »?

C'era un altro allievo che era alto più di 6 piedi ed aveva esperienza nel Sumo professionistico, la lotta tradizionale giapponese. Egli si vantava della sua abilità dicendo di possedere un grande stile: fu immediatamente e senza fatica immobilizzato da Shirata e da quel tempo non parlò più di Budo davanti a lui.

Altri aneddoti ci sarebbero da scrivere sull'argomento, compreso quello del fortissimo Gozo Shiota.

La passione e lo sforzo di tutti creò una tradizione di potenza al Kobukan.

Fondazione delle Agenzie e Branche.

Un veliardo di nome Kyugoro Kuroyanagi, che viveva a Ushigome Kagurazaka, ebbe una profonda impressione del Maestro e restaurò una delle sue case a Fujimidaï trasformandola in palestra, ed affittandola; molta gente poté così usufruire di questo posto confortevole.

Seiji Noma, pubblica autorità e moralista, osservò il modo di vivere del Maestro e l'allenamento simile a quello di un guerriero. Egli rimodernò la sua casa e la diede in prestito al Maestro. Suo figlio Kiyoshiu, che fu il primo allievo del nuovo Dojo, si dedicò ad un duro allenamento. Aveva grande energia ed aveva recentemente vinto il campionato di spada in un torneo in onore dell'Imperatore.

Nel frattempo seri candidati e membri di potenziali associazioni apparvero nella regione di Osaka. Subito si istituì colà un'Agenzia.

Varie altre Agenzie vennero istituite in molti altri posti ed il Maestro fu oltremodo occupato a visitarle tutte al punto che poteva stare per soli 10 o 12 giorni al mese nel quartier generale di Tokyo.

(continua)

LA CIRCOLAZIONE DEL SANGUE

Ogni cellula (1) vivente ha bisogno di essere rifornita di sostanze necessarie al suo nutrimento e nello stesso tempo ha necessità di eliminare i suoi rifiuti.

Nel nostro organismo il compito di portare il nutrimento a tutte le cellule e di asportare i loro rifiuti è assolto dal sangue.

Il sangue è un tessuto (2) a vasta sostanza liquida intercellulare la cui parte corpuscolare è rappresentata dai:

a) globuli rossi od emazie che nell'uomo e nei mammiferi sono privi di nucleo, hanno forma di lente biconcava e se osservati al microscopio appena estratti dai vasi, si dispongono come rotoli di monete. Il loro diametro è 7-8 micron (3) e nell'uomo se ne contano in media 5 milioni per mm^3 di sangue (un po' meno nella donna: $4.500.000/\text{mm}^3$).

I globuli rossi contengono emoglobina (4), grazie alla quale provvedono, all'altezza degli alveoli polmonari ed all'altezza dei tessuti periferici, allo scambio tra ossigeno ed anidride carbonica.

Le emazie vivono in media 80-100 giorni, vengono formati nel midollo osseo (cosidetto rosso) e vengono, dopo la loro morte distrutti per lo più nel fegato e nella milza;

b) globuli bianchi = il loro numero normale si aggira tra i 6 e gli 8 mila per mm^3 per ambo i sessi; si distinguono a seconda delle caratteristiche del nucleo e del citoplasma in mononucleati (5) e polinucleati ed ancora in: neutrofili, eosinofili, basofili (6), linfociti e monociti.

La funzione dei globuli bianchi o leucociti è quella di provvedere alla eliminazione di germi o loro prodotti e di scorie nocive eventualmente entrati in circoli e di circoscrivere ed eliminare i processi infiammatori in ogni parte del corpo; oltre a ciò hanno altre delicate funzioni. Vengono formati, oltre che dal midollo osseo rosso, anche dai noduli e gangli linfatici, dalla milza, dal timo ecc.

c) Piastrine (7) = piccoli corpuscoli contenuti in media in numero di 200-300 mila per mm^3 ed intervengono nel processo di coagulazione del sangue.

Gli elementi corpuscolari del sangue occupano circa il 45% del suo volume totale. Dicesi plasma il sangue privato dai globuli che è in condizione di coagulare grazie alla presenza di fibrinogeno, generatore di fibrina che è uno dei fattori della coagulazione del sangue.

Dicesi siero il plasma privato dal fibrinogeno, non più in condizioni di coagulare; il siero contiene albumine, globuline, elettroliti, vitamine, ormoni, sostanze nutritive, acqua ecc.

Un individuo di 70 kg. possiede in media circa 6 litri di sangue.

Coagulazione del sangue = Il sangue estratto dai vasi si rapprende in una massa gelatinosa che va man mano restringendosi formando una massa solida, rossa, che è il coagulo, spremendo fuori una parte liquida che è il siero.

Il coagulo è costituito da una trama reticolo-filamentosa di fibrina (che proviene dal fibrinogeno) nelle cui maglie sono inglobati gli elementi corpuscolari del sangue.

Il sangue viene portato a tutte le cellule del nostro organismo alle quali cede il nutrimento e ne asporta i rifiuti, attraverso un ricco sistema di vasi che prendono il nome di *arterie*, se lo portano dal centro alla periferia, e *vene* se vanno dalla periferia al centro. Il motore della circolazione è il cuore, organo cavo situato nel me-



1) orecchietta destra; 2) orecchietta sinistra; 3) ventricolo destro; 4) ventricolo sinistro; 5) arteria aorta; 6) arteria polmonare; 7) vena cava discendente; 8) vena cava ascendente.

diastino (8), tra i due polmoni, adagiato sopra il diaframma (9), ha forma conica, con la punta rivolta verso il basso un po' spostata a sinistra; il suo volume corrisponde per lo più a quello del pugno della persona a cui appartiene.

Il cuore è costituito da fibre muscolari striate (10), è avvolto da una membrana sierosa, il pericardio, costituita da due foglietti: uno viscerale che tappezza intimamente il viscere ed una parietale; tra i foglietti si trova un liquido sieroso (liquido pericardico) che facilita lo scorrere dell'uno sull'altro durante i movimenti di dilatazione e contrazione del cuore. Le cavità cardiache sono tappezzate da una membrana endoteliale che prende il nome di endocardio. Le cavità sono 4: due superiori dette orecchiette od atri; due inferiori dette ventricoli. Le cavità destre non comunicano, nell'individuo normale, con le corrispondenti sinistre; ma le cavità superiori comunicano con le inferiori mediante due aperture dette ostii che sono provvisti di una valvola che permette il flusso del sangue dall'atrio al ventricolo ed impedisce il flusso in senso contrario. La valvola atrio-ventricolare destra è costituita da 3 lembi per cui viene chiamata tricuspide; la sinistra ne ha due e si chiama bicuspide o mitrale (11); tali cuspidi si inseriscono sopra alcuni rilievi della superficie interna dei ventricoli dette papille mediante robusti filamenti fibrosi (corde tendinee).

All'imbocco dei ventricoli con i tronchi arteriosi si notano altre valvole dette sigmoidee con la superficie convessa rivolta verso i ventricoli che impediscono il flusso del sangue tra l'arteria ed il ventricolo, mentre non si oppongono a quello dal ventricolo all'arteria.

