

ANNO XX - N° 1 - MARZO 1990

# AIKIDO

PERIODICO SEMESTRALE DELL'ASSOCIAZIONE

DI CULTURA TRADIZIONALE GIAPPONESE





ASSOCIAZIONE  
DI CULTURA

AIKIDO  
道

TRADIZIONALE  
GIAPPONESE

ANNO XX — N. 1  
MARZO 1990

**Direttore Responsabile:**  
Simone Chierchini

**Comitato Editoriale:**  
Paolo Bottoni, Danilo Chierchini, Yoji Fujimoto Sensei,  
Fulvio Sassi

**Redazione:**  
Simone Chierchini, Giovanni Granone, Mario Piccolo

**Progetto Grafico e Realizzazione:**  
S.Kk. & C.B.d'A - Milano

**Collaboratori:**  
Franco Acciardi, Cristina Balbiano, Tonino Certa,  
Fernando Giulio Crociani, Dionino Giangrande,  
Francesco Gualco, Stefano Lanfranconi, Andrea Lupo,  
José Santos Nalda Albiac, Rinaldo Ramozzi, Fabrizio Ruta,  
Mario Traina, Giorgio Veneri, Domenico Zucco

**Disegnatori:**  
Claudio Cristiani, Francesco Dessi, Domenico Zucco

**Fotografi:**  
Cristina Balbiano, Alberto Foschi, Paolo Bottoni, S.Kk.

**In Copertina:**  
Fujimoto Yoji Sensei, VI Dan, Aikikai Italia Shihan  
(Covicedirettore Didattico dell'Aikikai d'Italia), di cui  
quest'anno si celebra il ventennale di insegnamento nel  
nostro paese).





Francesco AMATO  
Cristina BALBIANO  
Franco CARRARO  
Simone CHIERCHINI  
Claudio CRISTIANI  
Fernando Giulio CROCIANI  
Raimondo DE NICOLA  
Francesco DESSI

Luigi GHISELLI  
Alessandro GILARDONI  
Giovanni GRANONE  
Francesco GUALCO  
Andrea LUPO  
Giuseppe MIRABELLA  
Adolfo MORGANTI  
Daniela MORONI

José Santos NALDA ALBIAC  
Jan NEVELIUS  
Fabrizio RUTA  
Fulvio SAVAGNONE  
Susi STEFANINI  
Kisshomaru UESHIBA Sensei  
Ruben VILORIA  
Domenico ZUCCO

2 *Editoriale*  
OTTOBRE PROSSIMO VENTURO

4 *Memorandum*  
DI MORIHEI UESHIBA SENSEI

6 *Interventi*  
AIKIDO E BUDO

IL PIÙ AMATO DAGLI ITALIANI

L'AIKIDO COME MEZZO  
DI FORMAZIONE INTEGRALE

PAROLA DI CONSIGLIERE

18 *Opinioni*  
L'IMMAGINE MENTALE

LA SPIRALE E IL CERCHIO

COME EVITARE GLI INCIDENTI  
NELLA PRATICA DELL'AIKIDO

24 *Testimonianze*  
PERCHÈ IO PRATICO AIKIDO

SO DI NON SAPERE

27 *Budo*  
IL GALLO  
DA COMBATTIMENTO



LA GOCCIA

*29 Arvenimenti*

AIKIDO KONGRESS  
BASEL '89

*32 Quaderno Tecnico*

3° KYU

*37 Spirito del Giappone*

CORVI E AIRONI:  
IL GIOCO DEL GO

40 *Storia*

TOKUGAWA IEYASU

43 *Dalla A alla Z*

YOGA LO STATO DI UNIONE

45 *Cultura*

LA CROCE ROSSA GIAPPONESE

46 *Geografia*

GEOBOTANICA  
NELLE ISOLE GIAPPONESI

48 *Costume*

"MY BEAUTIFUL BUS, MADAME?"

52 *Sole Occidente*

I MAESTRI ZEN DELL'OCCIDENTE

54 *La Rubrica dell'Arte*

EX LIBRIS E XILOGRAFIA  
IN GIAPPONE

57 *Attualità*

THANK YOU JAPAN

LA SORTE DEL TIBET

60 *Recensioni*

64 *Notizie*







# OTTOBRE PROSSIMO VENTURO

*Nell'ormai lontano 1975 ebbi per la prima volta e, sino ad ora l'unica opportunità di praticare sotto la guida del Doshu.*

*Era il 26 ottobre e l'occasione ufficiale di quell'evento memorabile, che si svolse presso il Dojo Centrale di Roma, era un giro di visite che egli faceva ai vari Aikikai europei ma che coincideva con una certa approssimazione al decennale dell'arrivo in Italia del Maestro Tada.*

*Non dimenticherò mai l'impressione che ne ricavai, la concentrazione di quelle intense ore di pratica e l'emozione con la quale ascoltai le parole del Doshu.*

*Tutto mi sembra accaduto soltanto ieri ed invece... ne è passata di acqua sotto i ponti.*

*Non so come fecero gli allievi romani (io da più di un anno mi ero trasferito altrove), ma riuscirono a presentare ai Maestri un Dojo ripulito e dignitoso. Immagino che Danilo Chierchini e i suoi collaboratori di allora non abbiano dormito molto nelle settimane che precedettero l'arrivo dei molti personaggi illustri che dettero vita alla manifestazione.*

*Ora, a quindici anni precisi di distanza, l'avvenimento sta per ripetersi, questa volta in ben altra cornice, il Palalido di Milano dove, per fortuna, non si è costretti a ripitturare, a schermare, a nascondere le crepe e l'inadeguatezza degli impianti, per un'altra ricorrenza, questa volta dichiarata:*

*il ventennale di permanenza fra noi del Maestro Fujimoto che, immagino, sin da ora non dorma sonni tranquilli anche se il Palalido di Milano non è il Dojo Centrale e nemmeno l'Aikikai d'Italia di oggi è quello di tre lustri orsono, grazie proprio in buona parte a lui, il Maestro Fujimoto.*

*Anche a suo proposito la mia memoria corre lontano, indietro nel tempo, ad uno dei mitici raduni estivi di Desenzano del Garda.*

*Era il 1971 e quel giovane giapponese longilineo le cui poche frasi italiane che pronunciava avevano già l'inflessione milanese, mi fu presentato dal Maestro Tada con il quale collaboravo alla conduzione della Segreteria Nazionale e del Dojo di Roma.*

*Non avrei certamente immaginato allora che l'interazione fra il Maestro Fujimoto e me potesse essere di così lunga durata e, per quanto mi concerne, così ricca. Se ho un rimpianto, debbo essere sincero, è soltanto per il troppo poco tempo che le circostanze mi hanno concesso di essergli vicino e di imparare da lui.*

*Ottobre non è lontano, dopo tutto: sarà una festa, quella del M° Fujimoto, ma anche di noi tutti e l'augurio che faccio all'Aikikai d'Italia è quello di altri vent'anni almeno del suo insegnamento.*

**Giovanni GRANONE**

MEMORANDUM DI

**MORIHEI  
UESHIBA  
SENSEI**

Noi non dovremmo dipendere in eccessiva misura dai Sei Sensi. Quando il Buddismo cerca la purificazione dei Sei Sensi, deve essere compreso che i sensi sono resi disponibili al nostro corpo fisico in base a quanto possiamo osservare la luminosità del mondo fenomenico.

Anche a questo livello di percezione è necessario aprire la strada ai Sei Sensi. Dovessimo fallire nella purificazione di questi, essi si bloccherebbero e rimarrebbero soltanto statici. Questo, di conseguenza, spinge i Sei Sensi a muoversi tutti insieme nella direzione sbagliata.

In una parola, questo è l'inizio di un mondo distorto. Sconvolgere l'armonia di questo mondo è il più grande dei delitti. Per impedire che questo accada, tutto quanto si deve fare è purificare il proprio cuore e illuminare la via dello Spirito per permettere ai Sei Sensi di agire liberamente. Una volta che questo è ottenuto, i Sei Sensi diventano luce essi stessi e si manifestano in superficie. Una volta che i Sei Sensi cominciano ad emettere luce, ogni cosa è fatta nella vibrazione dello Spirito. Il Sé poi genera cose, l'interno fluisce liberamente verso l'esterno e viceversa. Ogni cosa fino a quel momento al di fuori viene compresa interamente nel Sé.

Guardando dal punto di osservazione del Sé noi sentiamo che tutte le cose materiali appartengono alla stessa universale famiglia. L'insegnamento spirituale di qualcuno non è, così, qualcosa da essere insegnato agli altri membri di questa famiglia; è piuttosto da essere praticato con essi. Nel processo di questo più ampio addestramento spirituale, io



penso diventi necessario mettere gli altri, chiunque e qualunque cosa, davanti a se stessi. Dovresti prima conoscere te stesso, finirai per capire tutto. Qualunque cosa nell'universo è, in poche parole, inclusa nel Sé. Questa è la ragione dell'esistenza del Sé; questo è il motivo per cui è possibile purifi-

care i naturali istinti del Sé. E a questo punto che noi possiamo cominciare a lavorare alla nostra missione individuale.

Un simile lavoro non può tuttavia essere svolto da soli, ed è possibile soltanto assieme all'intero Universo. È perciò imperativo che noi capiamo la relazione tra il Sé e il re-





gno di cui io parlo.

L'uomo deve realizzare che egli è il «Senso della Creazione», e che l'Universo e lui sono la stessa cosa. Facendo crescere il Figlio dell'Universo (o, come direbbe un religioso, il Divino Figlio di Dio) noi faremmo il massimo per impedire a questo mondo di cadere

nel Caos. Questo di conseguenza richiede che noi si dia spazio ad ogni cosa. Dobbiamo mettere noi stessi sempre dopo gli altri. Noi dobbiamo, in questo modo, portare ogni cosa alla Creazione della Vita.

Questa via dell'Aiki porta gli Spiriti a unirsi con gli Spiriti. Aiki apre la strada della ma-

croscmica forza vitale dell'Universo, insieme alla Divina Forma dell'Ordine, alle universali forme del mondo animale. Aikido è la via per rendere chiaro tutto questo. Aikido è la via per fare proprio tutto questo.

*(traduzione ed adattamento di Andrea Luppo)*

IL DOSHU A COLLOQUIO CON UN PROFESSORE

## AIKIDO E BUDO

*In questo articolo presentiamo una conversazione tra il Doshu e il professor Imamura Yoshio, Presidente della Nihon Budo Institute, che si è tenuta durante una visita del dr. Imamura alla casa del Doshu Ueshiba.*

*La loro chiacchierata ha preso in considerazione tutte le attività correlate alle Arti del Budo, nelle quali il dr. Imamura è molto attivo e gioca un importante ruolo in Giappone e nel mondo, e nelle organizzazioni legate all'attività sportiva.*



AIKIDO MAGAZINE

6 **DR. IMAMURA:** Recentemente è divenuto difficile dire semplicemente che il *Budo* è un'unica eredità storica del Giappone, a meno che non si intenda precisare ulteriormente questo concetto. Se vogliamo sviluppare una nuova concezione del *Budo*, occorre che questo diventi un qualcosa che viene continuamente ricreato, quando le forme del passato non sono più adeguate. Comunque questo non per dire che bisogna perdere di vista le proprie radici. Sebbene noi diciamo che queste radici sono uniche del Giappone, quando analizziamo le influenze culturali su queste si arriva ad un punto in cui diventa impossibile formulare un'interpretazione corretta se non osserviamo le cose in una

prospettiva più mondiale. Il *Budo* si sviluppa nei tempi: non dobbiamo limitare il nostro raggio di azione ad un ambito ristretto.

**DOSHU:** C'è stato qualcuno che ha proposto uno "Statuto del *Budo*", ma sembra essere un compito molto arduo.

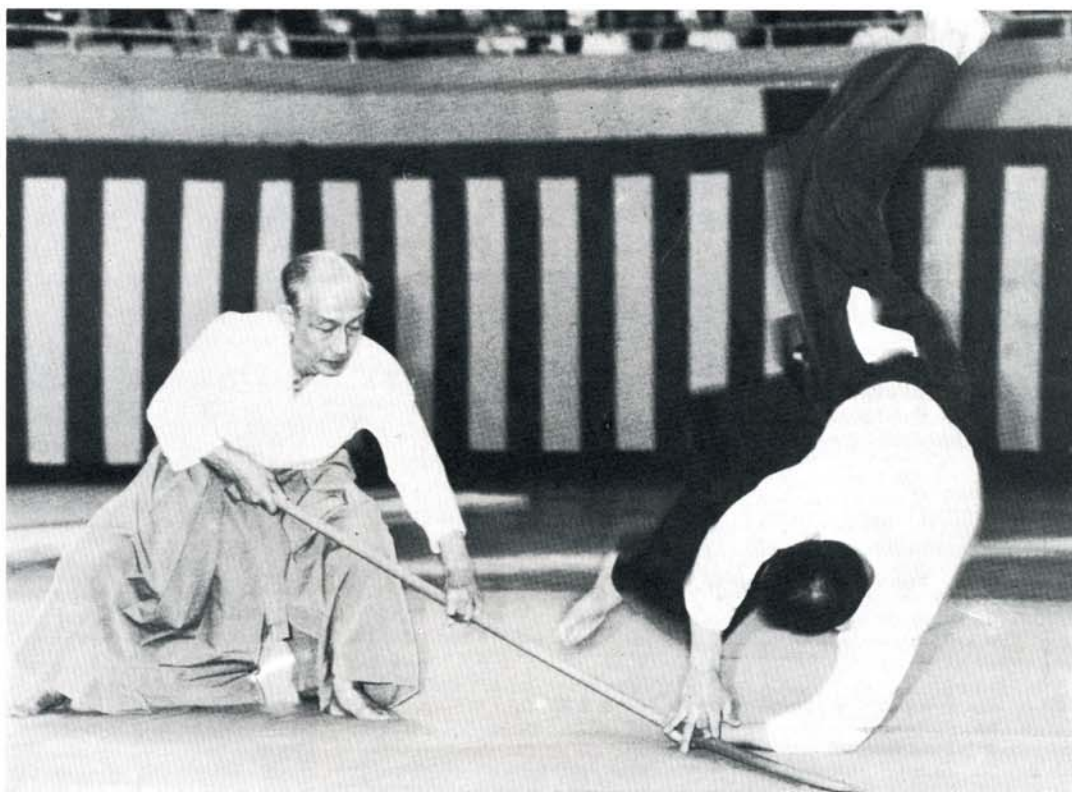
**DR. IMAMURA:** Certamente. Se realizzato male potrebbero esserci pessime conseguenze. Non vogliamo creare problemi a nessuno e si sostiene che avere o meno uno Statuto non fa nessuna differenza; si tratta di una attività con dei suoi rischi congeniti.

**DOSHU:** Vi sono quelli che vorrebbero considerare il *Budo* moderno solo nei suoi aspetti agonistici e competitivi, mentre quelle arti senza gare farebbero il *Kobudo* (Disci-

pline Marziali Classiche)...

**DR. IMAMURA:** Sono contro ogni tipo di decisione del genere. Ogni cosa che ha come obiettivo di contribuire a migliorare ed elevare la nostra vita, in questi tempi può essere considerata "moderna". Anche il *Budo* della tradizione marziale classica (*Koryu-Budo*), se non offre prospettive alla nostra vita deve essere incluso nella classe generata dalle Arti Marziali moderne. Le arti che includono la competizione, poi, dovrebbero anch'esse essere incluse, e non c'è ragione di negare questo fatto. Ugualmente non andrebbero radicalmente modificate quelle arti che fanno degli allenamenti tramite i *Kata*, la loro principale pratica, come la tradizione





AIKIDO MAGAZINE

classica.

D'altro canto ci sono cose che non sono di grande utilità. Se permettiamo la diffusione dell'idea che ogni cosa l'uomo fa è "cultura" anche se è totalmente carente nella Struttura, le cose sarebbero presto fuori da ogni controllo. Non deve anche il *Budo* essere sottoposto alla legge di "Selezione Naturale". Non dobbiamo ritenere che ogni cosa che somigli anche vagamente ad un'arte marziale sia il *Budo*. Qualcosa senza una teoria della tecnica, senza metodologie e senza scopi, correttamente formulate, non può servire ad alcun ragionevole risultato nella nostra vita di oggi, tanto da adottarlo.