Arterie e vene

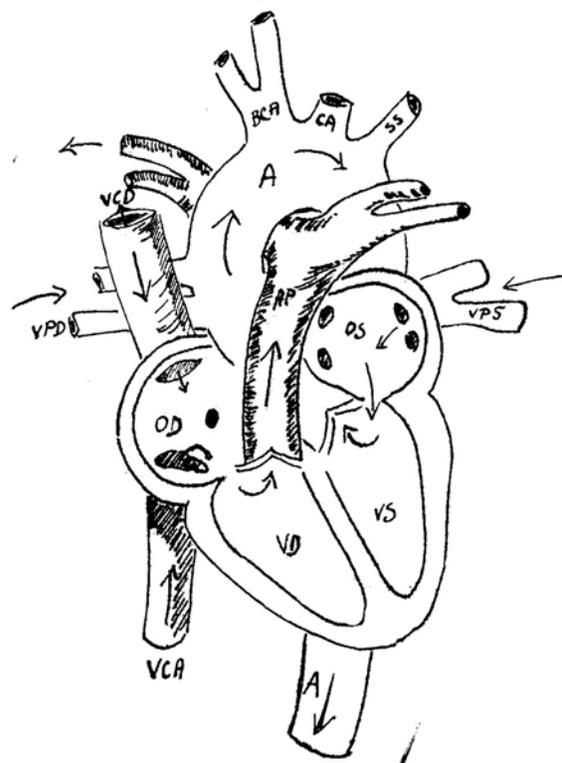
Le arterie sono quei canali o vasi che portano il sangue dal cuore ai tessuti periferici, sono provviste di tre tuniche o membrane: una esterna connettivale (12), una media muscolare ricca di fibre muscolari lisce e di fibre elastiche, una interna, detta intima, endoteliale (13). Le arterie sono elastiche, contrattili e resistenti; se si recide un vaso arterioso il sangue fuoriesce da esso con forza ed al ritmo dei battiti del cuore.

Le vene sono i vasi che riportano il sangue al cuore; anch'esse sono composte di tre tuniche di cui la media è meno sviluppata e meno elastica che non nelle arterie ed il loro lume è più ampio in rapporto alla parete. Se le vene vengono recise si afflosciano mentre le arterie si accartocciano. Le principali vene sono dotate, a livello del loro endotelio, di speciali formazioni valvolari dette nidi di rondine con concavità rivolta verso il cuore, disposizione questa che si oppone a che il sangue refluisca causa la diminuita pressione con cui sale verso il cuore.

Sia le arterie che le vene si dividono in vasi di grosso, medio e piccolo calibro in rapporto all'ampiezza del loro lume.

Le arterie e le vene si suddividono, infatti,

ramificandosi in canali sempre più piccoli che a livello dei singoli tessuti si sfoccano in una fitissima rete di vasellini capillari (perché sottili



A) aorta - od) orecchietta destra - vd) ventricolo destro - os) orecchietta sinistra - vs) ventricolo sinistro - vca) vena cava ascendente - vcd) vena cava discendente - AP) arteria polmonare - vps) vena polmonare sinistra - vpd) vena polmonare destra - BCA) tronco brachiocefalico dell'aorta - CA) catotide - ss) succlavia sinistra.

come capelli) che sono ridotti alla sola intima; in essi il sangue scorre più lentamente e provvede alla sua funzione di scambio.

Il cuore è l'organo centrale propulsore e re-



Vena con valvole a nido di rondine.

golatore della circolazione: i suoi movimenti sono di sistole o contrazione e di diastole o dilatazione; si ha una sistole ed una diastole delle orecchiette ed una sistole ed una diastole dei ventricoli. Il sangue, entrato negli atri, viene da questi spinto nei ventricoli che sono in diastole; segue la sistole dei ventricoli ed il sangue spinge i lembi delle valvole atrio-ventricolari chiudendoli, impedendo così che avvenga il reflusso tra il ventricolo ed il rispettivo atrio; le valvole sigmoidee (che separano i ventricoli dai tronchi arteriosi e che sono ancora chiuse) per l'aumento della pressione interna del sangue endo ventricolare si aprono permettendo il flusso del contenuto ventricolare nel grosso vaso corrispondente. Quando i ventricoli sono in contrazione le orecchiette sono in diastole e nuovo sangue entra in esse dalle vene aumentando la pressione endo arteriale che quando supera quella dei sottostanti ventricoli (che intanto si sono svuotati del loro contenuto e le valvole sigmoidee si sono di nuovo chiuse) le valvole atrio-ventricolari si riaprono ed il sangue passa dalla orecchietta ai ventricoli ricominciando il ciclo.

Mettendo l'orecchio sulla regione cardiaca si avvertono due suoni: il primo più cupo e più lungo coincide con la sistole ventricolare ed è dovuto alla chiusura delle valvole atrio-ventricolari e, dopo una breve pausa, il secondo più chiaro e più breve cui segue un intervallo più lungo, è dovuto alla chiusura delle valvole sigmoidee. (14).

In un individuo normale la frequenza delle pulsazioni cardiache è di circa 70 al minuto.

Il cuore possiede in se stesso i centri motori automatici del suo funzionamento (15) ed è regolato, a seconda del bisogno, dal sistema vegetativo nel senso di un'accelerazione (simpatico) e di una diminuzione della frequenza (vago). (16)

Dal ventricolo sinistro il sangue viene spinto nella più grande arteria del corpo, l'arteria aorta, la quale descrive un arco (arco aortico) dalla cui sommità si dipartono tre principali tronchi:

a) il tronco brachiocefalico che dividendosi in due rami, la succlavia destra e la carotide de-

stra, porta il sangue al braccio destro ed alla metà destra del capo;

b) la carotide sinistra per la parte sinistra del capo;

c) la succlavia sinistra per il braccio sinistro.

Dopo aver descritto il suo arco, l'aorta si dirige in basso, attraversa il torace e l'addome fino alla regione iliaca dove si biforca nelle arterie iliache destra e sinistra che portano il sangue agli arti inferiori.

Durante il loro decorso le arterie si ramificano e portano il sangue in ogni parte del corpo, sfocciandosi in vasi capillari all'altezza dei singoli tessuti ai quali il sangue cede ossigeno e sostanze nutritive e ne riceve in cambio anidride carbonica e sostanze di rifiuto. Avvenuto lo scambio, il capillare arterioso si continua in quello venoso ed, attraverso le vene che decorrono di solito parallele alle rispettive arterie, il sangue viene convogliato nelle due maggiori vene dell'organismo che sono la cava ascendente che riceve il sangue reflusso dagli arti inferiori, dall'addome e dal torace e la vena cava discendente che riceve il sangue proveniente dal capo e dagli arti superiori. La tappa delle vene è l'orecchietta di destra da cui il sangue passa nel ventricolo destro che lo spinge nell'arteria polmonare che lo porta ai polmoni.

All'altezza degli alveoli polmonari, il sangue cede all'aria alveolare anidride carbonica e sostanze di rifiuto ricevendone in cambio ossigeno (ed energia vitale). Dai polmoni il sangue rigenerato giunge, attraverso le vene polmonari (sono quattro) all'orecchietta sinistra indi al ventricolo sinistro e ricomincia a circolare.

Ogni 30 pulsazioni, circa, tutto il sangue fa il giro del corpo. Il sangue non circola solo per l'impulso del cuore, ma anche per l'elasticità delle pareti arteriose che dopo essersi dilatate ritornano al loro primitivo calibro.

Il lavoro giornaliero del cuore è considerevole. Si calcola, infatti, che corrisponde — nelle 24 ore — a circa 16.000 Kilogrammetri che sarebbe come lanciare 100 Kg. a 160 metri di altezza.

Dr. FRANCESCO LUSVARDI

Note

(1) Si intende per cellula la più semplice forma vivente capace di compiere le 5 funzioni della vita (nascere, nutrirsi, svilupparsi, riprodursi e morire). Ogni cellula, salvo rare eccezioni, possiede una membrana cellulare, un citoplasma ed un nucleo.

(2) L'unione organizzata di più cellule della stessa specie ed aventi la stessa funzione, dicesi tessuto.

(3) Micron corrisponde ad un millesimo di millimetro.

(4) Emoglobina + ossigeno = ossiemoglobina; emoglobina + anidride carbonica = carbossemoglobina.

Il colore rosso del sangue è dato dall'emoglobina la quale si combina in modo assai labile e con l'ossigeno e con l'anidride carbonica, mentre con l'ossido di carbonio il legame è molto stabile: si calcola che occorrono 300 molecole di ossigeno per spostare una molecola di ossido di carbonio dall'emoglobina.

(5) Sono mononucleati i linfociti ed i monociti. Sono polinucleati i leucociti, neutrofilo, eosinofilo e basofilo.

(6) Tale distinzione è dovuta dalla diversa affinità per certi coloranti dei granuli contenuti nel citoplasma dei polinucleati. I leucociti in genere hanno un diametro tra i sei micron (piccoli linfociti) ed i 20 micron circa

dei grandi monociti; sono dotati di movimenti ameboidi perché ricordano quelli delle amebe; essi possono così spostarsi nel sangue e migrare attraverso le pareti dei vasi ed inglobare batteri e sostanze tossiche.

7) Corpuscoli rotondi del diametro di 2-3 micron.

8) Imediastino è una cavità posta nel torace limitata anteriormente dallo sterno, posteriormente dalla colonna vertebrale, lateralmente dalle facce mediali dei polmoni, in basso dal diaframma, in alto dal collo.

9) Diaframma = muscolo respiratorio che divide la cavità toracica da quella addominale.

10) Le fibre muscolari si dividono in:

- a) striate o volontarie
- b) lisce od involontarie

a seconda che presentino o no una striatura apprezzabile al microscopio.

Il cuore è un muscolo striato ma involontario.

11) Perché ricorda la forma della mitra del vescovo.

12) I tessuti connettivi in genere sono costituiti da cellule sparse in sostanza extracellulare anista e parti filamentose collagene od elastiche.

13) Dicesi endotelio quello strato di cellule che riveste la superficie libera di qualsiasi membrana sierosa o tunica intima delle arterie o vene verso il lume del vaso.

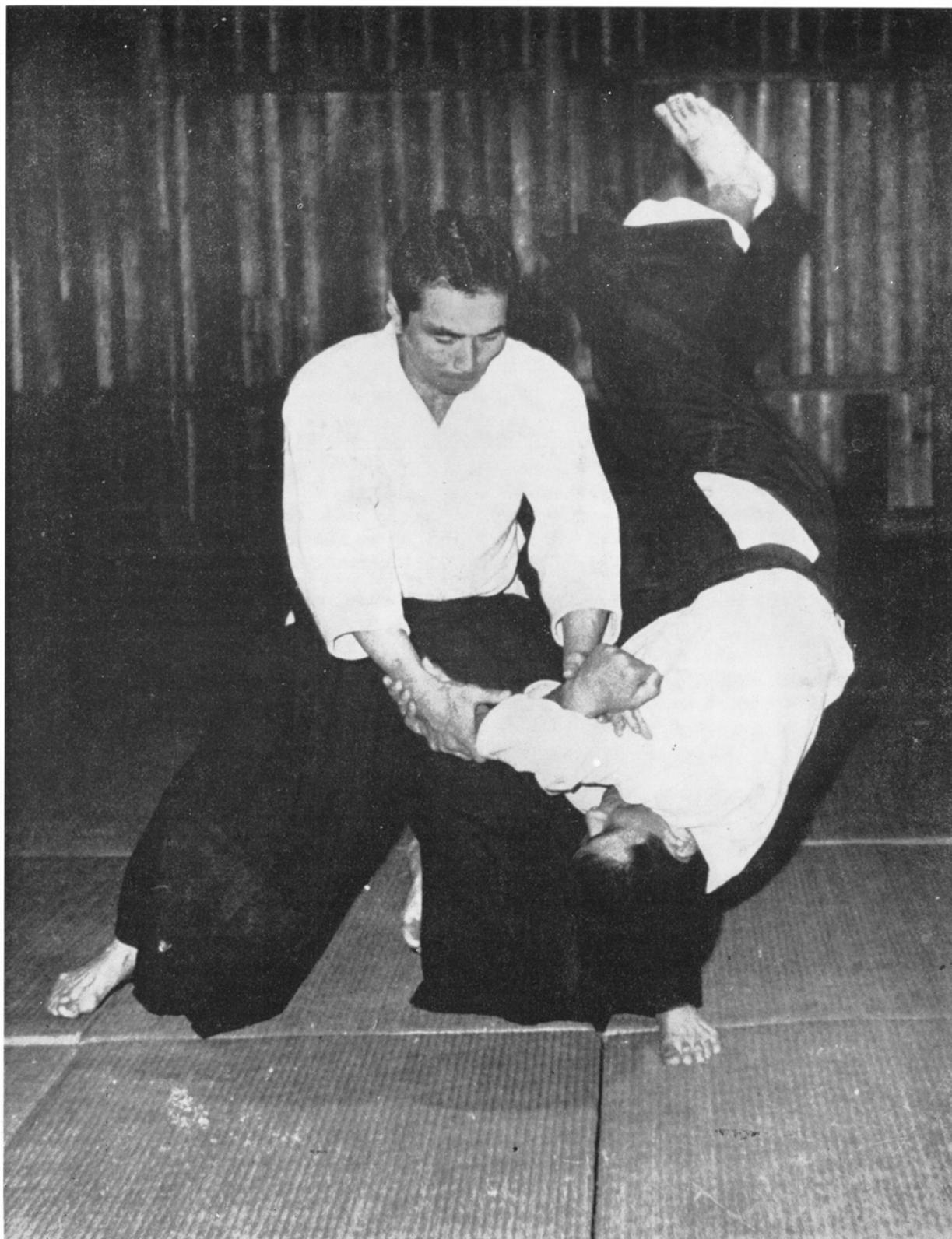
14) Le valvole sono dette sigmoidee perché sono a forma di sigma (« esse » greco).

15) Nelle carni del cuore, sotto l'endocardio esistono i centri nervosi automatici che sono i diretti responsabili dei movimenti e del ritmo dei battiti del cuore; essi sono due: il nodo atrio-ventricolare di Keit e Flach ed il nodo di Tawara.

16) Il simpatico ed il parasimpatico (vago) sono le due sezioni del sistema neurovegetativo che nel normale agiscono in antitesi ma in armonia.



Una bella proiezione dei Maestro Tada (Uke il Maestro Asai, 6. Dan).



Juji Garami del Maestro Tada. Uke è il Maestro Masatcmi Ikeda, 5. Dan.