**DOSHU:** Ritengo che una delle prime condizioni che fanno il *Budo* moderno sia di procurare serenità a un gran numero di persone. Dire che il *Budo* deve essere agonistico o deve usare forme precostituite di allenamento (*kata*) non è poi così importante come il fatto che viva o meno lo spirito del *Budo* come è arrivato fino a noi dal passato, poiché è in questa cosa che si vede il valore vero del *Budo* moderno.

**DR. IMAMURA:** Sono completamente d'accordo. Il punto che è più facilmente frainteso, o che è comunemente sbagliato, è la vera funzione della competizione in qualsiasi attività. Il dover vincere o perdere finisce per occupare una posizione troppo preminente e uno deve trovarsi soltanto a cercare mezzi che gli portino la vittoria. Ma al contempo nasce la questione di come mani-

polare le regole che controllano la competizione e persino con quanta accortezza trasgredirle. Per esempio secondo un'indagine svolta in Inghilterra nei circoli amatoriali di *Football*, il 70% degli intervistati ha risposto che era giusto trasgredire alle regole se uno riusciva a farlo senza che gli arbitri lo vedessero.

Essi intendevano dire che bisogna trasgredire ad ogni costo le regole per poter vincere. Se uno non è molto bravo a rompere il regolamento non potrà mai essere un giocatore del massimo livello. Alla stessa maniera questo significa che se un allenatore non è capace di insegnare come barare non è un bravo allenatore. Questo modo di pensare è aberrante.

Nel *Budo* c'è il pericolo che mentre si diserta sugli ideali dello "Spirito del *Budo*" contemporaneamente la pratica scivoli in una di-

rezione diversa da questi ideali. Questo mi lascia un attimino depresso e abbattuto.

Questo è il perché a me piacciono i *Kata*, le nostre forme prestabilite di allenamento. Come lei sa, Kano Jigoro Sensei del Judo rifondò le arti della presa eliminando gli elementi più pericolosi ed elaborando *kata* nei quali uno si allena a proiettare il suo avversario dopo avere effettuato una presa. In questo caso inventò un'arte che chiunque poteva praticare. Un'arte per le masse, e portò alla maturità il judo moderno. Penso che questo fu un'intuizione geniale. Per fare un'analogia, i *kata* sono come la grammatica di un linguaggio; se voi la ignorate non potrete esprimervi chiaramente.

**DOSHU:** In Aikido non abbiamo competizioni perché con la competizione la bellezza e il valore di questo morirebbero completamente.

**DR. IMAMURA:** Io una volta andai a vedere qualcosa di una specie di Aikido competitivo ma sembrava che le tecniche fossero piatte e perdessero solidità. Quelli sembravano preoccuparsi solo dei loro polsi e certamente non era molto bello.

Dalla seconda guerra mondiale nacque il nuovo Calisthetics e assunse un grande rilievo nei confronti del "Ritmo", una parola che deriva dal termine greco *rein* che significa fluire. Tensione e rilassamento, positivo o negativo, forza o debolezza, insieme fluiscono senza interruzione in uno spazio e in una sequenza e tempo definiti. Questo è uno dei



# 合気道 AIKIDO

合気道

più alti principi di tutta la creazione, ed è in questo flusso che noi nasciamo e ci muoviamo. I nostri corpi sono microcosmi dell'universo e sono stati creati con questo ritmo e quindi il nostro esercizio dev'essere in armonia con questa innata misura. Tra la contrazione e il rilassamento dei nostri muscoli c'è un momento di pausa; questi tre stati devono fondersi insieme in un flusso circolare il movimento.

**DOSHU:** Ed è precisamente da questo punto che si sviluppa la filosofia dell'Aikido.

**DR. IMAMURA:** Penso che l'idea di *ki* sia qualcosa che non può essere spiegato in modo accademico, ma io credo che in qualche maniera attraverso il piacere e l'attenzione alle proprie sensazioni anche un principiante può naturalmente raggiungerlo. Quando vengono mostrate alcune tecniche piuttosto difficili, i principianti esitano e il ritmo è spezzato. Quando poi tuttavia sviluppano un'adeguato allenamento *Shugyo* questi diventano abbastanza in grado di districarsi e il loro movimento diventa morbido e rotondo. Il loro *ki* diventa visibilmente migliorato. Ritengo che questo sia il reale intento dell'allenamento *shugyo*.

**DOSHU:** Questo è proprio ben detto! Ma se ti trovi in una gara o in una situazione competitiva, presto il *ki* viene trovato e spezzato. Quando non è riempito dal pensiero della vittoria, i suoi movimenti perdono completamente ritmo. Questo è il motivo per cui attualmente, nell'Aikido non abbiamo competizioni, e io penso che questa sia la strada nella quale dobbiamo continuare a procedere.

Non ci vedo niente di sbagliato nel fatto che l'Aikido abbia il suo proprio e in qualche maniera unico sapere nell'essere senza competizioni. In più l'Aikido sembra avere un notevole richiamo per la nostra società moderna che si sente ad una specie di punto morto. Penso che l'Aikido è stato capace di svilupparsi quanto noi abbiamo fatto, perché la gente si rende conto che c'è un qualche certo valore sociale nell'esistenza di un'arte che segue il nostro tipo di pensiero.

**DR. IMAMURA:** al momento attuale la società sembra proprio domandare un'attività di questo tipo.

Fin dall'inizio lo spirito ispiratore dei partecipanti alle Olimpiadi è stato di libertà e pace. La prima condizione per partecipare è sempre stata il non aver mai messo in pericolo la vita di uno degli avversari. Tuttavia, specialmente in anni recenti, è venuto sempre più diventando un luogo di esibizione di nazionalismi; è venuto il tempo per una completa ridiscussione di questo intero movimento.

**DOSHU:** Sarebbe molto interessante che qualcosa come l'Aikido, che rifiuta ogni tipo di competizione, entrasse alle Olimpiadi e mostrasse le sue tecniche per essere valutato dal giudizio della comunità mondiale.

**DR. IMAMURA:** Qualcuno deve certamente provarci. A maggiore ragione nel nostro paese, specialmente ora, che la competizione sembra aver preso così tanto piede. Certamente qualcosa come l'Aikido che è



C. BALBIANO

senza problemi di vittoria e sconfitta, dovrebbe essere sviluppato e diffuso.

**DOSHU:** Bene, Aikido è a tutti gli effetti Budo moderno, ma le sue radici sono nel tradizionale *Budo* della *Daito Ryu Jujutsu*. Sebbene io pensi che sia necessario demarcare chiaramente il confine tra il nuovo *Budo* e le forme classiche, ritengo che se il *Kobudo* è una buona tradizione, debba essere conservata anche se non ha una diretta importanza nel complesso della moderna società. Che cosa ne pensa di questo?

**DR. IMAMURA:** Sebbene il *Kobudo* vada conservato, io penso che sia difficile promuovere simili Arti Marziali. Se queste hanno qualche motivo di esistere queste esisteranno ma se non hanno un qualche valore per la vita che si vive oggi, esse penso che scompariranno spontaneamente, lei non crede?

Arti Marziali classiche (*Kobudo*) e la vecchia tradizione dell'allenamento marziale (*koryu*) sono diverse. Il *Kobudo* non può essere diviso come vecchie ceramiche o vecchie spade. Per esempio osserviamo le spade forgiate da una particolare tradizione, diciamo la Scuola Soshu. Il luogo è sempre quello, il metallo è sempre quello, il modo di forgiarle è lo stesso, ma là si fabbricano nuove spade. Qualcosa fatto in questa maniera ha valore sociale e continuità storica, comunque. Questo è per dire che qualcosa per essere chiamata attività culturale, deve avere larga diffusione "orizzontale" e un suo percorso storico "verticale". Tuttavia il *Kobudo*, come è chiamato, non ha questa espansione orizzontale. Questo non è per dire che non ha la sua propria individualità perché è un soggetto differente. La questione è perché non ha questa diffusione. La ragione è perché non c'è un interesse sociale in questa cosa. Giudicare il valore del *Kobudo* e del *Koryu Budo* è una questione della gente, non una delibera politica.

**DOSHU:** Io sono tornato di recente da un viaggio negli Stati Uniti, e la cosa che ho notato di più al di là e oltre all'interesse nelle tecniche di Aikido, era la questione di *Kokoro*, come diciamo in giapponese il "cuore e spirito delle Arti Marziali".

In Francia noi vediamo che la popolazione

dei praticanti di judo e karate, è nella stragrande maggioranza composta da bambini e giovani, mentre nella fila dell'Aikido noi troviamo molto di più praticanti di una certa età.

Molto più che una semplice questione di portata tecnica, penso che una simile risposta collettiva sia il risultato di una maggiore affinità filosofica con le richieste della moderna società.

**DR. IMAMURA:** In ogni caso e nella loro maniera anche all'estero hanno concetti simili. Una volta ho avuto l'opportunità di visitare e osservare il centro Freebel in Germania. Laggiù partono dal cercare di sentire l'intero universo. Le spiegazioni dicono qualcosa come "L'universo è rotondo. La terra è un piccolo universo, il movimento dell'universo è un grande cerchio. I giochi dei bambini devono anch'essi essere circolari. In questa maniera loro enfatizzano i movimenti circolari. Io penso che il concetto di spirito e d'armonia che è espresso nell'Aikido è qualcosa di familiare anche ai non giapponesi.

**DOSHU:** Il Fondatore dell'Aikido aveva dichiarato questo: "L'universo è un'ovale i movimenti dell'Aikido anch'essi devono essere circolari". Questo fu il motivo per cui sviluppò tutte le tecniche in forma rotonda.

**DR. IMAMURA:** Su questo punto io sento una profonda simpatia. I movimenti dei principi Freebel sono rotondi ma sono piatti. Invece l'Aikido ha solidità, ed essendo sferico ha anche altezza. Raggiungendo un accordo tra flessibilità e solidità e utilizzando il ritmo tra i punti più elevati e quelli più bassi per fluire morbidamente, si prova una bella sensazione.

Per finire vorrei dire questo. L'Aikido deve trascendere le ideologie; se deve diventare il patrimonio di un unico individualistico paese, non è universale. L'idea che le genti del *Budo* tendano ad essere di destra nella loro opinioni è errata.

Il famoso scrittore di Buddismo Zen Suzuki Daisetsu, ha detto che lo Zen ha molti punti in comune col pensiero anarchico. Io penso che sia lo Zen che l'Aikido sono simili in questo, nel poter essere validi per popoli dal più disparato pensiero.



INTERVISTA A IKEDA SENSEI

## IL PIÙ AMATO DAGLI ITALIANI

*Il feeling del Maestro Ikeda con gli Aikidoka italiani e con il nostro paese dura da più di venti anni; sentiamo dal Maestro qualche confessione su questa «storia d'amore» piena d'affetto e di rimpianti.*

Si dice, Sensei, che lei abbia lasciato il suo cuore qui in Italia, quando ne partì nel 1970. Come iniziò la sua storia aikidoistica in Italia?

— Ero ancora studente di Università, quando il mio Maestro, Tada Sensei, partì per l'Italia. Prima di partire lui mi disse che quando ci fosse stato bisogno di un altro insegnante giapponese in Italia, mi avrebbe chiamato.

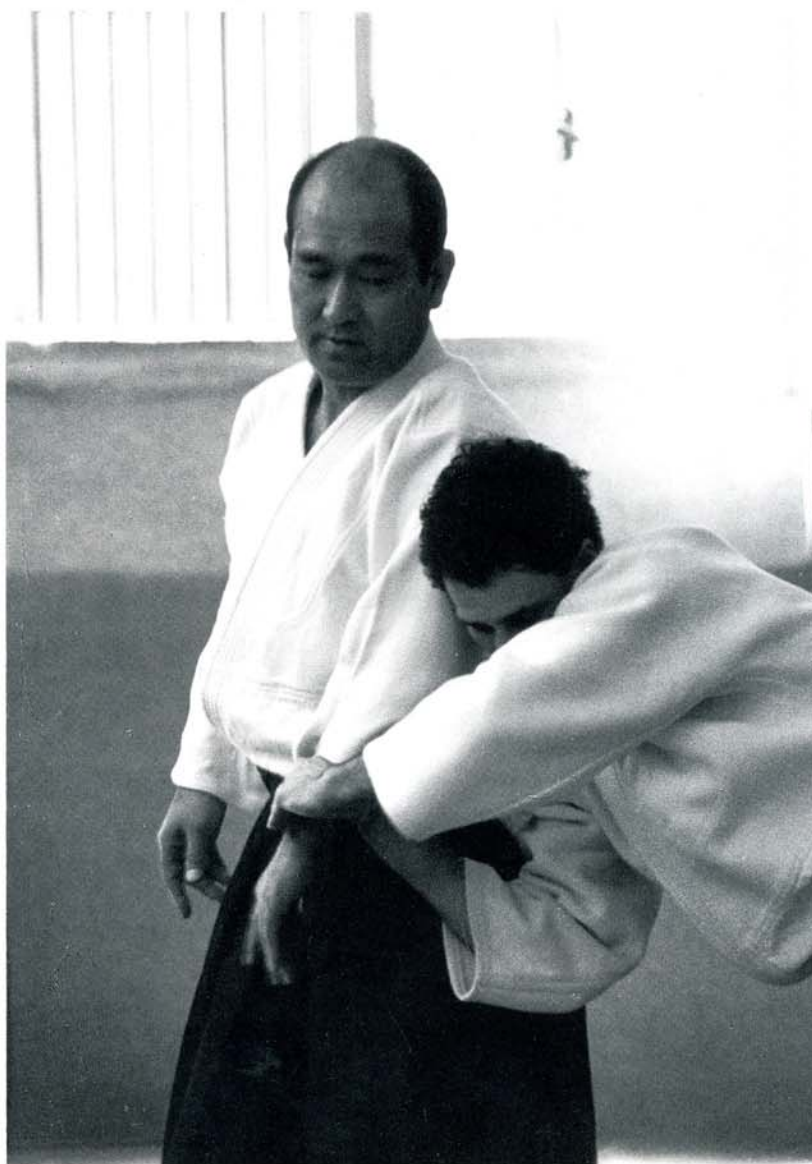
Da questo momento la mia esistenza fu ad un bivio e si imponeva per me la necessità di scegliere tra due vie diverse: una volta terminata l'Università, col conseguimento della Laurea in Educazione Fisica, avrei potuto iniziare ad insegnare nelle scuole; oppure, come ho detto prima, mi si prospettava la possibilità di recarmi in Italia.