SHINTO

la via degli Dei

L'aspetto più caratteristico della spiritualità giapponese è rappresentato senza dubbio dallo Shinto, religione autoctona del Giappone, di carattere prettamente nazionale, unico esempio nella storia dei popoli civili di sopravvivenza politeistica ed animista. Lo Shinto è una religione della natura, sorta e sviluppata nell'arcipelago, su basi abbastanza evidenti di un più antico culto animista a carattere sciamanico, introdotto in varie ondate di immigrazione da popolazioni di origine mongolico-siberiana, fusi ben presto ad altre forme di credenza, peculiari di quella componente immigratoria presumibilmente malese e sicuramente, comunque, proveniente dal sud del continente asiatico attraverso la Corea e lungo l'arco delle isole Ryu-Kyu.

Certamente anche i popoli Ainu, antichissimi abitanti di razza non mongolica (protoari) delle Isole giapponesi, hanno lasciato la loro traccia nella religione come l'hanno lasciata nella toponomastica, prima di essere respinti sempre più a nord dai nuovi arrivati, più intraprendenti e volitivi, ed essere relegati nella fredda Hokkaido.

Lo Shinto che ne derivò, comunque, è una religione dalle caratteristiche abbastanza unitarie, anche se incentrata principalmente su due distinti cicli mitici, che confermerebbero il suo carattere composito.

Codesti miti, raccolti in corpo unico molto tardivamente nel Kojiki e nel Nihongi, narrano le vicissitudini di una cosmogonia e di una teogonia, per certi versi accostabili a quelle descritte nel Popol Vu dei Maya Quichè centroamericani. Secondo il Kojiki, redatto da Yasumaro nel 712 d.C., la prima triade divina nacque spontaneamente quando cielo e terra ebbero inizio e si consolidarono uscendo dal caos primordiale. Così tutta una serie di altre divinità (Kami in giapponese) note come le sette generazioni divine, sino alla coppia dei divini generatori Izanagi ed Izanami, dai quali ebbero origine, più o meno direttamente, oltre alle isole del Giappone sgocciolate dalla punta della spada ingemmata conferita per mandato divino, da

essi immersa nel mare fangoso, uno stuolo di altre divinità fra cui la grande dea celeste e solare Amaterasu-o-mi-kami e suo fratello Susa-no-o, veri protagonisti della mitologia nipponica. Coppia antagonista in quanto Susa-no-o è divinità della tempesta e della distruzione e signore del regno dei morti, in contrapposizione alla benefica sorella maggiore.

Su queste due divinità sono incentrati i cicli mitici più importanti e significativi, sino al sorgere della dinastia imperiale, direttamente discendente dalla grande dea Amaterasu, con Jimmu Tenno, primo imperatore protostorico del Sol Levante, da cui discendono tutti i successivi imperatori sino ad oggi in una linea di successione ininterrotta per oltre duemila anni. Da Amaterasu derivarono anche alla dinastia imperiale i tre simboli del potere divino sulla terra: lo specchio, la spada e la collana dal gioiello di forma particolare e simbolica detto magatama.

Per il popolo giapponese, dunque, la figura dell'imperatore è sempre stata una figura divina, il simbolo vivente della divinità sulla terra; supremo sacerdote e tramite fra la Nazione e gli Dei, la cui venerazione, pur nelle vicissitudini spesso caotiche della storia, non è venuta mai meno da venti secoli ad oggi.

Lo Shinto è stato spesso e con buona ragione chiamato religione del culto degli antenati ed infatti, con ogni probabilità, gli stessi Kami furono in gran parte antenati divinizzati con il trascorrere del tempo: i miti relativi rispecchiano, a leggere fra le righe, le lotte che le popolazioni di Yamato e di Izumo intrapresero per la supremazia territoriale e religiosa e per l'unificazione del Paese.

Il credo religioso dello Shinto è, dunque, una profonda fede nella divinità della stirpe imperiale e del popolo nipponico, che si estrinseca in una forma di lealismo assoluto agli ideali nazionali ed in una dedizione totale ad essi; cose che spiegano, tutto sommato, certe forme di comportamento dei giapponesi, singolarmente e collettivamente.

E' importante chiarire in questa breve esposizione che il politeismo shintoista non è che apparente in quanto, come accade per il Sanatana Dharma o Induismo, i vari Kami non sono altro che manifestazioni dell'Uno, della divinità come tale. Non di un Dio personale quale è configurato nell'Antico Testamento ma dell'essenza divina che tutto abbraccia, che tutto compenetra ed in cui tutte le cose sono.

Due concetti basilari, inoltre, per la comprensione dello Shinto, sono quelli relativi alla purificazione ed al rinnovamento.

Il peccato, quale noi lo concepiamo, è praticamente sconosciuto ai Giapponesi in genere. Ad esso si sostituisce l'idea di contaminazione.

E' contaminato tutto ciò che non segue le leggi della natura, che ad esse non si adegua perfettamente. Da ciò la necessità della purificazione che si attua attraverso riti esorcizzanti e formule antichissime che sono, in definitiva, l'attività principale dei preti shintoisti.

Dalla purificazione consegue il rinnovamento; così ne parla un autore giapponese. (*)

"Liberato in ogni momento dalla contaminazione (non è mai questione di peccato) il giapponese rinasce ad ogni istante per votarsi all'azione. Ciò che qui è realmente in gioco non è né un'interruzione né una continuità del divino ma la sua continuità nell'interruzione. Questo tipo di sacro in Giappone sgorga da un vuoto di spazio e di tempo, il MA, che solo può legarsi a tutte le cose, suscitando così la comunione, il WA. Da ciò il significato del rinnovamento del tempio e del pilastro — ombelico (**), essendo entrambi l'ultimo mezzo di questa sacralizzazione.

E' nel vuoto che sgorga la luce. Così è la scintilla del fabbro che batte sulla spada giapponese, il grido acuto del maestro di arti marziali (dal duello Kendo sino all'Aikido), l'urlo profondo che esce dalla gola del suonatore di tamburo del Nô, infine, la forma senza forma che assume lo spirito giapponese quando vede al di là della morte".

La caratteristica precipua dello Shinto, come appare anche dal brano citato, è assai più di azione che non speculativa, cosa questa che ha favorito il sorgere del codice del Bushido, delle arti marziali in genere e ha concorso in buona misura alla loro spiritualizzazione.

Il contatto con il Buddhismo, l'altra grande religione del Giappone, introdotta attraverso la Corea nel 522, se in un primo momento produsse attriti notevoli, condusse ben presto a vari tentativi di sincretismo, concretizzati in varie sette (ricordiamo Kukai 744-835, fondatore della setta Ryobu-Shinto o Shinto bilaterale) in cui erano accettati i principi di base di entrambe le religioni.

Già nel secolo XV, tuttavia, correnti estremiste nazionaliste, cercarono di isolare il puro Shinto e di ridargli l'antica posizione di preminenza.

All'inizio del secolo in corso, le stesse autorità civili, in parte per valorizzare il patrimonio culturale del Giappone ed esaltare lo spirito nazionalistico della popolazione, compirono sforzi notevoli per ripristinare il puro Shinto che fu elevato al rango di religione nazionale.

Il Buddhismo, profondamente radicato nell'animo del popolo, non fu tuttavia sopraffatto e continuò a vivere accanto allo Shinto, marciando di pari passo.

Attualmente esistono in Giappone numerosi e venerati santuari shintoisti dei quali i più importanti sono i grandi recinti sacri di Ise e di Izumo.

Ise è il principale santuario dedicato alla dea Amaterasu ove è conservato il sacro specchio, suo simbolo precipuo. Inoltre le strutture del santuario vengono smantellate ogni venti anni e ricostruite in maniera identica con il legno proveniente sempre dalla medesima foresta, mantenuta e curata a questo solo scopo.

Izumo, dedicato a O-kuni-nushi, divinità della terra, riveste un particolare carattere e grande importanza per la tradizione e lo studio della protostoria del Giappone, in quanto rappresenta il pegno del trapasso del potere religioso, più ancora che politico, da Izumo a Yamato.

La leggenda vuole che tale trapasso fosse suggellato da un patto per cui il santuario di Izumo avrebbe dovuto essere mantenuto sempre aperto al culto, alla pari con quelli dedicati alle maggiori divinità di Yamato e con la dignità strutturale dei palazzi degli imperatori. Così è stato ed è tuttora da migliaia di anni. Esso rappresenta l'atto conclusivo di un ciclo mitico noto come mito della cessione della terra.

C'è da dire ancora che i Giapponesi frequentano indifferentemente i santuari Shintoisti ed i templi Buddhisti, indipendentemente dalla loro confessione religiosa ufficiale, avendo trovato in sé l'equilibrio e l'elasticità mentale necessari per comprendere che Dio è uno pure nella molteplicità dei nomi e degli aspetti nei quali gli uomini hanno cercato di riconoscerlo e di definirlo.

GIOVANNI GRANONE

(*) Tadao Takemoto: "Spiritualità di uno Specchio" in Atlante dell'Ist. Geografico De Agostini - Novara - Dicembre 1971.

(**) Riferimento al rinnovamento del Santuario di Ise (n.d.r.).



Foto Irene Finey Yamahata

Corrispondenza e divagazioni

La direzione della rivista, per dare concreto avvio all'auspicato dialogo, fatto di corrispondenza e collaborazione con i lettori, mi ha coartato a rispondere, pena il licenziamento in tronco, ad alcune lettere che, sparute ed isolate, erano finora pervenute in redazione. Lettere che peraltro ben poco riguardano questa rubrica e che io non avevo ritenuto di importanza tale da essere trattate in una apposita rubrica di corrispondenza.

1) Rispondo al Sig. « Uguccione da Bagni » (Arezzo), il quale, da buon toscano, lamenta che il nostro collaboratore, dall'aulico pseudonimo di Gaio Costanzo Lentulo, nel suo primo articolo apparso su questa rivista, scriva, per ben tre volte in tre righe, la parola « spirito » e parli, poco dopo, « ... di un livello piuttosto elevato, per elevarsi oltre il quale... ». « E' codesto il culturame promosso dalla vostra associazione? » conclude l'Uguccione.

— Gentilissimo Sig. « da' Bagni », il Lentulo in questione, uno dei nostri migliori collaboratori, residuo di una sorpassata mentalità neo-classica, non essendo avvezzo al lavoro giornalistico e alla *routine* delle bozze di tipografia, ha commesso l'errore di interpolare, all'ultimo momento, alcuni mozzoni di frasi, senza tener conto di quanto già scritto nel testo, dando luogo alle disgustose cacofonie cui Lei fa cenno, seppur senza molta precisione.

Cacofonie che avrebbero fatto arricciare le orecchie a Pietro Bembo e delle quali, dazione. Il Lentulo, in conseguenza è stato condannato a recarsi, in tutta fretta, a Firenze per « risciacquare i suoi panni in Arno ».

2) Rispondo a « Lettore faceto » di Roma.

— Ti ringrazio per le comicissime vignette che ci hai inviato per il prossimo numero di « Spirito del Giappone ».

Debbo purtroppo però chiarirti che la rivista in parola non tratta, come tu sembri credere, di *humour* giapponese, ma di spirito nel senso di tradizioni e di modo di sentire. Non è come tu evidentemente pensavi, una rivista umoristica, ma una rivista a carattere rigorosamente culturale e che perciò non può accogliere le tue pur simpatiche vignette.

Sinceramente spiacente, ti ringrazio tuttavia di cuore, invitandoti ad una forma di collaborazione più consona al tenore della rivista.

3) Rispondo ad « Amico sportivo » di Milano.

— Egregio dottore, La ringrazio per il Suo consiglio di istituire gare di aikido, ma, come già più volte ripetuto in questa rivista e come più diffusamente spiegato nel secondo numero di « Spirito del Giappone », il concetto di agonismo

non si concilia con la natura dell'aikido.

Nello stesso modo, mi sembra inattuabile il Suo suggerimento di organizzare competizioni in tema di Chanoyu o « Cerimonia del te » (idea questa, sia detto a Sua scusante, già peraltro in embrione, audacemente balenata ad uno dei nostri maggiori, in tutti i sensi, esponenti): il contrasto agonistico non si adatterebbe a quella atmosfera armoniosa di ospitalità e di distensione che il Chanoyu tende a raggiungere. Tanto più che Ella non precisa su quale metro competitivo dovrebbero svolgersi le gare. Inoltre la nostra associazione non tratta di « Cerimonia del te », almeno per ora, se non dal punto di vista storico e teorico: Ella potrà meglio interpellare, circa la validità o meno delle Sue proposte, qualche scuola specializzata in materia, preavvisandola però che non possiamo offrirLe alcuna garanzia circa il tenore della risposta.

La sconsiglio infine di scrivere un libro sull'aikido: non dubito minimamente che Ella non sia capace anche di questo, ma correrebbe il rischio di vedersi poi recensito dalla nostra Marisa Costenaro.

* * *

— Molti mi hanno interpellato circa lo scopo e il significato degli pseudonimi usati dai nostri collaboratori. Quanto allo scopo, quello più evidente ed immediato è costituito dal comprensibile desiderio di celarsi, non tanto alla curiosità, quanto alle legittime rimostranze dei lettori. Inoltre è molto fine e fa tanto « Rastignac ».

Quanto al significato spiego subito che,

ad es., Gaio Costanzo Lentulo si firma in tal modo, quasi a dipingere la sua, non certo brillante, personalità: si tratta infatti di un soggetto ridanciano (che, alla maniera dell'oraziano Egnatius, « Renidet usque quaque »). Peraltro Gaio è il nome di un grande giurista romano, per cui il nostro lo ritiene adatto a sé, avendo fatto, per molti anni, l'usciera presso una pretura di provincia. Inoltre il prevenuto si ritiene costante e fermo di carattere nel perseguire i suoi obiettivi in quanto, malgrado i dinieghi e le ripulse, persiste nel chiedere sigarette ed aperitivi ai colleghi di redazione. Lentulo è nome affibbiatogli dagli altri, in quanto i suoi stucchevoli articoli arrivano in tipografia sempre all'ultimo momento.

Io mi firmo « il Calabrone » in quanto vado scegliendo gli argomenti di fiore in fiore e, a volte, pungo. E' destituita di fondamento l'ipotesi di alcuni malevoli, secondo i quali lo pseudonimo di Calabrone starebbe a simboleggiare, per il nero colore dell'insetto, il vuoto della mia mente, nella quale appunto il rumore prodotto dalle aluzze farebbe lo stesso effetto del « ronzo di un'ape dentro un buco vuoto » di pascoliana memoria.