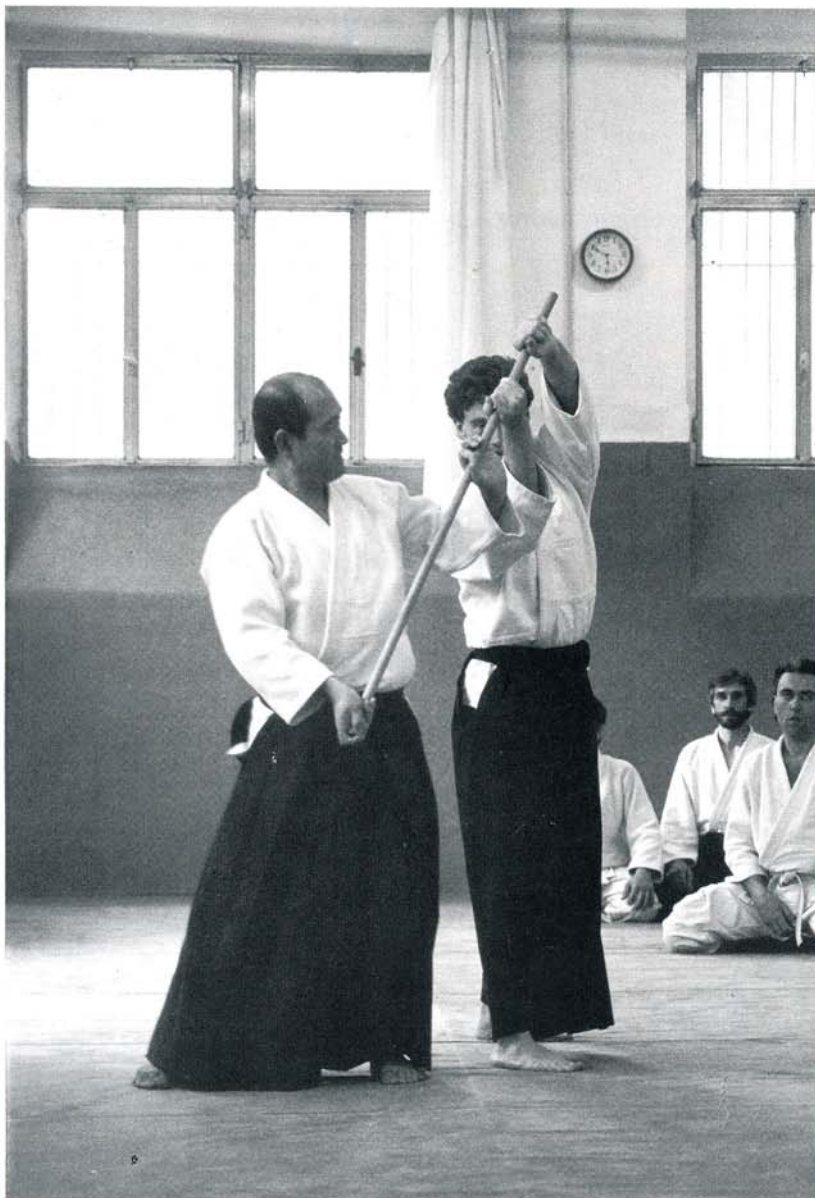
In questo periodo mi interessavo molto dell'Aikido e avevo un gran desiderio di andare avanti nella pratica; quindi, davanti all'opportunità di insegnare e imparare nello stesso tempo, cioè quello che mi offriva il Maestro Tada qui in Italia, io lasciai da parte la professione per la quale avevo studiato e decisi di rendermi disponibile a partire.

Il Maestro Tada mi chiamò quasi subito; in quel momento egli riteneva che fosse molto importante curare il Sud-Italia. Già prima di partire dal Giappone sapevo che la mia destinazione sarebbe stata Napoli.

— E una volta giunto a Napoli che cosa trovò?

— Quando finalmente arrivai in Italia, il Maestro Tada aveva già preparato tutto per me; aveva lasciato a Napoli un uomo che aveva l'incarico di aiutarmi in tutto quello di cui avessi avuto bisogno durante il mio soggiorno in Campania. Costui era il sig. Infran-





**In questa pagina:**

*Ikeda Sensei, VII Dan, ha ottenuto il suo nuovo grado in virtù degli sforzi compiuti in venti anni di diffusione dell'Aikido in Europa. Milano, 1989, (Uke: M. Robotti, II Dan).*

giava aveva bisogno di un istruttore per entrambe le discipline. Il Maestro fu un po' in imbarazzo, ma erano tempi in cui bisognava sapersi adattare; d'altra parte sapeva che io praticavo da tempo sia Judo che Aikido. In fondo forse scelse me proprio per questo motivo.

Una volta giunto comunque presi ad insegnare contemporaneamente Aikido e Judo: alle difficoltà di adattamento, mi si aggiungeva il problema dell'insegnamento moltiplicato per due. Molti dei miei allievi di allora mi seguivano sia come aikidoka che come judoka; di loro praticano ancora Pasquale Aiello, Nunzio Sabatino, Brunello Esposito, che fanno parte del primo gruppo che ho curato. Successivamente fu la volta della generazione di Agostino Pagano.

Sono rimasto a Napoli dal 1965 al 1970. Poi tornai in Giappone.

— Prima di arrivare a Napoli, Sensei, aveva mai avuto esperienze di insegnamento?

— Avevo insegnato Educazione Fisica per sei mesi. Inoltre ero stato Assistente del Maestro Tada nel suo Dojo di Tokyo; quando lui era assente, lo dovevo sostituire. Questo è stato fondamentale per la mia crescita.

— È stato importante per lei lo studio dell'Educazione Fisica in rapporto alla formulazione di un metodo da utilizzare poi anche nell'insegnamento dell'Aikido?

— Soprattutto i quattro anni di studio all'Università mi hanno dato molto per quello che concerne l'apprendimento di un metodo di insegnamento. Quindi un po' l'Educazione Fisica mi ha aiutato.

Però ritengo che, man mano, insegnando Aikido e seguendo l'esempio di altri grandi Maestri, sia venuto fuori un mio metodo particolare, forgiato dall'influsso della mia personalità.

— L'esperienza dei cinque anni a Napoli ha in qualche modo lasciato un segno sul suo carattere?

— Quando ero più giovane, non pensavo affatto a come fosse la mia personalità, il mio carattere. Questo mi si è rivelato spontaneamente proprio quando sono giunto in Italia.

Quando sono arrivato a Napoli e ho iniziato a vivere quotidianamente con i napoletani, in un primo momento ho sentito un grosso contrasto fra il mio modo di essere e il loro. Però piano piano le cose cambiarono. Mi resi conto allora che se ero venuto a Napoli forse solo per un caso, d'altra parte sembrava quasi che lo avesse scelto il destino. Così presi a considerare Napoli la mia secon-

zi, che ormai forse solamente i vecchi allievi ricordano. Iniziai subito a insegnare a Salerno e Napoli.

— Fu difficile all'inizio?

— Sì, è stato molto complicato; i miei allievi provenivano da altre Arti del *Budo*, e dell'Aikido conoscevano solo il nome. Alcuni ne avevano sentito parlare, però non sapevano esattamente di cosa si trattasse. La dif-

ficoltà maggiore consistette proprio in questo: in ogni cosa fui costretto ad iniziare totalmente da zero. Inoltre c'era un altro aspetto a complicare le cose. Quando mi fu chiesto di venire dal Giappone, nei patti fu preventivamente stabilito che a Napoli io avrei curato non solo il corso di Aikido, ma anche quello di Judo.

La società cui allora Tada Sensei si appog-



**In questa pagina:**

*L'Italia nel cuore: nel 1989 il Maestro Ikeda ha diretto ben tre stages nel nostro paese cui hanno preso parte alcune centinaia di praticanti. Milano, 1989.*

da patria e a viverci provando piacere giorno per giorno.

Il costume di Napoli e di molte altre zone d'Italia è molto simile a quello del Giappone, molto, ma molto di più di quanto comunemente si pensi.

— Di quale zona del Giappone è la sua famiglia, Maestro?

— Io sono di Tokyo. Gli abitanti di Tokyo conservano un modo di essere che prima della Guerra Mondiale era comune a tutto il Giappone.

È un modo di vivere antitetico rispetto alle abitudini individualistiche odierne, portate nel mio paese dalle usanze americane, un modo di vivere che mette al primo posto per importanza il sentimento di attaccamento alla famiglia, la socievolezza, la confidenza e il mutuo soccorso con i propri vicini.

Voi tutti conoscete certamente il popolo napoletano: ebbene è molto somigliante a quello di Tokyo.

Vivendo a Napoli, durante quei cinque anni non ho provato mai nostalgia di casa.

— Perché allora ritornò in Giappone?

— Ad un certo punto mi riprese una gran voglia di studiare, di imparare.

Questo sentimento divenne sempre più forte e quindi decisi di tornare. L'unico vero motivo che mi spinse a lasciare l'Italia fu il desiderio di apprendere di più.

Quando mi apprestavo a partire, pensavo che non sarei rimasto in Giappone per più di due anni; tanto più che nei cinque anni precedenti non avevo sentito mai il bisogno di tornarci. Calcolavo di fermarmi il tempo necessario per completare il mio bagaglio tecnico e poi di riprendere la via dell'Italia.

E invece la vita prese per me una direzione diversa, perché mi dovetti trattenere in Giappone per ben sette anni. Ripresi ad insegnare Educazione Fisica e studiai intensamente Aikido. Di tanto in tanto ritornavo in Europa a visitare la mia seconda patria, Napoli, ma non potei lasciare subito Tokyo come avevo progettato perché il lavoro non me lo permetteva.

Nel 1979 poi l'Aikikai Svizzera richiese all'Hombu Dojo un insegnante giapponese, ed io mi resi disponibile. Cominciai così ad insegnare Aikido per loro.

I primi tempi li trascorsi a Berna, poi, dopo qualche anno, scelsi Zurigo, perché in Svizzera il vero centro del paese è Zurigo, l'unica città grande.

Tanti anni sono passati in mezzo, ormai, e adesso in Svizzera siamo giunti alla ri-



C. BALBIANO

correnza dei primi venti anni di Aikido nel paese. L'A.C.S.A., l'Aikikai svizzero, ha organizzato grandi cose per onorare questo evento, e io personalmente ce l'ho messa tutta per presentare agli altri paesi i risultati del nostro lavoro sia a livello tecnico che organizzativo, seguendo la linea dell'Hombu Dojo e della I.A.F.

Per la celebrazione del nostro Venten-

nale abbiamo invitato in Svizzera Waka Sensei Ueshiba Moriteru, che è venuto nel mese di ottobre '89. È stato sicuramente il miglior modo per festeggiare i nostri venti anni di Aikido.

Per la buona riuscita di tutto, ancora una volta devo essere grato ai miei amici italiani.

Simone CHIERCHINI

«IMPEDIRE DI FERIRE SENZA FERIRE»

# L'AIKIDO COME MEZZO DI FORMAZIONE INTEGRALE

La lotta tra gli uomini, l'opposizione fisica di due persone è tanto antica quanto il mondo.

Durante il Medio Evo in Giappone i capi dei clan (*Daimyo*) che avevano milizie al loro servizio, le esercitavano continuamente al combattimento; dettero così origine alla casta dei *Samurai*, uomini abili nel maneggio della spada, della lancia, dell'arco e del bastone e negli scontri corpo a corpo e a mani nude. I *Samurai* osservavano un codice morale di onore rigorosissimo la cui accettazione comprendeva un assoluto disinteresse per la propria vita, posta incondizionatamente al servizio del proprio signore.

D'altra parte per la classe umile, per il popolo, i diseredati sottomessi a continui abusi e alla umiliante oppressione dei loro governanti, l'uso di qualunque tipo di arma tradizionale era proibito, cosicché per difendersi — il che pure era vietato loro — si videro nella necessità di utilizzare i loro arnesi da lavoro o gli strumenti agricoli, esercitandosi nel maneggio degli stessi. Contribuirono in questa forma involontaria allo sviluppo delle Arti Marziali minori, delle quali ancor oggi esistono abili praticanti.

Sia la classe guerriera che le famiglie più umili di ogni borgata sperduta conservavano e trasmettevano in segreto questi sistemi di combattimento di generazione in generazione, di padre in figlio: in questo modo nacquero le differenti scuole (*Ryu*) e le Arti guerriere, come ad esempio:

*Takenouchi Ryu* (Antico *Ju-jitsu*)

*Tenjin Shinyo Ryu* (*Ju-jitsu*, poi *Judo*)

*Yagyu Ryu* (Spada con colpi di *Ju-jitsu*, poi *Kendo*)

*Hozo in Ryu* (Arte della Lancia - *Naghinata*)

*Kyu Shin Ryu* (*Tai-jitsu*)

*Kito Ryu* (*Judo* attuale)

*Aiki Jutsu*

*Ken Jutsu* (Arte di maneggiare la Spada)

L'*Aiki Jutsu* risale all'epoca Kamakura (1186-1337) e si suppone che fu creato da Minamoto Yoshitsune, trasmesso in segreto di generazione in generazione... finché nel 1883 (Epoca Meiji) nasce a Tanabe (Giappone) Ueshiba Morihei, legittimo possessore ereditario di questi segreti dopo sette generazioni e più tardi fondatore dell'*Aikido* attuale.



AIKIDO

*Un excursus riguardo la genesi storica della nostra disciplina e la lucida analisi delle caratteristiche e degli obiettivi peculiari dell'Aikido, frutto dell'abile penna di Santos Nalda, dimostrano la sua validità universale come metodo educativo integrale per la persona umana.*

Fin da ragazzo fu istruito nel *Ju-jitsu* e nel *Ken-jutsu* oltre ad altre Arti come la lancia, l'arco, ecc. Ormai adulto e posseduto dall'idea di apprendere tutto l'esistente riguardo qualsiasi Arte Marziale, percorse tutto il paese con una spada di legno come unico equipaggiamento in cerca di nuove scuole o maestri, al fianco dei quali si tratteneva il tempo necessario per apprendere tutto ciò che potevano insegnargli, poi continuava nel suo cammino alla ricerca di un nuovo stile, un nuovo maestro, un nuovo metodo...

Passati gli anni, dopo infaticabili periodi di pratica e profonde meditazioni, sintetizzò le sue conoscenze dando forma all'*Aiki-jutsu* che aveva ereditato dagli antenati, perfezionandone tutte le tecniche grazie alla propria esperienza. Nel 1925 fondò la propria Scuola nella quale dapprincipio insegnava esclusivamente ai membri dell'alta classe militare e imperiale; anni più tardi però, con l'idea di rifondare la morale dei giovani del proprio paese, si dimette dal suo incarico presso la Corte e il 9 febbraio 1948 Ueshiba fonda l'*Aikikai* di Tokyo e decide di insegnare pubblicamente la sua Arte a tutti coloro che desiderino apprendersela.

Trasforma quindi il nome di *Aiki-jutsu* in *Aikido* e pure il suo significato e obiettivo, che ora non mira più a eliminare l'aggressore nel modo più rapido ed efficace senza tener conto del danno causato, bensì semplicemente a neutralizzarlo e renderlo inoffensivo, cercando di causargli il minor danno possibile, inculcando un sentimento di non-aggressione e non-resistenza, non di sterile passività però.

Abbiamo visto in quale maniera e perché l'*Aikido* faccia parte delle Arti Marziali giapponesi e il desiderio del Fondatore di convertirlo in un metodo di educazione fisica e mentale (*Do*) secondo il principio della non-resistenza — fisica e mentale — rispetto alla forza dell'attaccante, in virtù dell'utilizzo in tutti i suoi movimenti dell'Arte del *Tai-Sabaki* (Spostamento circolare completo del corpo). L'*Aikido* concede molta importanza alla respirazione, posto che in essa risiede il segreto dell'utilizzazione dell'energia da parte dell'essere umano. L'*Aikido* sicché costituisce un sistema completo (*Do*) di formazione integrale dell'individuo in quanto a:





C. BALBIANO

Difesa Personale  
Educazione Fisica  
Conoscenza e Perfezionamento personale

## L'AIKIDO COME DIFESA PERSONALE

Tutta la pratica e gli esercizi partono da attacchi stabili e variati, eseguiti con la massima somiglianza alla realtà, prima dei quali è necessario reagire con rapidità e serenità insieme, utilizzando le tecniche che l'Aikido pone in nostro possesso e che vanno sviluppando l'attitudine allo schivare i colpi e il senso della distanza. Nel momento giusto la pratica seriamente realizzata scopre le nostre possibilità e limiti ed evidenzia ciò che di dannoso può risultare dall'applicazione incontrollata o viscerale di queste tecniche, per cui a poco a poco il sentimento dell'aggressività fisica si va trasformando nella nostra mente, rendendo inaccettabile la via della violenza come soluzione di qualsiasi rivalità; insieme va sparando il timore di essere aggrediti per la sicurezza che la pratica è andata depositando nel nostro subconsciente, e colui che non ha paura è più capace di evitare la lotta, l'aggressione, senza entrare nel suo gioco. La massima più nobile dell'Aikido è: «Impedire di ferire senza ferire».

## L'AIKIDO COME EDUCAZIONE FISICA

L'Aikido costituisce un'eccellente attività fisica in quanto la sua pratica si adatta all'età, sesso, ritmo, possibilità di ciascun individuo. Tutte le lezioni si iniziano con una serie di esercizi di ginnastica per scaldare, estendere e rendere flessibili tutti i gruppi muscolari, e si presta molto interesse alla respirazione che incoscientemente va coordinandosi con i movimenti del corpo.