Pipitone e Granone, benché buffi, non sono invece degli pseudonimi, ma soltanto dei rispettabili cognomi di origine sicula. Il Granone, a volte, fa anche uso di pseudonimi onde non farsi riconoscere, ma soltanto, sempre a detta dei malevoli, quando sottoscrive assegni ed effetti cambiari.

Dosvidania

Il Calabrone



Il bronzo qui acquista la plasticità del movimento: ci si aspetta la conclusione di questo bellissimo Irimi-nage con la proiezione consueta.

Haru Onoda

Quando un giorno sarà possibile tracciare una storia dell'Aikido in Italia, un capitolo sarà indubbiamente dedicato a Haru Onoda, pioniera dell'Aikido nel nostro Paese, sin dai tempi in cui l'esistenza di quest'Arte era nota a pochi cultori di arti marziali e di cose giapponesi.

Nata a Tokyo nel 1929 e laureata nella locale Università d'Arte (corso di scultura), viene in Italia per frequentare l'Accademia di Belle Arti di Roma dove studia sotto la guida di Pericle Fazzini mettendosi rapidamente in luce con le sue opere piene di movimento e di armonia.

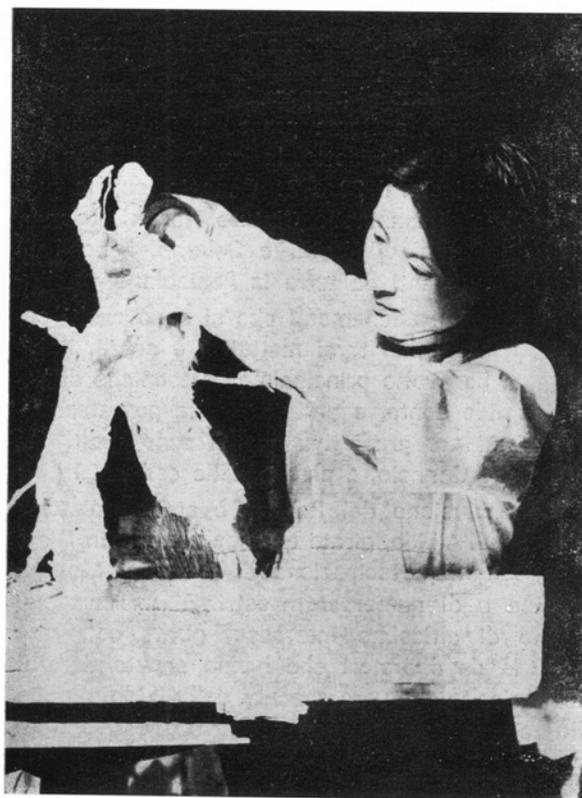
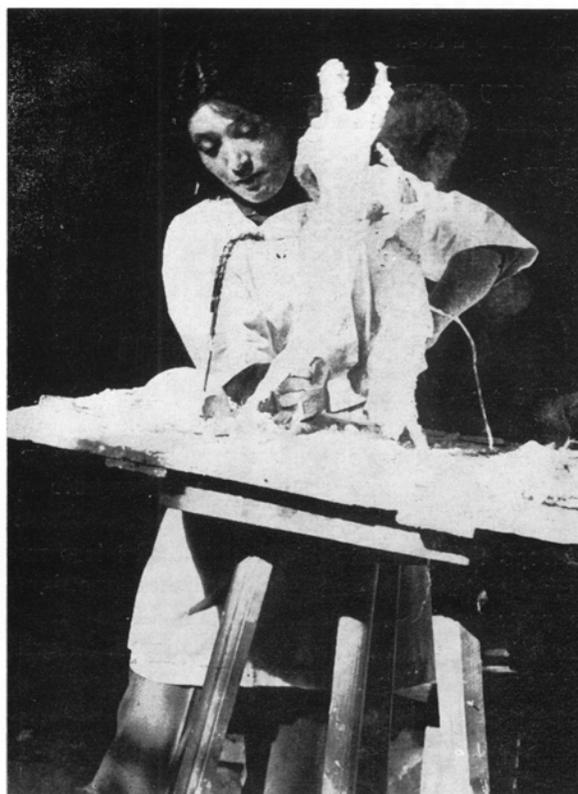
Espone in numerose mostre personali e collettive in Italia ed all'estero.

Partecipa fra l'altro alla Biennale di Venezia (1958), al Premio Avezzano (1958; 59; 61; 63), alla Rassegna d'Arte Figurativa di Roma e del Lazio (1959; 61; 63), alla Mostra d'Arte Figurativa (Tokyo, 1964) e numerosi altri che sarebbe troppo lungo qui elencare.

Shodan di Aikido grado ottenuto a Tokyo da O-Sensei Morihei Ueshiba, del quale, per qualche tempo è anche segretaria.

Sempre, dal suo arrivo in Italia, si prodiga in ogni occasione per far conoscere ed apprezzare fra noi l'Aikido e nel tentativo di porre le basi alla sua diffusione. Rientrata in Patria nel 1969, è ricordata con nostalgia ed affetto da tutti coloro che con lei hanno praticato i primi rudimenti della nostra Arte.

G. G.



Attività dell'Aikikai d'Italia

Torino, 31 Dicembre 1972

Si è tenuta presso la Succursale torinese dell'Aikikai d'Italia, una lezione serale (ore 22), diretta dal Maestro Yoji Fujimoto, come conclusione dell'anno uscente ed a saluto ed augurio al 1973.

Dopo l'allenamento gli Aikidoisti ed i loro numerosi amici intervenuti alla manifestazione, hanno protratto il loro incontro festeggiando l'anno nuovo in un clima veramente simpatico di allegria e di amicizia, sino a mattina inoltrata.



Roma, 20 e 21 Gennaio

Il primo raduno di preparazione per l'anno 1973 ha avuto luogo a Roma presso il Dojo centrale dell'Aikikai d'Italia sotto la guida del Maestro Fujimoto nei giorni 20 e 21 Gennaio, con la partecipazione di numerose Cinture Nere, Shodan e Nidan di Roma, di Napoli e Salerno, nonché di allievi provenienti da tutta la Penisola.

Durante gli allenamenti che si sono svolti come di consueto in turni mattutini e serali, il M^o Fujimoto ha svolto principalmente tecniche di base, tenendo conto, soprattutto, della preparazione agli esami per gradi Kyu che si sono svolti domenica 21 Gennaio, a partire dalle ore 10,30.

A conclusione del Raduno è stato proiettato un film sull'Aikido, girato qualche anno fa in Giappone con la partecipazione di O-Sensei Morihei Ueshiba e di numerosi maestri. E' un cortometraggio di altissimo interesse, girato con rara maestria da operatori che hanno saputo dare il giusto risalto alla vera essenza dell'Aikido più che alle tecniche stesse, con scene suggestive e di grande effetto.

Il Raduno ha avuto anche l'onore di ospitare

quali spettatori attenti il Dott. Apa B. Pant, Ambasciatore dell'India a Roma e la di Lui Gentile Signora.



Torino, 7 Febbraio

Una riuscitissima dimostrazione di Aikido ha avuto luogo presso il Circolo Ricreativo dell'Istituto Bancario S. Paolo di Torino in occasione della presentazione del corso di Aikido per bambini (dall'età di 7 anni) che conta numerosi iscritti, benché di recentissima istituzione.

Possiamo senz'altro affermare in base alle esperienze fatte ed ai risultati conseguiti che l'Aikido è particolarmente adatto ai piccolissimi per i quali i movimenti di base e le tecniche si dimostrano di facile apprendimento e di spontanea ripetizione ed applicazione. Ciò sta a dimostrare

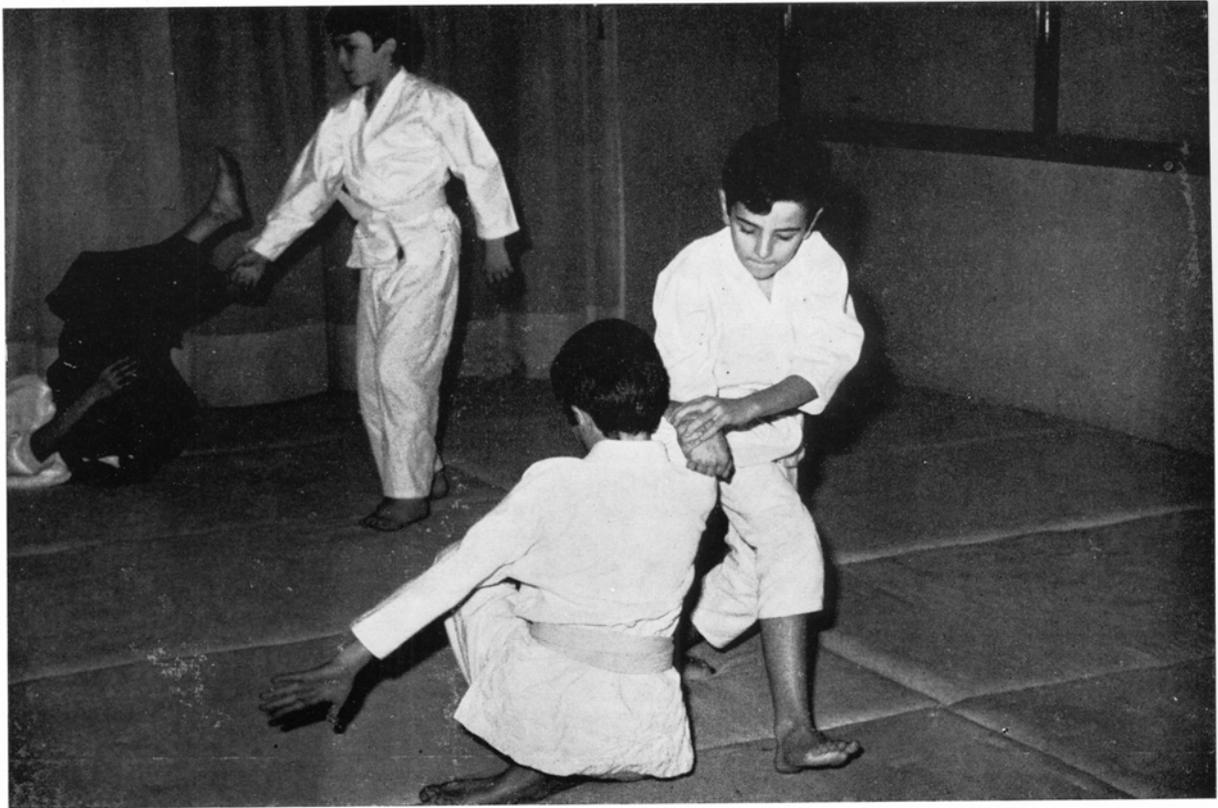


L'Ambasciatore dell'India a Roma con la gentile Signora. Il nostro Gianni Cesaratto ha fatto gli onori di casa.



Grazia ed efficacia delle tecniche non sono in antitesi nell'Aikido. La Signorina Prella, 1. Kyu, ne ha dato un'ampia dimostrazione durante una esibizione a Torino.





I piccolissimi allievi del nuovo vivaio torinese.

quanto sia vero che l'Aikido insegnato dal Maestro Ueshiba è una disciplina che si armonizza intimamente con la Natura, di cui i bambini costituiscono l'espressione più genuina, e pone in rilievo il fatto indubitabile che le loro naturali esigenze ed impulsi si accordano perfettamente con la dinamica e la psicologia dell'Aikido trovando in esso un completa ed efficace rispondenza.

Il M° Fujimoto in tale occasione ha dato dimostrazione di grande abilità, lasciando ammirati, oltre che, naturalmente, il numeroso pubblico, i suoi stessi allievi benché avvezzi alla sua consueta bravura.

Di grande interesse è risultata l'esibizione della Sig.na Elisabetta Prella (1° Kyu), figliola di un

illustre medico torinese, Sho Dan di Aikido, che ha dimostrato la validità della mostra arte applicata alla difesa personale femminile, riscuotendo l'unanime consenso ed applauso del pubblico.

La Sezione Aikikai di Novara ci comunica che nei giorni 3 e 4 Marzo prossimo avrà luogo un raduno con la partecipazione del Maestro Motokage Kawamukai, 4° Dan, presso il Palazzetto dello Sport di Novara, in Via Kennedy.

Le quote di partecipazione sono state fissate in L. 3.000 ed in L. 1.000 quelle relative agli esami di Kyu.

CLAUDIO PIPITONE

THIS IS AIKIDO

DI

Koichi Tohei

Koichi Tohei, 10° Dan di Aikido, Direttore del Corpo Insegnanti dell'Aikikai del Giappone, è un autore piuttosto prolifico, tanto che esistono in circolazione, in Europa, per lo più in lingua inglese, numerosi suoi volumi tutti di grande interesse e fondamentali per la conoscenza e lo studio di tutti gli argomenti inerenti l'Aikido...

« This in Aikido » che vi proponiamo è, pensiamo, il volume più rappresentativo della sua produzione. Edito dalla Japan Publications Inc. di Tokyo in lingua inglese, è abbastanza facilmente reperibile anche in Italia.

In un volume di 180 pagine, l'autore fa seguire la breve prefazione da due capitoli che dividono i concetti fondamentali dalle tecniche di difesa personale.

Con estrema chiarezza egli ci espone i principi sui quali si basa questa nobile disciplina, non mancando di arricchire la trattazione con esempi e paragoni di grande semplicità ed efficacia. Successivamente egli espone i movimenti di base ampiamente illustrati da fotografie e disegni esplicativi di grande utilità sia per il principiante che per l'allievo più esperto.

La trattazione delle cadute conclude il primo e più breve dei due capitoli che compongono il volume.

Il secondo capitolo tratta delle diverse tecniche, cominciando dalle più semplici fino alle più complesse, sempre illustrate da chiare e numerose fotografie per agevolare la comprensione dei movimenti necessari.

Alcuni esempi di difesa personale e da più avversari, completano la trattazione di questo volume, valido aiuto per chi voglia maggiormente approfondire lo studio dell'Aikido.

Un avvertimento importante: la terminologia usata dall'Autore in questo libro per disegnare le tecniche ed i movimenti di base, non corrisponde sempre a quella adottata dall'Aikikai d'Italia, come appare anche sul libretto di esami. Beninteso, non vi è divergenza che apparente in quanto la traduzione dal giapponese di entrambe le terminologie, dà in lingua italiana una perfetta di significati.

Una elegante rilegatura in tela, una buona impaginazione, le ottime e numerose fotografie, unitamente al grande formato di questo volume, lo rendono un prezioso ed utile acquisto per la più esigente biblioteca.