Non si realizzano sforzi con carichi ecces-

sivi, non si trattiene la respirazione durante gli sforzi anche perché questi quasi non esistono, non si compete contro nessuno per cui non si produce alcuna sovraccitazione nervosa; in cambio si migliora la velocità di tutti i movimenti del corpo e l'agilità negli spostamenti, si fa un uso razionale della forza che si utilizza debitamente coordinata con la respirazione, e si aumenta la resistenza fisica dell'organismo semplicemente perché l'esercizio più pesante nell'Aikido consiste nel cadere e nel rimettersi in piedi molte volte nel corso di ciascuna lezione.

Tutte le articolazioni acquistano una gran flessibilità e resistenza, la circolazione sanguigna si attiva, la capacità polmonare aumenta, e il sistema neuro-muscolare diviene più sensibile e «obbediente» agli ordini provenienti dal cosciente o dal subconsciente.

## L'AIKIDO COME CONOSCENZA E PERFEZIONAMENTO PERSONALE

L'Aikido riconosce in ogni uomo l'esistenza della violenza allo stato latente, e anche se nella sua pratica si ripetono continuamente concetti come non-resistenza, armonia, pace, non-aggressione, non adotta un'attitudine spirituale non-violenta passiva e pertanto negativa, insegnandoci che prima di desiderare la pace e l'armonia in un contesto sociale o universale, è imprescindibile cominciare con stabilirla dentro noi medesimi.

L'Aikido ci aiuta a controllare la nostra mentalità dualista. Il corpo e lo spirito stanno in permanente interrelazione e il loro comportamento deve essere coerente in qualunque situazione o attività. L'Aikido propone un modello di comunità universale, nella quale il praticante si perfeziona per mezzo della conoscenza e della ricerca di se



R. RAMOZZI

### Di lato:

L'Aikido come difesa secondo Masuda Sensei, VII Dan. Il Maestro Masuda ha avviato con successo nel 1989 una traduzione didattica in Italia destinata a durare a lungo in futuro. Milano, 1989. (Ulke: F. Sassi, III Dan).

### Sopra:

Hosokawa Sensei, VI Dan, è stato per anni l'istruttore del Dojo Centrale di Roma. Attualmente insegna presso il Musubi no Kai di Cagliari ed è responsabile Aikikai per il Centro Sud. Ferrara, 1988.

stesso; i pregiudizi, l'egoismo e le vanità sono ostacoli da superare, la qual cosa non significa che dobbiamo rinnegare la nostra essenza denigrando la propria personalità, bensì lottare contro noi stessi con il fine di sradicare tutto ciò che falsa le relazioni umane. La unica vittoria che l'Aikido propone è la vittoria su noi stessi; non è necessario pensare di sopraffare e imporsi agli altri, ma piuttosto di compiere semplicemente la nostra missione nella vita.

COSA CI RISERVA IL FUTURO PROSSIMO DELL'AIKIKAI D'ITALIA?

## PAROLA DI CONSIGLIERE

*Ultimamente la nostra Associazione è percorsa da una serie di tensioni, che, nel bene o nel male, animano il dibattito e le attenzioni dei praticanti di ogni livello. Che tutto non fili liscio come l'olio è emerso chiaramente dalle dichiarazioni, spesso polemiche, che il Presidente ha rilasciato alla nostra Marisa Rainaldi nel suo articolo comparso sullo scorso numero di Aikido.*

*Doveroso quindi un approfondimento dei temi trattati allora dal Presidente con un altro componente del "Governo" Aikikai, il Consigliere Ubaldo Chiossi, che gettando acqua e benzina sul fuoco della polemica in corso, ci rivela i suoi punti di vista e progetti rispetto alle aspettative più pressanti degli aikidoka italiani.*



S. KK.

Ubaldo Chiossi si presentò candidato alle elezioni per il rinnovo del Consiglio d'Amministrazione dell'Aikikai d'Italia già tre anni fa; risultò primo dei non eletti, ma entrò lo stesso a far parte del massimo organo politico dell'Associazione in seguito alle dimissioni di uno dei Consiglieri regolarmente eletti dall'Assemblea. Allora si trattò di un'opportunità conquistata con un pizzico di fortuna, ma il lavoro svolto da Chiossi nel biennio successivo, ha fatto sì che alle Elezioni del febbraio 1989 venisse rieletto, confermato nella sua carica, quasi a dimostrare che la sua

presenza in Consiglio non era stato un caso fortuito.

— Quali motivi spinsero Ubaldo Chiossi a presentare la propria candidatura nell'87, e quale è stato il succo della tua partecipazione alla gestione Aikikai di quel biennio?

— La prima volta che posi la mia candidatura, fu perché ritenni di dover contestare il fatto che il numero di persone che si presentavano come candidati era ridotto sempre al minimo indispensabile; ed io consideravo al contrario molto importante che i Soci Elettori avessero la possibilità di operare le

loro scelte su un numero di candidati che non risultasse sempre coincidente con il numero dei Consiglieri da eleggere.

— Capitava che alle Elezioni per il rinnovo del Consiglio vi fossero sette candidati già destinati ai sette posti eleggibili?

— Esatto. Difatti non pensavo di essere eletto, ma come anche tu hai già detto, in seguito ad una serie di coincidenze mi sono ritrovato ugualmente a svolgere la funzione di Consigliere; così ho avuto modo di conoscere meglio il tipo di atmosfera che regna nelle riunioni di Consiglio, che se nell'insieme so-



**Nelle pagine di questo servizio:**

*Ubaldo Chiossi in azione sui tatami del nostro paese, che lo vedono presente da circa venti anni.*

no abbastanza amichevoli, in realtà non sono tutte rose e fiori. Il fatto è che si risente di una certa difficoltà ad esprimere le proprie opinioni, quando queste non sono in accordo con quelle altrui; fatto che contribuisce al formarsi di malumori, anche se di poca entità tra i Consiglieri stessi.

— Un ambiente amichevole fino ad un certo punto, dunque...

— Sì, in effetti vi è la tendenza a prendersela un po' sul piano personale, qualora si contestino determinate linee. L'importante resta comunque il fatto che le idee che portai in Consiglio allora facendomi portavoce delle richieste più pressanti di tanti praticanti comuni, istruttori e soci dell'Aikikai, non siano naufragate nelle difficoltà dei dibattiti, che si sia compreso che sono temi a cui dare una risposta, che finalmente oggi s'inizi e sempre più se ne discute in termini di risoluzione.

— Quali furono in concreto le proposte da te suggerite in Consiglio per il biennio 87/88?

— Il primo punto è stato la riorganizzazione della Segreteria. A mio avviso il lavoro di volontariato e i compiti spesso non ben definiti erano causa di un cattivo funzionamento e in casi estremi anche di controversie legali. Per ovviare a tutto ciò, poiché ritengo che la Segreteria sia un organo importantissimo, ho sostenuto la tesi che la persona che doveva svolgere il lavoro in ufficio fosse un'impiegata regolarmente assunta a tempo pieno, programmata nel suo lavoro dal Segretario, che le deve dare le sue direttive in base agli argomenti approvati dal Consiglio e dalla Direzione Didattica, risultanti dai verbali d'Assemblea e del Consiglio.

Il secondo tema è stato la questione della copertura assicurativa che si offriva agli iscritti della nostra Associazione, sulla quale percepivo a livello generale un certo malcontento per i servizi offerti; per cui mi preoccupai di valutare altre offerte, trovando di fatti altre compagnie assicurative che ci permettevano di avere con un maggior risparmio di danaro, una migliore copertura assicurativa per i nostri iscritti; e così dopo vari dibattiti, questo primo tema ha avuto recentemente una felice risoluzione, con il passaggio ad una nuova compagnia assicurativa "La Reale Mutua".

Poi ho avuto modo di affrontare la spinosa questione del Dojo Centrale di Roma.

Tengo a premettere che non ho assolutamente nulla contro chi lo gestisce, anzi nutro un gran rispetto per il lavoro che queste persone hanno svolto sempre con molta abnegazione.

Però, ciò nonostante, le vicende del Dojo Centrale hanno sempre seguito a creare malumori sia all'interno della Palestra dove continuavano a sorgere questioni tra i vari I-



A. FOSCHI

struttori, vuoi per la distribuzione dei ruoli di insegnamento, o per il modo di insegnare, o per la gestione; ne derivavano tensioni che poi finivano per influire sull'andamento didattico del Dojo stesso; sia anche all'esterno, facendo sì che le riunioni del Consiglio e le Assemblee fossero monopolizzate dal tema "Dojo Centrale". Parlare in Consiglio della Palestra di Roma, ci portava a troppi malumori, e prima ancora di arrivare a parlare di argomenti ben più importanti, come la ricerca dei modi e dei mezzi più idonei per una crescita più qualitativa dell'Aikikai nel suo complesso. Tentare di sciogliere questo nodo è stato per me un punto fermo; sempre ripeto, nel rispetto delle persone che si sono preoccupate di mandarlo avanti in questi anni, compito che sappiamo alquanto difficile. Credo però che, in considerazione del fatto che in Italia, abbiamo più di 80 Dojo che non

ci danno alcun problema, indipendentemente da come vadano le cose al loro interno, non sia giusto che un solo Dojo possa pesare tanto sulla gestione generale, anche se è, o è stato, quando c'era il Maestro Tada, lo specchio dell'Aikikai d'Italia. Attualmente, è arrivato il momento di dirlo, è un Dojo come tutti gli altri.

— E se non sbaglio tu hai proposto in Consiglio di renderlo tale anche a livello statutario.

— Proprio così. Non si poteva continuare a restare sordi alle voci che sempre più dipingevano il Dojo di Roma non come la scuola centrale dell'Associazione, ma come una cosa a sé, portandolo quindi ad essere più un elemento di discordia che un simbolo unificante. Un esempio per tutti: si continuano a sentire mugugni generalizzati per le lezioni che il Maestro giapponese tiene al



Dojo di Roma pagate da tutta l'Aikikai d'Italia, lezioni che se altri Dojo desiderano, devono invece pagare di tasca propria. È chiaro che in linea di principio tutti possono partecipare a queste lezioni, in quanto la palestra di Roma è la Sede Sociale dell'Associazione, ma è evidente che ben difficilmente possono beneficiarne gli iscritti di altre regioni. Quindi finiscono per essere retaggio esclusivo del Dojo Centrale.

— La "questione Dojo Centrale" nel biennio 87/88 non è stata risolta. Anche questo ti ha spinto a ripresentare la tua Candidatura per l'89/90?

— Le cose da fare sono tante e varie, e questo è solo uno dei tanti problemi da affrontare.

— Qual'è la tua proposta riguardo al Dojo Centrale per le prossime riunioni di Consiglio?

— La mia proposta è che il Dojo Centrale, lungi dall'essere abbandonato come ho sentito dire da qualcuno nell'ultima assemblea, rimanga invece ancora in possesso dell'Associazione, ma che la gestione della palestra venga invece affidata *ad personam* a chi il Consiglio riterrà opportuno una volta valutate le varie offerte di chi si proporrà per gestirlo. L'Associazione ne otterrebbe in cambio il rimborso delle spese di affitto e di mantenimento varie.

Questo tipo di politica dovrebbe eliminare ogni genere di problema, perché il Dojo Centrale, divenuto un Dojo come tutti gli altri, sarà gestito da un Comitato o da una persona, che pur con il controllo del Consiglio, porterà avanti la linea che riterrà opportuna e se ne sobbarcherà le conseguenze, positive o negative.

— Dunque vorresti svincolare dal Conto Economico generale dell'Aikikai la gestione del Dojo centrale? Chi si occuperà di questa Palestra dovrà far fronte da solo a ogni questione di entrata e uscita, fatto salvo un canone d'uso che verrebbe stabilito dal Consiglio.

— Sì, questa è la mia idea per risolvere il problema, chiudendo le questioni che inevitabilmente negli anni sono sorte, e hanno finito per coinvolgere un po' tutti.

— Ma i Raduni Nazionali che fine farebbero?

— Negli accordi che si prenderanno con i gestori, dovrà essere previsto per l'Associazione la possibilità di usufruire degli spazi organizzativi che il Dojo Centrale offre almeno in egual misura rispetto ad oggi.

— Quindi in fondo l'Associazione non si priverebbe di questa struttura; anzi, se la nuova gestione dovessero procedere per il meglio, si potrebbe ricreare uno scenario didattico e organizzativo degno dei bei tempi del Dojo Centrale.

— Certamente; dal momento che dal funzionamento del Dojo dipenderanno anche gli interessi del responsabile, egli (o loro) avrà anche la massima cura che tutto funzio-

ni dignitosamente, e questo sarà vantaggioso anche per l'Aikikai d'Italia che potrà avere una Sede pulita ed efficiente.

— Cambiamo argomento. Un tema che è emerso prepotentemente nell'ultima assemblea (Il. 89 N.d.R.), è la richiesta da parte di alcuni soci di un qualche riconoscimento a livello didattico per gli Istruttori da parte della Associazione. Ad esempio la possibilità di svolgere, riconosciuti dall'Aikikai, corsi su scala regionale o anche nazionale di tipo Stages. Come la pensa Ubaldo Chiossi, in proposito?

— Ritengo che se l'Aikikai si evolve e di conseguenza gli iscritti vanno aumentando, la Direzione Didattica che è composta di due soli Maestri, pur lavorando infaticabilmente, non potrà seguire tutti nel giusto modo, come le diverse esigenze richiedono. Pur organizzando oltre cinquanta stages all'anno.

Intendo dire che con la sempre più numerosa presenza delle cinture bianche negli stages si creano inevitabilmente delle difficoltà: problemi di spazio da una parte, ma anche di didattica e insegnamento dall'altra.

Gli Yudansha che praticano l'Aikido da anni, hanno invece necessità più specifiche, per l'approfondimento della loro pratica il rapporto tanto all'insegnamento quanto allo studio personale, e si trovano quindi ad essere meno motivati a frequentare gli stages open. Ritengo che andando avanti si renderà necessario delegare sempre più ai Maestri Italiani l'insegnamento ai Kyu anche in riferimento a una parte di stages. Mentre la Direzione Didattica, dovrebbe rivolgere la propria attenzione verso quello che è il quadro intermedio occupandosi in modo più specifico della preparazione degli Yudansha; creando quindi più stages per cinture nere, di tipo "Corso di aggiornamento professionale" per le persone che devono condurre l'insegnamento nel loro Dojo.

— Suggestisci dunque che i raduni Yudansha siano aumentati e modificati nel tipo di proposta e più mirati alle necessità dei responsabili di Dojo; quindi che siano non solo un normale allenamento, ma curino la formazione di una didattica comune?

— Sì, io ritengo sia necessario differenziare gli stages e che ciò contribuirà a stimolare nuovamente gli Yudansha a parteciparvi. Inoltre la loro massiccia presenza ad un buon numero di stages (minimo 6 all'anno), darà alla Direzione Didattica la possibilità di programmare una didattica specifica, con l'obiettivo di creare un livello tecnico più o meno uniforme nei presenti. Il lavoro svolto insieme dalla maggioranza degli Yudansha contribuirà a formulare un sistema di insegnamento pressoché uniforme.

— In Italia già da alcuni anni diversi Istruttori hanno iniziato a dirigere Raduni, da principio nati come riunioni di amici; gradualmente però questi Raduni cominciano ad avere una qualche rilevanza dal punto di vista didattico. All'ultima assemblea (Il. 89



N.d.R.) di Roma, è stata chiesta una sorta di investitura ufficiale da parte dell'Aikikai per poter dirigere questi Stages. Pensi che sia divenuto necessaria la creazione di un quadro didattico intermedio composto da Maestri abilitati a dirigere corsi di tipo Stages, o semplicemente chi si ritiene in grado di farlo, provi, e poi la piazza deciderà che cosa ne sarà di lui?

— Sì, io credo sia venuto il momento di creare un quadro didattico intermedio e ritengo sia necessario partire anche dal presupposto che l'Aikikai d'Italia è composta da tanti Dojo che lavorano isolatamente, mentre invece sarebbe utile per i vari Istruttori comunicarsi la propria esperienza, frutto di vari anni di pratica, per avere un confronto e scambio di tecniche e metodi.

Ritengo che da questa necessità sia nato l'uso spontaneo di questi incontri e il loro ripetersi più stabilmente non potrà che essere un beneficio per tutti, creando un'opportunità in più di migliorare ed amplificare il proprio Aikido e le proprie idee.