Alessandro Landolfo

RADUNI DI AIKIDO IN EUROPA

CALENDRIER 1973

INSTITUT M. NORO - 27, rue des Petits Hôtels - 75010 PARIS
TEL : PRO.06.25

MOIS	JOURS	DATES	HORAIRES	
JANVIER	MARDI	2		Réouverture de l'INSTITUT
	SAMEDI	6	17 h	Cours et Réunion d'INSTRUCTEURS
	DIMANCHE	7	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL et Cérémonie pour la remise de diplômes de 1er et 2ème DAN à 17 h.
	MERCREDI	24	20 h	2ème CONFERENCE DEMONSTRATION avec Roger BERTIN et Maître NORO.
FEVRIER	SAMEDI	3	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
	DIMANCHE	4	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
MARS	SAMEDI	3	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
	DIMANCHE	4	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
	SAMEDI	31	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
AVRIL	DIMANCHE	1	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
	SAMEDI DIMANCHE LUNDI	21 22 23	10 h à 21 h	7ème GRAND FESTIVAL DE PAQUES dirigé par Maître NORO et Maître ASAI
	SAMEDI	5	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
MAI	DIMANCHE	6	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
	SAMEDI	2	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
JUIN	DIMANCHE	3	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
	DIMANCHE au SAMEDI	1 14	10 h à 21 h	7ème STAGE D'ETE dirigé par Me NORO et Me ASAI ; 2 examens de passages de DAN GRADES.
LES COURS COLLECTIFS SERONT DONNES TOUS LES JOURS EN JUILLET SAUF SAMEDI ET DIMANCHE REGULIEREMENT DU MARDI AU VENDREDI EN AOUT				
SEPTEMBRE	SAMEDI	8	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
	DIMANCHE	9	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
OCTOBRE	SAMEDI	6	17 h	Cours et réunion pour INSTRUCTEURS
	DIMANCHE	7	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
NOVEMBRE	SAMEDI DIMANCHE	3 4	10 h à 12 h 15 h à 17 h	6ème STAGE DE TOUSSAINT dirigé par Maître NORO
DECEMBRE	SAMEDI	1	17 h	Cours et réunion pour instructeurs
	DIMANCHE	2	10 h à 12 h 15 h à 17 h	STAGE MENSUEL
	MERCREDI au DIMANCHE	26 au 30	12 h à 21 h	7ème STAGE D'HIVER avec Maître NORO Passage de grades.

1 CONFERENCE par mois à 20 h.
IKEBANA 1 stage par mois - initiation ou perfectionnement. } Dates précisées dans la revue.

**CALENDARIO DELLE MANIFESTAZIONI
A CURA DELL'ISTITUTO M. NORO**

Conferenze e dimostrazioni

Gennaio - Mercoledì 24	con la partecipazione di Roger BERTIN e il Maestro M. Noro.
	ARTE E AIKIDO - La forma e la forza - ore 20,30 - Ingresso gratuito.
Febbraio - Mercoledì 14	ARTE E AIKIDO (come sopra)
Marzo - Mercoledì 14	ARTE E AIKIDO (come sopra)

Kyudo
(Tiro con l'arco
tradizionale Zen
giapponese)

Lunedì 26 Febbraio - ore 20,30
con la partecipazione del Maestro
SUHARA, 6° Dan di Kyudo della
scuola Hanzawa, Padre Superiore
del Monastero Zen Rinzai di Komakura e Michel Martin, 3° Dan della
scuola Hanzawa.

Ikebana
(Arte di disporre
i fiori)

con la partecipazione del Sig. Vri-
gnaud, direttore della scuola O Ha-
ra di Parigi.

Febbraio	Stage di perfezionamento Giovedì 1 Mercoledì 14 ore 19 - 20,30 Venerdì 16
Marzo	Stage di iniziazione Lunedì 5 Martedì 6 Lunedì 19 ore 19 - 20,30 Martedì 20
Aprile	Stage di perfezionamento Lunedì 9 ore 19 - 20,30 Martedì 10

Notiziario di Redazione

ESAMI E PASSAGGI DI GRADO

Sessione di esami tenuta dal Maestro Kawamukai a Novara il 16 Dicembre 1972

Colombara Gian Luigi - Novara - da 5. Kyu a 4 Kyu.
Rampone Roberto - Novara - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Rocchi Aldo - Novara - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Romeo Luigi - Novara - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Bertaglia Giampaolo - Novara - da 6. Kyu a 5. Kyu.
Butera Giovanni - Novara - da 6. Kyu a 5. Kyu.
Gioconto Giovanni - Novara - da 6. Kyu a 5. Kyu.
Margheritis Giampiero - Novara - da 6. Kyu a 5 Kyu.
Rondonotti Giacomino - Novara - da 6. Kyu a 5. Kyu.
Agnesina Mario - Novara - 6. Kyu.
Bertoncelli Maurizio - Novara - 6. Kyu.
Lo Sauro Giovanna - Novara - 6. Kyu.
Maiocchi Fabrizio - Novara - 6. Kyu.
Passarelli Marco - Novara - 6. Kyu.
Fumagalli Beatrice - Novara - 7. Kyu.
Liussi Mariangela - Novara - 7. Kyu.
Omodei Salè Agnese - Novara - 7. Kyu.
Panza Silvana - Novara - 7. Kyu.
Rodinò Domenico - Novara - 7. Kyu.

Nardi Patrizia - Novara - da 10. Kyu a 9. Kyu.
Omdei Salè Giuseppe - Novara - da 10. Kyu a 9. Kyu.
Ronconi Sandro - Novara - da 10. Kyu a 9. Kyu.
Alpa Cinzia - Novara - 10. Kyu.
Sebastiani Mauro - Novara - 10. Kyu.
Volpini Giovanni - Novara - 10. Kyu.

Sessione di esami tenuta dal Maestro Fujimoto il 21 Gennaio 1973 a Roma

Antonucci Ezio - Salerno - da 2. Kyu a 1. Kyu.
Di Domenico Luigi - Salerno - da 3. Kyu a 2. Kyu.
Cerami Vincenzo - Salerno - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Fabiani Massimo - Roma - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Gabrielli Elena - Roma - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Antinolfi Francesco - Salerno - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Arcieri Raffaele - Salerno - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Luzzi Matteo - Salerno - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Piccolo Mario - Salerno - da 5. Kyu a 4. Kyu.
Iannelli Anna - Roma - da 6. Kyu - a 5. Kyu.
Iannelli Olimpia - Roma - da 6. Kyu a 5. Kyu.
Luberti Mirella - Roma - da 6. Kyu a 5. Kyu.
Carpentieri Michele - Salerno - 6. Kyu.
Fortuna Emanuela - Roma - 6. Kyu.
Macchioni Cecilia - Roma 6. Kyu.
Pinci Giuliana - Roma - 6. Kyu.

CAMPAGNA ABBONAMENTI

- 1973 -



Gli abbonamenti alla Rivista

AIKIDO

si effettuano tramite vaglia postale intestato "RIVISTA AIKIDO" - Via Eleniana, 2 - 00185 ROMA

in ragione di:

- L. 1.800 Abbonamento ordinario
- L. 4.000 Abbonamento sostenitore
- L. 3.500 Abbonamento estero

Chi effettua l'abbonamento sostenitore ha diritto (se specificato nel versamento) a ricevere per la durata di un anno la Rivista SPIRITO DEL GIAPPONE.