Andando avanti con questi tipi di incontri/raduni, le persone più idonee verranno a designarsi spontaneamente come punto di riferimento e quindi a porsi eventualmente in futuro come direttori di stages.

L'investitura ufficiale attualmente, potrebbe essere riconosciuta a livello di esaminatore.

Sia chiara comunque una cosa: la didattica dei nostri Sensei Giapponesi rimane sempre quella direttiva, ma se l'Associazione si sviluppa, è giusto che cresca anche il quadro in-





AIKIDO

termedio dei Maestri Italiani, altrimenti il lavoro decennale dei Maestri Fujimoto e Hosokawa, oltre a quello ventennale di Tada Sensei, deve considerarsi troppo riduttivo. Tutto questo ha uno sviluppo armonico che non ritengo debba creare alcun conflitto, ma al contrario avvalorare soltanto il lavoro dei nostri Sensei.

— Come vedi i rapporti con le altre Associazioni?

— La nostra Associazione deve continuare a lavorare seriamente come ha fatto in tutti questi anni, ma porsi in un'ottica di massima apertura verso i praticanti di altre Associazioni; permettendo a coloro che lo desiderano (previo pagamento dello stage e relativa copertura assicurativa) di partecipare ai nostri stages nel rispetto di una corretta etica e dei regolamenti della nostra Associazione.

— Un ultimo tema: negli ultimi anni si è verificato un netto incremento degli allievi iscritti all'Aikikai d'Italia: siamo passati nell'anno 87/88 da 2700 a oltre 3000; l'anno accademico 88/89 ha presentato una tendenza positiva dello stesso tipo, terminando con un ulteriore incremento di più del 10%. A cosa attribuisce, Ubaldo, questa crescita?

— La attribuisco al serio lavoro, svolto con impegno e professionalità dalla Direzione Didattica composta dai Maestri Tada, Hosokawa e Fujimoto, a all'impegno di quelle persone che, avvicinate all'Aikido come allievi, oggi sono validi insegnanti. Allargando il numero degli Insegnanti e di conseguenza il numero di Sedi, necessariamente

anche gli iscritti aumenteranno e se chi praticherà l'Aikido in questi Dojo sarà soddisfatto, contribuirà a sua volta a diffondere l'Aikido tra amici e conoscenti e quindi ad allargare la base degli iscritti.

— Non ha mai avuto il sospetto che, in fondo, una percentuale di quel 10% derivi anche da un maggior controllo delle iscrizioni da parte dell'Associazione, e quindi da una maggiore serietà da parte di alcuni Responsabili di Dojo? Potrebbe darsi che alcuni di questi praticanti frequentassero già da tempo il tatami del loro Dojo senza una adeguata copertura tecnica e assicurativa...

— Ritengo che si stia creando maggior professionalità nei Responsabili, che si vada formando più consapevolezza nel far le cose giuste.

È importante però che continui e si intensifichi la collaborazione fra la Segreteria Nazionale e i Dojo sparsi in tutta Italia. Questo reale collegamento è costituito dalla figura del Relatore Regionale che non ha come preminente incarico il controllo dei Responsabili, ma si occupa soprattutto di facilitarli nelle loro funzioni, partecipare alle loro attività se richiesto, informarli su tutto e riferire le eventuali proposte ed esigenze in Consiglio.

Spero che questa esigenza di collaborazione con i Relatori Regionali sia sentita favorevolmente dai Responsabili di Dojo e che siano quindi loro stessi ad invitare nei loro Dojo i Relatori Regionali.

— Forse i compiti del Relatore andrebbero precisati un po' più puntualmente: l'Aikikai d'Italia prevede la figura del Relatore Regionale, di cui pochi probabilmente hanno sentito parlare; si tratta dei sette Consiglieri eletti dall'Assemblea dei Soci. Ciascuno di essi ha in affidamento una zona di competenza; quali sono, in sintesi, le loro funzioni?

— I Responsabili di Dojo devono rivolgersi a loro per qualunque necessità, ciascuno al Relatore della propria Regione. Io mi occupo ad esempio dell'Emilia Romagna e delle Marche.

Anche nell'ultima Riunione di Consiglio, abbiamo affrontato questa questione: tante persone, Responsabili e non, si rivolgono alla Segreteria di Roma per informarsi di cose, magari di poco conto, che dovrebbero oltretutto conoscere come Responsabili di Dojo.

Queste persone vanno a rallentare il lavoro della Segreteria Nazionale, già in difficoltà. Per alleggerire la Segreteria di questi carichi di lavoro, i Relatori Regionali hanno assunto il ruolo di Agenti di collegamento tra gli aikidoka delle regioni di loro competenza e la Sede Centrale. A loro ci si deve quindi riferire per le indicazioni di qualunque genere.

— Anche allo scopo di creare quella comunicazione di idee ed esperienze tra i praticanti dei vari Dojo, di cui abbiamo detto prima?

— Esatto. La figura del Relatore Regiona-

le è fondamentale, perché sarà lui che porterà le idee di tutti i Responsabili di Dojo in Consiglio. I Responsabili di Dojo, che per mancanza di collegamento con la Sede Centrale non sono sufficientemente informati di tutto ciò che avviene nell'Associazione, tante volte non riescono ad esprimersi soddisfacentemente in un'Assemblea, in cui devono prendere decisioni, e che si svolge solo due volte l'anno; potranno così portare all'esterno le loro proposte attraverso i Relatori, che sono *in primis* Consiglieri.

E forse in questo modo i Consiglieri potranno partecipare alle riunioni esprimendo non il proprio parere di persone slegate da tutta la realtà dell'Associazione, ma i problemi dei Responsabili di Dojo, che costituiscono la struttura portante dell'Aikikai d'Italia.

— La nostra Associazione di qui a dieci anni: dove andrà secondo il Consigliere Ubaldo Chiossi?

— L'Aikikai d'Italia, in questo momento ha un grosso potenziale di Istruttori e spero che se ci si adopererà per un miglioramento del funzionamento dell'Aikikai nel senso finora descritto, se ne possano poi anche vedere i risultati positivi in un maggior sviluppo, che si intende sia quantitativo che qualitativo, della nostra Associazione. L'importante è che si mettano da parte le questioni di orgoglio personale e che tutti contribuiscano a migliorare il nostro livello personale e che tutti contribuiscano a migliorare il nostro livello organizzativo, perché è chiaro che se l'organizzazione funziona bene, anche la pratica dell'Aikido ne raccoglierà i frutti; e io voglio fare l'Aikido nelle migliori condizioni possibili.

**Simone CHIERCHINI**

## IL GOVERNO AIKIKAI

Danilo Chierchini *Presidente*  
Hiroshi Tada Sensei *Vice Presidente*  
Giorgio Veneri *Consigliere*  
Mario Traina *Consigliere*  
Francesca Laurora, *Consigliere*  
Ubaldo Chiossi, *Consigliere*  
Fulvio Sassi, *Consigliere*  
Franco Martufi, *Consigliere*

## I RELATORI REGIONALI

*Piemonte e Valle d'Aosta*, Mario Traina, 011/9427532  
*Lombardia e Trentino-Alto Adige*, Fulvio Sassi, 02/2665624  
*Emilia Romagna e Marche*, Ubaldo Chiossi, 0532/770546  
*Veneto*, Giorgio Veneri, 0376/328784  
*Liguria e Toscana*, Francesca Laurora, 02/3761464  
*Lazio, Abruzzi e Campania*, Danilo Chierchini, 06/7573512  
*Campania, Puglia e Calabria*, Mario Piccolo, 089/335775  
*Isole*, Franco Martufi, 06/264763

## IMMAGINAZIONE E MEMORIA NELL'AIKIDO

# L'IMMAGINE MENTALE

*Nel suo insegnamento il Maestro  
Tada insiste molto  
sull'immaginazione come valido  
strumento per perseguire e rafforzare  
l'energia, il «Ki» e proseguire nella  
«Via».*

L'esperienza del Maestro ripercorre una tradizione orientale millenaria, che sempre ha dimostrato e tuttora dimostra una estrema validità, a volte sconcertante agli occhi occidentali.

La scienza moderna si interessa ormai da tempo a questi fenomeni, analizzandoli sperimentalmente nell'intento di penetrarne i meccanismi.

In relazione al campo dell'apprendimento e della memoria, sono numerosi i lavori sperimentali compiuti, che hanno apportato nuova conoscenza e comprensione.

L'apprendimento e la memoria sono due aspetti di un medesimo processo che si conclude con l'acquisizione dell'esperienza. Con l'apprendimento si risolvono i problemi; con la memoria si capitalizza ciò che si è

appreso e se ne può disporre.

La memoria è ritenuta strutturata in diversi livelli o compartimenti che non sono però statici, bensì dinamicamente interattivi. Si distingue una «memoria immediata» (10-20"), una «memoria a breve termine» (20") ed una «memoria a lungo termine» (stabile). La memoria a lungo termine include la «memoria dichiarativa», direttamente accessibile alla coscienza e che può essere descritta a parole, e la «memoria procedurale». Questa non è direttamente accessibile alla coscienza, né può essere descritta a parole in termini di fatti ed eventi ben localizzati nel tempo e nello spazio. È la memoria che si forma in modo automatico e ampiamente inconscio tramite pratiche motorie o percettive ripetute molte volte, come avviene nell'apprendere a guidare la macchina, a nuotare. Essa riceve lo stimolo dalla memoria immediata e permette di venire a capo di situazioni critiche con reazioni immediate.

Dinamicamente interattivi sono apprendimento e memoria stessi, influenzandosi e potenziandosi vicendevolmente.

Un modello dinamico della memoria potrebbe essere il seguente: Stimolo → valutazione → livello arousal → consolidamento della traccia mnestica e risposte → emozione (positiva o negativa) → attenzione, interferenza, reiterazione → risultato o prestazione. L'apprendimento precedente e la personalità esercitano la loro influenza a tutti i livelli. Il «livello arousal» grosso modo corrisponde al livello di eccitazione, psichica e fisica, dell'organismo; tanto più esso è elevato, tanto più a lungo durerà il processo di consolidamento della traccia mnestica lasciata dallo stimolo.

E veniamo più propriamente all'immagine.



A TESTORI





AIKIDO

Ad essa è sempre stata attribuita una grande importanza. Aristotele affermava che sono «oggetti di memoria per sé quelli che cadono sotto l'immaginazione»; e sant'Agostino si esprimeva in questi termini: «Se per caso scompare dai nostri occhi un oggetto visibile, noi ne conserviamo interamente l'immagine».

Nella sterminata letteratura delle immagini, riemerge di continuo, dal Medioevo ad oggi, l'antico insegnamento di Gregorio Magno: bisogno richiamarsi alla forza dell'immagine perché «attraverso di essa anche gli ignoranti capiscono cosa si deve fare, e in essa leggono anche coloro che non conoscono le lettere dell'alfabeto».

Molte ricerche sperimentali sembrano indicare come il ruolo dell'immaginazione sia di favorire una migliore organizzazione del materiale mnestico. Il sistema di codificazione per immagini è più potente e più centrale per la memoria.

La formazione di immagini ci serve come una specie di «lavagna mentale» in cui sviluppare le idee e saggiarne le conseguenze. Le immagini mentali, ancora, somigliano alle rappresentazioni della percezione: entrano in funzione le stesse parti del cervello. Quindi, immaginare di fare una certa cosa può anche sostituire, in qualche misura, l'azione effettiva.

Al termine di ogni allenamento di Aikido si assume la posizione *Seiza*. È un momento molto importante, che andrebbe prolungato per diversi minuti diventando parte integrale e fondamentale dell'allenamento stesso, in quanto favorirebbe enormemente il consolidamento nella memoria, sia dichiarativa che procedurale, del lavoro svolto durante la lezione.

Innanzitutto il «livello arousal» dell'orga-



AIKIDO MAGAZINE

nismo è fortemente aumentato dall'allenamento precedente; inoltre la posizione *Zazen* induce ad un rilassamento muscolare e viscerale, ad un sereno stato d'animo con un aumento della recettività.

Coltivare l'immagine in questo momento, ripercorrendo le tecniche eseguite, accrescerebbe l'attenzione focalizzata su di esse, ci aiuterebbe a scoprire (e quindi correggere già con l'immagine) eventuali nostre pecche nella loro realizzazione, ne costituirebbe un'ulteriore ripetizione rinforzandone la memorizzazione, e, non ultimo, genererebbe un'emozione positiva trascinando mano a mano ad una più ottimistica visione dei valori della vita e rinforzando positivamente la personalità.

Franco CARRARO

## BIBLIOGRAFIA

- P. Meazzini. A. Corao: *Apprendimento ed emozioni* - Giunti  
 C. Cornoldi: *Modelli della memoria* - Giunti  
 S.M. Kosslyn: *Le immagini della mente* - Giunti  
 G. Catona: *Memoria e organizzazione* - Giunti  
 G. Berlucchi: *Teorie e patologie della memoria* - Sfera n°5 maggio 1989 (Sigma Tau)  
 P. Rossi: *I professionisti della memoria* - Sfera n°5...  
 Prof. Dr. Y. Ikemi: *Studi psicofisiologici dello Zen* - Atti del I Congresso Mondiale di Sofrologia - Barcellona 1970  
 Prof. Dr. M. Guirao: *Neuropsicologia soffrologica* - in: Pommier-Pietrangelo «Corso di Sofrologia», vol 2°  
 C. Silva: *Approccio soffrologico all'immaginazione ed all'immagine suo correlato* - Atti del IV Congresso Mondiale di Sofrologia, Andorra 1988.

DAGLI ALBORI DELLA CIVILTÀ

# LA SPIRALE E IL CERCHIO



A. FOSCHI

La spirale e il cerchio sono due simboli molto antichi che ritroviamo in tutte le civiltà. Stigmatizzati nei capitelli dell'antica Grecia, tracciati sulla sabbia con le dita da tribù africane, scolpiti nelle caverne dai suoi primitivi abitanti o nelle chiese da sconosciuti scultori, schematizzati in alcuni segni astrologici. D'altronde questi simboli sono operanti e manifestati in tutte le forme e gli aspetti dell'Universo; per esempio la spirale

*Le basi dinamiche dell'Aikido si inscrivono in una prassi culturale che muove i primi passi con la nascita dell'uomo.*

la ritroviamo nella posizione rannicchiata del feto, nella forma dell'orecchio, nell'accrescimento a spirale dei capelli, sulle impronte digitali dei polpastrelli, nel braccio ripiegato (*shihonage*), o nella torsione del polso (*kotegaeshi*), nel moto delle onde, nei turbini d'aria, nelle volute delle galassie, nel fumo che si diffonde da una sigaretta accesa, nei vitici dell'uva e nel guscio delle lumache. Invece la circonferenza la ritroviamo nella forma del-



**Nella pagina accanto:**

*I partecipanti allo Stage di Asai Sensei, VII Dan, si stringono in cerchio attorno al Maestro. Milano, 1989.*

**Accanto:**

*Spirali nell'Aikido. Asai Sensei, VII Dan, Direttore Tecnico Aikikai Deutschland - Milano, 1989.*

**In basso:**

*Altro tipo di movimento spiraliforme. Hosokawa Sensei, VI Dan, Vice D.T. Aikikai d'Italia - Asti, 1989.*

l'occhio, in quella del seno, del palmo della mano, nell'ombelico e ancora nella forma dei pianeti, di alcuni frutti come la mela, la ciliegia e l'uva, nella sezione di un tronco d'albero, nei campi magnetici... La vita stessa si muove in cerchi e spirali e le leggi dell'Universo seguono modelli sinusoidali. Gli artisti di tutti i tempi si sono ispirati alla natura traendo e schematizzando da essa certi simboli come la doppia spirale, il cerchio col punto centrale, il caduceo di Hermes, il simbolo dello *Yinyang*, la *svastika*, ect. ect. Tutti questi simboli seppur formalmente diversi sono comunque tutti riconducibili ad un'unica realtà.

La natura opera usando i simboli — archetipi eterni viventi nel mondo delle Idee di Platone — come modelli per creare le forme. Per comprendere meglio questo concetto si può confrontare il simbolo dello *ying-yang* con una fase della divisione cellulare. Come si può vedere i due puntini del simbolo summenzionato rappresentano i nuclei delle due cellule figlie, mentre la linea forma di esse rappresenta il setto che separa le due nuove cellule originatesi da un'unica cellula madre: il cerchio col punto centrale! Ah quale mondo meraviglioso e infinitamente mutevole che pur ritorna sempre su se stesso con mirabile gioco di linee, forme e colori....

Ma adesso passiamo all'Aikido e rileggiamo ciò che scrive il Doshu sul suo ultimo libro, *Aikido shintei*, di cui il brano che riporto è apparso su una delle ultime nostre riviste: «(...) il flusso della rotazione sferica può considerarsi la tecnica più importante nel condurci a quello stato dell'Aikido di esistenza totalmente rilassata.

Il Fondatore, Morihei Ueshiba Sensei, parlava di questo movimento come fosse una spirale, ed altre volte usava l'analogia della sfera; comunque sfera o spirale, i movimenti sono sempre in relazione con forme curve. Personalmente vedo in questo flusso di rotazione sferica la corrente/flusso più vera dell'Aikido».

Forse adesso ci è più chiaro perché O Sensei scriveva che l'Aikido è una delle sottili verità dell'Universo.

La suprema bellezza dell'Aikido, il suo fascino misterioso ed attraente deriva proprio da questo: ciò che scultori hanno fissato sulla nuda roccia, pittori disegnato su tela e musicisti rappresentato con melodie, o sensei lo ha incarnato in se stesso, nel suo corpo, nella sua vita, nel suo spirito fino a diventare «uno con l'universo» e infine ha cristallizzato la stessa essenza del Creato nell'Aikido, opera d'arte viva e pulsante!

Potremmo dire che l'Aikido è un simbolo vivente; cerchi, spirali, sfere, ellissi... Nel movimento vorticoso di *ikkyo-kaiten* è rappresentato mirabilmente il simbolo dello *ying-yang*, in *iriminage* e in *kotegaeshi* la doppia spirale, in *teuchinage* la croce, in *ikkyo* il cerchio. Anche per questo il Maestro Ueshiba diceva «L'Aikido è un'arte in cui i principi sono rivelati da Dio» e ancora «La missione dell'Aikido è quella di dar vita ad un'Arte Marziale che risponda all'eco dell'Universo».



C. BALBIANO



S. K.K.

PRIMA REGOLA: SIATE PRUDENTI

# COME EVITARE GLI INCIDENTI NELLA PRATICA DELL'AIKIDO

La pratica di ogni attività fisica e ovviamente anche dell'Aikido comporta il rischio di incidenti; non può dirsi che l'Aikidoka durante il suo *training* sia completamente al riparo dal subire una lesione fisica, però questo rischio è assunto liberamente, coscientemente.

Nonostante ciò il Maestro, l'allenatore, o colui che eventualmente diriga un allenamento deve al massimo grado tener presente questa possibilità, e adottare tutte le misure e le precauzioni capaci di ridurla al minimo; anche se come si è detto non è possibile sradicarla in maniera assoluta, il responsabile deve consapevole della propria responsabilità tanto per i successi che per gli errori, posto che la sua missione è insegnare, in modo che nessuno soffra alcuna lesione o incidente fisico.

Dato che gli aikidoka partecipano agli allenamenti in forma volontaria, si ritiene che il praticante non sia responsabile del danno che involontariamente abbia potuto causare al suo *partner*, o ad un terzo, salvo nel caso che non abbia rispettato nessuna delle misure di precauzione, delle regole o indicazioni del Maestro.

Il Maestro, benché non sia direttamente responsabile dell'incidente, deve poter dimostrare che prima, durante e dopo il medesimo ha rispettato e insegnato a rispettare tutte le norme di sicurezza e che ha preso tutte le precauzioni possibili.

Come regola fondamentale, gli sforzi che si esigono nel corso di una lezione devono essere proporzionati all'età e alla condizione fisica dell'allievo, per la qual cosa si rende totalmente indispensabile che il Maestro possieda ampie conoscenze di anatomia, fisiologia, educazione fisica, pronto soccorso, etc, poiché la carenza delle medesime può costituire una fonte di incidenti ed un esempio di irresponsabilità.

*Alcuni suggerimenti dettati dall'esperienza o dalle più elementari norme del buon senso possono aiutare Responsabili e praticanti ad evitare gli incidenti che possono turbare la nostra vita sul tatami.*

## RISCHI DOVUTI ALL'IMPRUDENZA DELL'AIKIDOKA

1. Iniziarsi alla pratica senza previo esame medico.
2. Non rispettare le più elementari precauzioni di controllo e sicurezza nelle proprie azioni, disprezzando le leggi fisiologiche o biomeccaniche.
3. Mancanza di igiene del proprio corpo o indumenti e possibile propagazione di infezioni.
4. Incidenti dovuti a mancanza di riscaldamento preparatorio, alla fatica o all'esaurimento.
5. Maneggiare imprudentemente, il *Jo*, il *Bokken* o la *Katana* senza la sufficiente abilità o spazio.
6. Incidenti dovuti a mancanza di concentrazione per stress o tensione psicologica.
7. Incidenti dovuti alla mancanza di rispetto dei propri limiti o delle indicazioni del medico, al ritorno all'allenamento prematuramente dopo una lesione.
8. Contusioni, fratture, etc. per non stare «attento» a ciò che fanno le coppie più vicine o attorno.

## PRECAUZIONI DA PRENDERE DA PARTE DEL MAESTRO

1. Non iniziare l'allenamento senza un riscaldamento fisico previo e specifico.
2. Far sì che ciascun allievo esegua gli esercizi che corrispondono al suo livello e programma di grado.
3. Conoscere il livello, le attitudini e i limiti di ciascun allievo, non autorizzandolo a eseguire tecniche per le quali non è preparato.
4. Insegnare ai principianti il segnale «Basta!», affinché non resistano inutilmente e pericolosamente alle tecniche eseguite dal *partner*.





5. Spiegare a tutti gli allievi di fare attenzione al proprio *uke* e di non proiettarlo se non sono sicuri che vi sia lo spazio e che nella caduta non vada a urtare contro gli altri.

6. Il Maestro sceglierà per le sue dimostrazioni un buon *uke*; diversamente agirà con ogni precauzione e attenzione allo scopo di non procurare neanche una benché minima lesione e di non esporre un allievo a rischi gratuiti o inutili.

7. Avvertire con assiduità gli allievi di non esagerare nel numero di cadute e anche nella violenza delle stesse.

8. Evitare forme di allenamento o *rاندori* simultanee nelle quali si produrranno scontri continui e pertanto il rischio di lesioni.

9. Non proporre un allenamento pericoloso quando il numero degli allievi è molto e-

levato e lo spazio disponibile ridotto.

10. Se nonostante tutte le precauzioni prese un giorno capitasse un incidente, il Maestro deve saper cosa fare in materia di primo soccorso e trasporto immediato del ferito ad un centro medico.

## PRECAUZIONI NEL DOJO

1. Se è possibile disporre di una buona aereazione.

2. Disporre di una porta di uscita all'esterno o emergenza e conoscere bene la sua ubicazione compreso al buio.

3. Fare attenzione che dentro la sala non vi sia alcun elemento, parete, spigolo, porta, chiodo, vetro, etc., la cui presenza, per un contatto inavvertito, risulti causa di ferite o lesioni.

4. Conoscere l'ubicazione e il funzionamento degli estintori di incendio.

## PRECAUZIONE NELLA DOCCIA

1. Non scendere dal *tatami* per i corsi alla doccia o al W.C. senza scarpe, né rimanere scalzi a contatto col pavimento nello spogliatoio, né vestirsi sopra al proprio asciugamano usato come tappeto.

2. Occhio al pavimento scivoloso per l'umido o con residui di sapone; attenzione ai gradini di accesso alla doccia, perché scivolare è pericolosissimo.

3. Non toccare gli interruttori della luce, non accendere asciugacapelli o altri apparecchi elettrici con i piedi scalzi e bagnati o con le mani umide.

José Santos NALDA ALBIAC 2

UNA VOCE AMICA DALLA SVEZIA

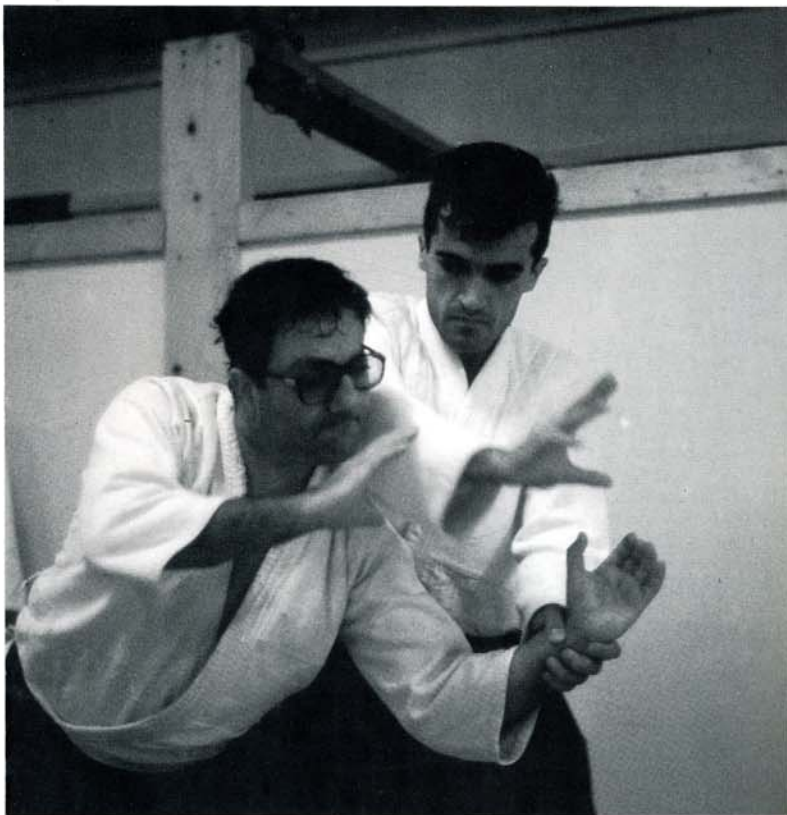
## PERCHÈ IO PRATICO AIKIDO

*Tanti praticanti di Aikido, tanti perché della pratica, dice ad un certo punto del suo articolo Jan Nevelius, giovane Nidan svedese. Ma tra i tanti perché che tutti possono individuare, una motivazione più profonda emerge più chiaramente dalla lettura di questo testo: l'Aikido deve essere indirizzato ad un miglioramento interiore personale prima, dell'umanità intera poi. «Chi può fare Aikido contro un missile?», dice provocatoriamente Jan Nevelius; o, per dirla con Tada Sensei, «Qual'è lo scopo di un Aikido che da relativo non passa mai ad assoluto?»*

Adesso ho ventuno anni, ma quando ho iniziato a praticare Aikido ne avevo solamente undici. Avevo sentito parlare di «Arti mistiche» dell'Estremo Oriente, ma sicuramente di tutto ciò non ne sapevo un granché.

In seguito un amico mi introdusse al Judo. Il modo in cui usavano il corpo per me era completamente nuovo. Non avevo mai visto nulla di simile prima. Era una cosa incredibile vedere come i praticanti più abili potessero proiettarci così facilmente e senza danneggiarmi minimamente.

Poi ho cominciato con l'Aikido, che si è dimostrato essere un'esperienza ancor più fantastica. La prima cosa che mi colpì fu l'eleganza nel modo di muoversi dei praticanti di Aikido. Mi veniva da pensare che non facessero fatica. Poi, quando mi accorsi che era realmente così, fui preso all'amo. Smisi di praticare Judo e mi concentravo esclusivamente sull'Aikido. Non ero mai stato troppo attratto dalle competizioni nel Judo, e l'Aikido mi si rivelò molto più affine alla mia sensibilità.



S. KKK

Stavo veramente bene dopo la pratica. Era come se il mio corpo e la mia mente in qualche modo si fossero «purificati». Mi sentivo rilassato e nello stesso tempo pieno di energia. E se per qualche tempo non potevo praticare, a scuola non ero neppure in grado di concentrarmi a dovere. Mi accorsi anche che mi ammalavo molto più frequentemente se non potevo fare Aikido.

Un'altra cosa che per me rendeva fantastico l'Aikido era che benché l'Aikido fosse un'Arte Marziale, non ci si allenava per danneggiare la gente, ma per aiutarla. Per lo me-

no questo è quello cui io credo, e mi dispiace sempre vedere qualcuno che si infortuna durante la pratica.

Io credo che studiando l'Aikido bisogna anche imparare il modo di risolvere i conflitti. Vi saranno sempre conflitti, lo so, ma possiamo imparare come comportarci con essi nel modo più opportuno grazie all'Aikido. Potrei dire che questa è la lezione che dobbiamo imparare se l'umanità vuole sopravvivere su questo pianeta. In tal modo, «Lavorare per la pace» potrebbe essere il più importante messaggio dell'Aikido. Non credete





A. FOSCHI

**Nella pagina accanto:**

*Un'immagine splendidamente evocativa ripresa durante lo Stage di Torino di quest'anno.*

**In questa pagina:**

*L'ideale comunione dei praticanti di Aikido alla ricerca di un ritmo comune. (Milano, 1989).*

che gli aikidoka dovrebbero pensare un po' di più a questo problema? Oggi, che il mondo è così pieno di armi terrificanti, è la cosa più importante. Se non includiamo questo contenuto nel nostro Aikido, mi sembra che abbiamo perduto del tutto una gran parte del suo messaggio. Se l'Aikido è limitato alle tecniche è inutile. Chi può difendersi da un missile con l'Aikido? Dobbiamo scegliere di applicare l'Aikido alla nostra vita intera con la più completa e totale dedizione.

Sono consapevole che molta gente inizia a praticare Aikido perché ha in mente di imparare un sistema di auto-difesa. Sebbene questa fosse una delle ragioni per le quali anche io ho cominciato il *training* dell'Aikido, oggi è secondaria per me, mentre il messaggio di pace dell'Aikido è diventato molto importante. Questa parte dell'Aikido è stata fondamentale anche nello sviluppo della mia personalità e nel miglioramento caratteriale, non solo nel *Dojo*, ma anche nel resto della mia vita.

Un'altra ragione per praticare Aikido è anche che mi sono sempre interessato di medicina orientale. L'Aikido e la medicina orientale hanno molto in comune: il concetto di *Ki*, fondamentale per l'uno e per l'altra, è solo uno dei tanti aspetti comuni.

Il sistema didattico, l'insegnamento da persona a persona e non mediante libri è un'altra concordanza. C'è una gran differenza

tra l'imparare qualcosa da un'altra persona e il leggere da soli. Vi sono così tante cognizioni che non si possono ottenere per mezzo di parole...

Questa è una delle ragioni per cui mi sono recato in Giappone per imparare di più riguardo l'Aikido. Cercavo pure di vedere con i miei occhi le radici dell'Aikido; volevo incontrare il fortunato popolo che ha imparato l'Aikido direttamente da O'Sensei, vedere il paese da cui proviene l'Aikido, la cultura di O'Sensei vissuta nei *Dojo* ove egli insegnò la nostra Arte. Credo che il *feeling* di molte cose non possa essere trasmesso con le parole; bisogna sperimentarlo personalmente. Io spero solo che un maggior numero di aikidoka possa essere in grado di fare la stessa esperienza.

Quando io praticavo altri sports differenti dall'Aikido, mi accorgevo di avere una gran difficoltà nel motivare me stesso alle difficoltà dell'allenamento. Desideravo farmi una ragione del mio fatica e un semplice sport non me ne forniva abbastanza. Ciò nell'Aikido non aveva mai costituito un problema. Ci sono persone che sembrano essere in grado di praticare sports solo per divertimento o per procurarsi grossi muscoli, ma io cerco di avere una motivazione più profonda in quello che faccio.

E considerando la mia pratica nell'Aikido, credo di potervi trovare un significato. Grazie all'Aikido penso di aver potuto imparare di più riguardo a me stesso, alla natura umana e a molte altre cose. Spero proprio che in futuro io possa essere in grado di praticare Aikido finché non sia più capace di muovermi a causa della vecchiaia.

Sto facendo Aikido da più di dieci anni ormai, e durante questo periodo le motivazio-

ni per continuare a praticare sono andate cambiando. In questi appunti ho cercato di raccontarvi alcune delle cose più importanti che ho notato in questi anni. Sono sicuro che ve ne devono essere molte di più che adesso non sono riuscito a ricordare.

Certamente vi saranno tanti motivi perché la gente faccia Aikido, quanti sono gli aikidoka che lo praticano, e molti probabilmente potranno trovare dei limiti in quello che ho scritto, cercando di spiegare a parole cose che realmente non possono essere espresse verbalmente. Il modo più semplice di spiegare perché pratico Aikido — e forse anche il miglior modo — credo che sia dire solamente: «Lo faccio perché mi piace».

Mi piacerebbe che fossero più numerosi coloro che desiderano iniziare a studiare l'Aikido; ma nello stesso tempo ho un po' paura che l'Aikido diventi troppo grande. E questo perché temo che alcuni dei messaggi dell'Aikido potrebbero andar perduti; non perché molta gente praticherebbe Aikido, ma perché le cose troppo grandi diventano meno vicine all'individuo di quanto si proporzionerebbero.

L'Aikido è la cosa più vicina alla persona umana tra quelle che conosco. Spero solo che resterà una via che tutti possono seguire.

O'Sensei creò l'Aikido e io penso che non intendesse destinarlo solo ad un piccolo numero di persone. Credo invece che cercasse di diffonderlo in tutto il mondo abitato. Spero che il suo messaggio venga messo in pratica in questo modo: un grande incremento dei praticanti è una cosa tanto importante quanto che l'Arte rimanga a dimensione d'uomo.

## SO DI NON SAPERE

Dal settembre del 1987 sono diventato Responsabile di Dojo. Da allora mi sono sforzato per capire il senso di questa carica. Forse «Il Profeta» di Gibran Kahil Gibran ci può fornire una risposta; sentiamolo:

*«E un maestro domandò: Parlatemi dell'Insegnamento.*

*Ed egli disse:*

*Nessuno può insegnarvi nulla, se non ciò che in dormiveglia giace nell'erba della vostra conoscenza.*

*Il maestro che cammina all'ombra del tempio, tra i discepoli, non dà la sua scienza, ma il suo amore e la sua fede.*

*E se egli è saggio non vi invita ad entrare nella casa della sua scienza, ma vi conduce alla soglia della vostra mente.*

*L'Astronomo può dirvi ciò che sa degli spazi, ma non può darvi la propria conoscenza.*

*Il musicista vi canterà la melodia che è nell'aria, ma non può darvi il suono fissato nell'orecchio, né l'eco della voce.*

*E il matematico potrà descrivervi regioni di pesi e di misure, ma colà non vi potrà condurre.*

*Giacché la visione di un uomo non impresta le sue ali a un altro uomo. E come Dio vi conosce da soli, così tra voi ognuno è solo a conoscere Dio, e da solo comprenderà la terra».*

*(redatto da F. Ruta da G.K. Gibran: Il Profeta - Ed. Guanda)*





## IL GALLO DA COMBATTIMENTO

Storia Zen raccontata da Taisen Deshimaru Roshi e raccolta da Ruben Viloria, Responsabile del Dojo Aikizendo di Roma e allievo di Deshimaru.

Un giorno un re desiderava avere un gallo da combattimento invincibile in battaglia, e aveva chiesto ad uno dei suoi sudditi di prepararne uno. All'inizio questi insegnò al gallo la tecnica di combattimento; dopo dieci giorni il re domandò:

«Si potrebbe organizzare un combattimento con il gallo?»

Ma l'istruttore rispose: «No! No! No! è forte, ma questa sua forza è vuota; vuole sempre combattere, è eccitato e la sua forza è effimera.»

Dieci giorni più tardi il re domandò:

«Si può, allora, organizzare questo combattimento?»

«No! No! non ancora. Si irrita ancora, anche quando sente la voce di un altro gallo, si mette in collera e vuole battersi.»

Dopo altri dieci giorni il re domandò:

«È possibile ora?»

L'istruttore rispose: «Ora non si eccita più se ascolta o vede un altro gallo, resta calmo.

La sua posizione è giusta, la sua tensione è forte, non si mette più in collera, l'energia e la forza non si manifestano più in superficie. Forse va bene per un combattimento».

Portarono numerosi galli e si organizzò un torneo. Ma i galli da combattimento non potevano avvicinarsi a quel gallo: fuggivano impauriti! Così non ci fu bisogno di combattere.

Il gallo era divenuto di legno, aveva oltrepassato l'allenamento, aveva interiormente una forte energia, e gli altri non potevano che inchinarsi davanti alla sua tranquilla sicurezza.

Non è necessario voler vincere. Solo allora si può vincere.

Lo Zen significa lo sforzo dell'uomo che pratica la meditazione. Lo Zazen significa lo sforzo per raggiungere il dominio del pensiero senza discriminazione, la coscienza al di là di tutte le categorie, conglobando le espressioni del linguaggio. Questa dimensione può essere raggiunta attraverso la pratica dello Zazen e dell'Aikido.



## LA GOCCIA

Il maestro era seduto in mezzo al *tatami*.

Le porte di carta di riso e legno antico, che abitualmente erano parte integrante delle pareti, erano state fatte scivolare sulle loro guide, lasciando entrare nel *dojo* l'aria pungente e fresca del mattino.

L'alba era sorta da poco e il cielo che si vedeva dalle grandi aperture era color rosa pallido, a tratti solcato dalle sottili strisce bianche della nebbia mattutina. All'esterno del *dojo*, il giardino del Maestro era un raro esempio di perfezione. L'erba tagliata corta, livellata a poco più di un centimetro da terra era di un verde straordinario: non abbastanza intenso da trattenere lo sguardo, e non abbastanza pallido da passare inosservato. Le lievi ondulazioni del terreno sembravano accompagnare il rumore del ruscello che, nel corso degli anni, le aveva rese così armoniose. Oltre il piccolo corso d'acqua, che faceva ricordare il suono di un violino per la sua delicatezza, si dondolavano al venticello dei bassi ciliegi che formavano (era la stagione della fioritura) delle macchie indistinte rosa pallido.

L'aria all'interno del *dojo* era immota e densa.

La calma che vi aleggiava era quella del lago di montagna.

Il Maestro era seduto in *zazen*, le mani sottili e solcate dalle vene intrecciate sul grembo, i suoi occhi erano semi aperti, fissi nel vuoto. Il corpo sottile ed eretto sembrava essere una parte delle rocce che si intravedevano vicino al torrente. Il suo respiro era così lieve che non avrebbe fatto spostare nemmeno una piuma.

Eppure aveva appena terminato una massacrante lezione di Aikido con il suo migliore allievo.

Erano soli nel *dojo*.

Dalla pelle caldissima del giovane si alzavano sottili volute di vapore. Il vecchio Maestro (aveva più di settanta anni) lo osservava nello stato di *Hangan*, vedere-non vedere, per percepirne il respiro, la sua condizione interiore. Vide che nella postura del giovane c'era qualche cosa che non andava. C'era una tensione che non avrebbe dovuto esserci.

Il giovane cercò di controllare il proprio respiro, sentendo il tocco leggero della coscienza espansa del suo Maestro. Ma non riusciva ad essere perfettamente a suo agio. Era stata una lezione durissima; un'ora e mezzo di continui e sfibranti attacchi da parte del Sensei, alternati a momenti in cui doveva essere lui ad attaccare il vecchio. Ed erano i momenti più terribili, in cui si sentiva preso dal vento di tempesta che quell'uomo dolcissimo sapeva scatenare. Aveva dato fondo a tutte le sue energie, ben sapendo quanto rigido fosse il Maestro in fatto di disciplina. Ricordava ancora con dolore quella volta in cui, durante lo *zazen*, alla fine della lezione, non era riuscito a controllare uno sternuto. Il maestro non aveva neppure alzato un dito contro di lui, né aveva battuto ciglio: ma l'ondata di furore freddo che lo aveva investito era stata peggio di qualsiasi colpo fisico.

Ed ora stava per capitare ancora: una piccola, stupida goccia di sudore gli stava lentamente scivolando dalla fronte giù per il setto nasale, con un fastidio indescrivibile.

In quel momento il Maestro vide qual era la causa dell'agitazione del suo allievo. Quella minuscola goccia che gli stava colando giù per il naso lo stava facendo impazzire. Il suo interno si increspò in un sorriso. Il giovane percepì un incresparsi nel respiro del Mae-

stro e si sentì perduto. Disperatamente lottò con tutte le proprie forze per mantenere la mente calma come prima ma fu tutto inutile, un sottile ago di paura gli risali per la colonna vertebrale: non ce l'avrebbe fatta a sopportare un'altra volta la furia interiore del suo Sensei. La goccia, noncurante, continuò maligna il suo cammino verso la punta del naso.

Il Maestro colse il tremolio sotto l'occhio destro, e vide come il *wa* del suo allievo stava cadendo a pezzi.

Il giovane era disperato, la goccia aveva passato la punta del suo naso ed ora, contro tutte le leggi della fisica, stava lentamente scivolando all'interno di una narice. L'inizio di un prurito che presto sarebbe divenuto insostenibile prese a manifestarsi. La paura del giovane stava per tramutarsi in terrore. Pensò alla sua famiglia che tanto aveva speso e ancora spendeva per mantenerlo agli studi universitari e di Aikido, pensò alla sua ragazza che andava in giro vantandosi del Maestro di lui, e pensò con terrore al loro disonore se questi (ed era sicuro che questa volta sarebbe successo) lo avesse cacciato dal *dojo*.

Mentalmente si stava già preparando alle risate dei suoi amici da sempre invidiosi delle sue fortune personali, quando la soluzione gli balenò all'improvviso: se quella goccia fosse caduta dal suo naso prima che il Maestro gli avesse dato il permesso di lasciare il *dojo*, egli avrebbe commesso *seppuku*.

Immediatamente una nuova forza si impadronì di lui: poteva quasi sentire l'approvazione dei suoi avi, in uno scatto di gioia selvaggia.

Il Maestro sentì tutto questo e capì: il suo cuore rimase esattamente come prima, ma il suo *wa* mutò leggermente, divenne quasi aggressivo.

Il giovane lo percepì e capì che non sarebbe stato necessario aspettare che la goccia gli cadesse dal naso: il Maestro stava per cacciarlo. Intanto la goccia era giunta alla fine del suo cammino, e stava per cadere.

Nella mente del giovane presero a scorrere come in un film le immagini della sua breve vita. Sua madre, la sua ragazza, la prima volta che aveva fatto l'amore. La sua mente iniziò a prendere commiato dal mondo. Poteva già quasi sentire il freddo acciaio della *katana* di famiglia che sua madre custodiva in una stanza speciale.

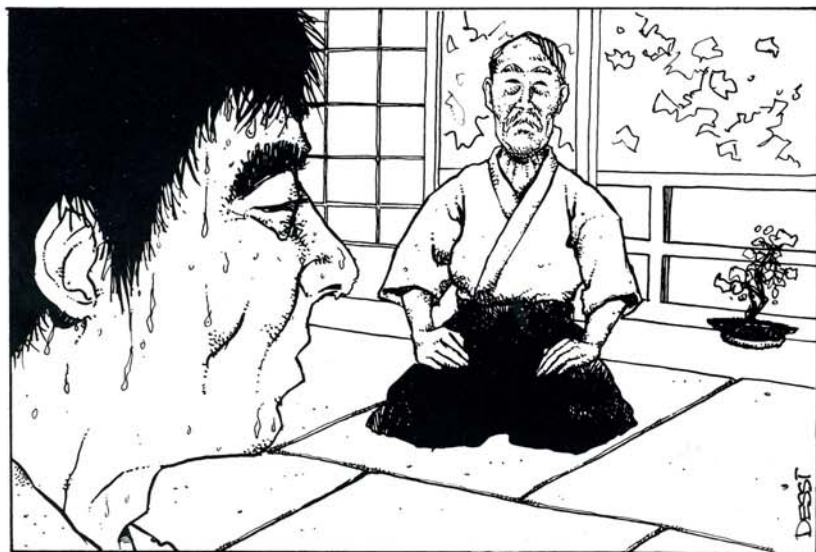
Poi, improvvisamente, si accorse che vicino a lui c'era qualcuno. Pensò che fosse la sua immaginazione, ma stava sentendo la goccia che lentamente si allungava, che stava per dividersi dal resto del sudore, condannandolo alla morte, che ormai aspettava come un ospite gradita.

Diede un ultimo saluto al mondo.

Poi un asciugamano ruvido gli passò sotto il naso, asciugandogli il sudore giusto un attimo prima che la goccia cadesse. In quel momento l'universo gli si schiuse davanti. Quando rientrò in sé, vide che il Maestro era sempre al suo posto. Un uccellino emise poche note, poi volò via.

L'aria nel *dojo* era ferma.

Francesco AMATO





IL VENTENNALE DELL'A.C.S.A., L'AIKIKAI SVIZZERA

# AIKIDO KONGRESS BASEL '89

*In estate Karlsruhe aveva ospitato il Doshu Ueshiba Kisshomaru Sensei per gli World Games; l'autunno ha portato in Europa Waka Sensei Ueshiba Moriteru, figlio di Kisshomaru ed erede spirituale della tradizione Ueshiba.*

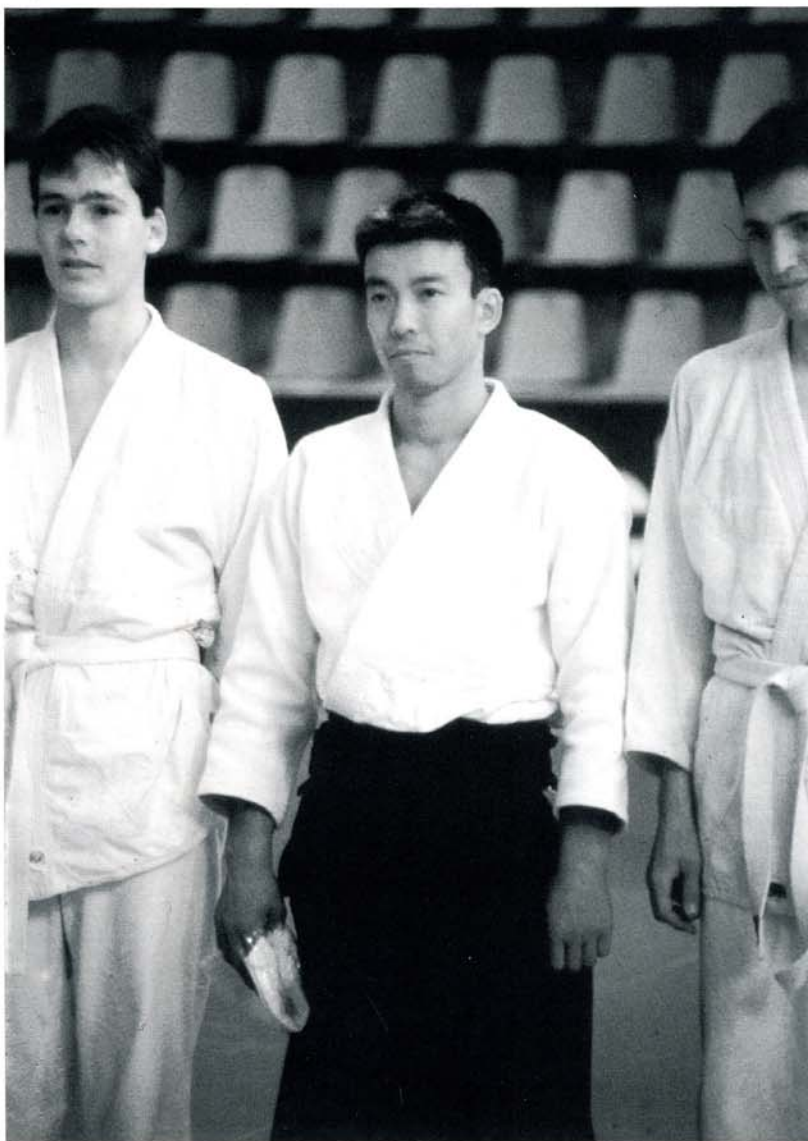
## BASEL '89: LA CRONACA

Il 1989 passerà agli annali come anno tra i più fortunati del decennio per i cultori europei dell'Aikido: nel breve spazio di circa tre mesi i nostri *Dojo* hanno ospitato prima il Doshu (World Games '89 in Germania), poi Waka Sensei (Ventennale dell'A.C.S.A. in Svizzera).

Per i suoi primi venti anni l'Aikikai Svizzera ha organizzato un grande Stage Internazionale, svoltosi alla fine di ottobre a Basel, città che per la sua collocazione a crocevia tra Svizzera, Francia e Germania, sta quasi a simboleggiare l'unione ideale degli aikidoka europei.

Il Raduno ha richiamato una folla enorme di praticanti, circa 600, che hanno usufruito dei giganteschi impianti del St. Jacob di Basel. L'organizzazione è stata messa a dura prova da una così gran affluenza di aikidoka — di cui 150 provenienti dall'Italia —, ma il Maestro Ikeda e le altre sfere dell'A.C.S.A. se la sono cavata egregiamente.

Ueshiba Moriteru Sensei ha diretto lo Stage, tenendo la maggior parte dei corsi e dimostrando una precisa continuità rispetto agli insegnamenti paterni, così come sono emersi durante lo Stage Internazionale di Karlsruhe. Non va comunque dimenticato l'impegno profuso da tutti gli altri *Shihan* giapponesi presenti a Basel, e cioè Tamura Sensei per la Francia, Asai Sensei per la Germania, Kanetsuka Sensei per la gran Bretagna, Hosokawa e Fujimoto Sensei per l'Italia; e, *dulcis in fundo*, per la Svizzera Ikeda Sensei, che ha avuto l'onore di ricevere direttamente dalle mani di Waka Sensei il Diploma di VII Dan, a riconoscimento delle ener-





C. BALBIANO

gie spese nel ventennale impegno di diffusione dell'Aikido in Europa.

A Ikeda Sensei vanno le felicitazioni più sincere da parte dell'Aikikai d'Italia e della Redazione di Aikido.

(S.C.)

## BASILEA: UNO STAGE POST-ATOMICO

Lo so cosa state pensando: la lettura del titolo vi ha reso certi del fatto che nella redazione della rivista vi sia un forte consumo di droghe pesanti.

Voglio innanzitutto rassicurare le persone che ci temono in preda alla morsa letale della droga, il titolo, vogliamo dire inusitato, (fa sempre colpo usare parole difficili) è nato da delle battute che facevamo a Basilea, nel rifugio atomico dove dormivamo durante lo stage. Avete letto bene, rifugio atomico, con questo non voglio assolutamente muovere alcun appunto sull'organizzazione dello stage e sull'ospitalità a noi riservata che è stata ineccepibile.

Tutto ha funzionato benissimo, gli alloggi che erano attrezzati hanno retto bene ai severi tests sulla resistenza delle strutture; sapete bene come vanno queste cose, sono state notti un po' agitate.

Ma andiamo con ordine: l'Aikikai Milano grazie ai suoi potenti mezzi economici aveva affittato per raggiungere Basilea un lussuoso pulman che noi, durante il viaggio, ci siamo premurati di trasformare in un compromesso tra una bisca e un pollaio, dove così facendo ci siamo sentiti subito più a nostro agio.

Lo stage era organizzato per festeggiare il ventennale dell'Associazione Culturale Svizzera di Aikido, e per l'occasione vi intervenivano quasi tutti gli Shihan europei e last but not least Moriteru Ueshiba.

### Nella pagina di questo servizio:

*Momenti di diverso spessore tecnico nelle spiegazioni di Waka Sensei, che ha diretto lo Stage coadiuvato dai migliori specialisti giapponesi della nostra disciplina in Europa. Basel, 1989.*

L'impianto sportivo dove si teneva lo stage era al solito fantascientifico rispetto agli standard medi italiani. Mi viene in mente il Palalido di Milano ad esempio, dove andare negli spogliatoi è impresa di rara suggestione archeologica.

Come penso abbiate capito, non ho nes-

suna intenzione di entrare in dotte descrizioni sulle delizie tecniche che i Maestri ci hanno mostrato.

Non hanno senso, a mio infimo parere, (modesto mi sembra poco) descrizioni da Gazzetta dello Sport che non si attagliano all'Aikido, dove nessuno scaglia in rete niente e non vi sono punteggi da discutere.

Quello che va detto, è che sotto il profilo della crescita e per allargare lo spettro d'azione della Vostra pratica, tutti gli stages e in particolare quelli internazionali sono unici. Il motivo è ovvio, il caleidoscopio di esperienze che riuscite a condensare in poco tempo è notevole, ed anche se molte scivoleranno via senza che ve ne rendiate conto, basta che una rimanga ed è un piccolo passo avanti compiuto. (Verso dove? Ah saperlo!)

Il nutrito gruppo di italiani ha veramente impressionato, non sul tatami! Cosa pensavate, ha impressionato la nostra capacità di creare scompiglio anche in un contesto estremamente sfavorevole quale era Basilea, città ordinatissima e molto bella.

In un primo momento i più maligni di noi, avevano pensato che la scelta del rifugio atomico fosse stata fatta dalla cittadinanza, per cercare di contenere gli effetti devastanti della nostra presenza.

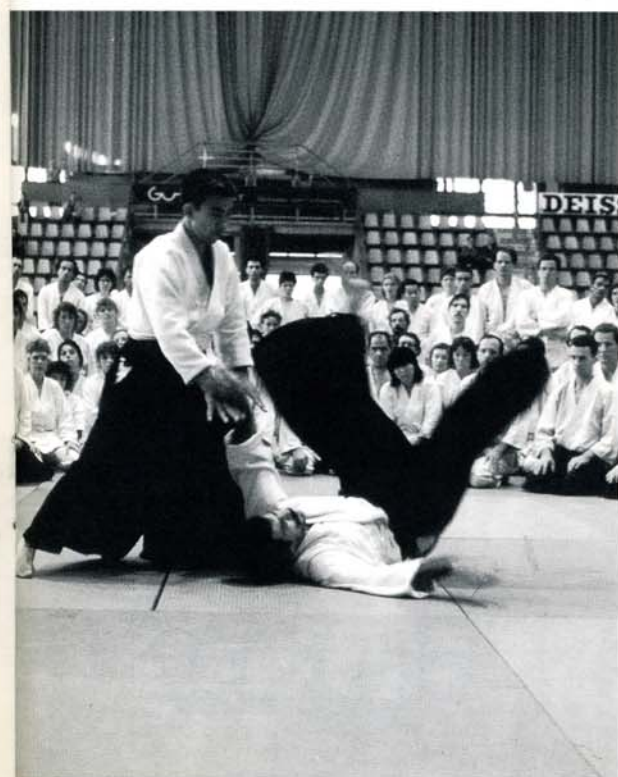
Come devastante è stata la simpatia di un gruppo di allievi del M° Hosokawa, insieme ai quali ci siamo esibiti per le strade della città, in ore non proprio canoniche, in canti tipici sardi! Lo si è fatto più che altro, per non disattendere alle aspettative che gli Italiani suscitano all'estero.

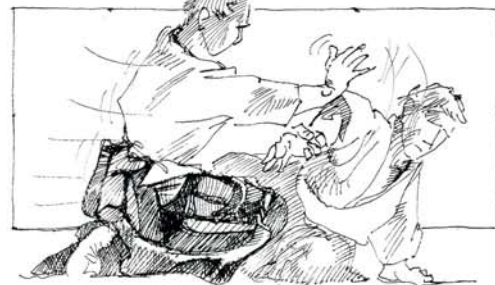
Spero di avervi ragguagliato a sufficienza sulle nostre malefatte in terra straniera, di più non posso dirvi, i limiti della decenza e quel poco che rimane del mio buon gusto mi impongono il silenzio. Di sicuro avrete capito che il divertimento non è mancato.

Ah dimenticavo! Abbiamo anche praticato Aikido.

Alessandro GILARDONI







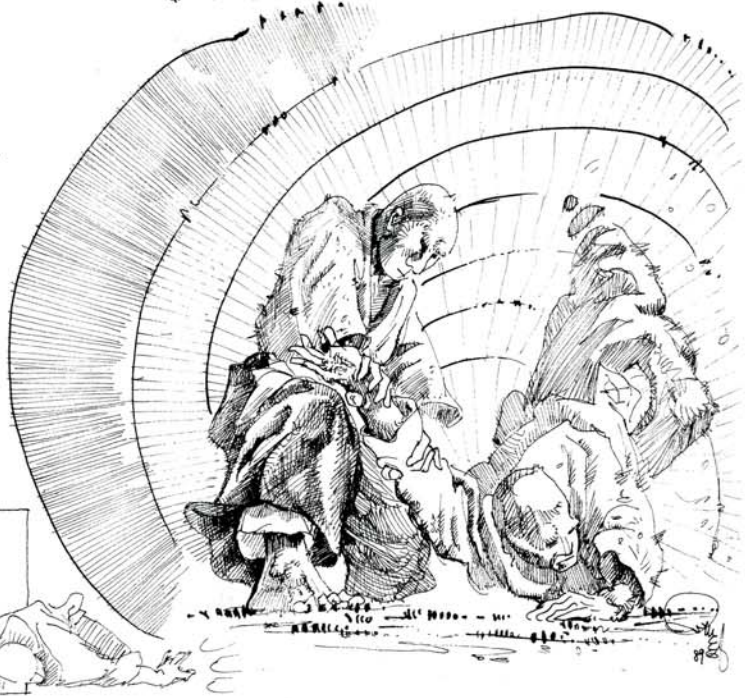
**3° KYU**







合氣道  
Aikido  
J. MORIMOTO  
O. MORIMOTO  
U. R.







UN ANTICHISSIMO GIOCO ORIENTALE PORTATO AL MASSIMO  
SPLENDORE IN GIAPPONE

## CORVI E AIRONI: IL GIOCO DEL GO

*Aikido presenta una esauriente trattazione del gioco del Go, carissimo a Tokugawa Ieyasu e ancora oggi praticato amatorialmente da oltre dieci milioni di giapponesi.*

*U-ro*, corvi e aironi (dal colore delle pedine), è uno dei tanti nomi poetici dati dai Giapponesi al Go, considerato da molti il gioco più complesso e affascinante esistente.

Il Go si gioca in due persone su un tavoliere chiamato *Go-ban*, che viene fabbricato tradizionalmente da un unico blocco di legno di dimensione 45.4 x 42.4 cm, con uno spessore variante da 14 a 20 cm, a cui vengono aggiunte gambe intagliate in legno alte circa 12 cm; sulla faccia superiore del blocco vengono tracciate 19 linee orizzontali che si intersecano con altrettante verticali per formare 361 incroci; come si può immaginare, un simile equipaggiamento è piuttosto costoso: si usano quindi anche Go-ban senza gambe e di spessore minore (fino a 1 cm), o persino in plastica o cartone.

Le pedine, bianche e nere, sono chiamate «pietre», hanno tutte lo stesso valore e sono tonde, a forma di lente biconvessa, di circa 2 cm di diametro e 0.9 cm di spessore nel punto centrale. I materiali più pregiati sono ardesia per le pietre nere e conchiglia per le bianche: anche qui possono venir usate pietre in vetro o plastica. Le pietre, in numero di 181 per le nere e 180 per le bianche (nulla vieta di usarne di più in caso di necessità), sono conservate in ciotole di legno con coperchio.

### LA STORIA

Le esatte origini del Go sono perse nelle nebbie del tempo: è abbastanza certo che fu inventato intorno al 2000 a.C., ma non si sa con precisione dove o come.

Nonostante la letteratura cinese classica attribuisca tale invenzione a numerosi Imperatori, è molto improbabile che il materiale del Go fosse stato inventato appositamente per giocare. Molto più attendibilmente l'uso che si faceva del Go-ban era quello di una specie di abaco: alcune popolazioni dell'Asia Centrale usavano il sistema duodecimale per



THE EAST

contare e secondo alcune teorie il Go-ban da 17 linee (come era quello originale: l'attuale formato di 19 linee fu stabilito intorno al 700-800 d.C.) era molto adatto allo scopo.

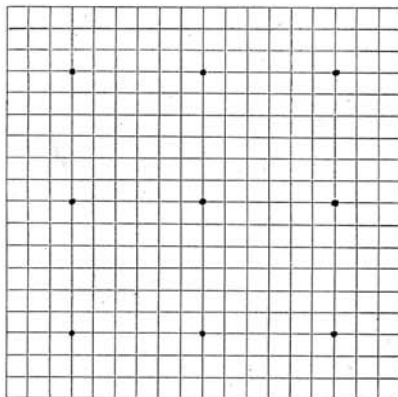
Una delle tante leggende vuole che un giorno due matematici annoiati, giocherellando con un abaco del genere, decisero di farne un gioco: inventarono la regola della cattura (vedi il paragrafo delle regole), stabilendo che il primo giocatore che avesse perso una pietra o un gruppo di pietre avrebbe perso la partita. Questa ovviamente è una versione semplificata del Go, mancando l'idea del sacrificio o del conteggio del territorio; è tuttavia implicito il concetto di gruppo incondizionatamente vivo, e quindi di «terri-

torio» vero e proprio (tutti questi concetti verranno spiegati nel paragrafo delle regole).

Come gli scacchi, anche il Go ebbe quindi origine nell'Asia Centrale, ma, a differenza di quelli, si diffuse verso Est. Esistono antiche documentazioni riguardanti il Go sia in Nepal sia in Tibet, e da lì il gioco raggiunse la Cina.

In Cina il Go era diffuso soprattutto nelle classi sociali più elevate: la Corte Imperiale, le alte gerarchie religiose e militari. Finalmente, il Go raggiunse il Giappone nel 735 d.C., grazie ad un ambasciatore al suo rientro dalla Cina. Anche qui veniva giocato esclusivamente dai ceti elevati: furono principalmente i preti buddisti a sviluppare il gioco, tanto che già nel 1000 d.C. la tattica era ben conosciuta, mentre l'aspetto strategico globale, specie nell'apertura (*fuseki*), mancava completamente.

La storia del Go moderno inizia comunemente nel 1612, quando lo *Shogun* Tokugawa Ieyasu, appassionato giocatore di Go, decise di fondare quattro scuole, finanziate annualmente dal governo; in tal modo i giocatori, ormai veri e propri professionisti, potevano dedicare tutto il loro tempo allo studio del gioco e allo sviluppo delle politiche connesse al Go. Il massimo incarico per un giocatore di Go era quello di *Go-Dokoro*, cioè di Capo dell'Accademia di Stato, un titolo equiva-



**Fig. 1** - Il Go-ban con i nove hoshi (stelle), i punti, cioè, dove il nero mette le sue pietre di vantaggio (da due a nove) nelle partite ad handicap.



lente a quello di ministro. Tale posizione era data al giocatore più forte del momento (*Meijin*), che veniva scelto dal Governo. Vista la grande rivalità esistente fra le quattro scuole, l'elezione del *Go-Dokoro* era regolarmente spunto per feroci polemiche.

Le quattro scuole (chiamate Honimbo, Hayashi, Inoue e Yasui) erano in stretta relazione con le sette Buddhiste: il Capo di ciascuna era prete egli stesso e quindi la successione non poteva avvenire per discendenza diretta, ma il titolo veniva passato al discepolo più forte, con altre aspre rivalità.

Ogni anno veniva giocata una serie di partite ufficiali di fronte allo *Shogun*, nel suo castello. Tutti i giocatori aventi un rango di 7 Dan e oltre erano ammessi. Poiché all'epoca non c'erano limiti di tempo alle partite, queste venivano giocate prima della data ufficiale e poi replicate velocemente alla presenza dello *Shogun*, per non annoiarlo con i lunghi tempi di riflessione.

Questo felice stato di cose continuò fino alla fine del periodo Edo, quando, nel 1868, la Rivoluzione Meiji fece cadere lo Shogunato dei Tokugawa.

I finanziamenti annuali furono aboliti e le scuole di *Go* affrontarono tempi duri: il loro unico mezzo di sostentamento era l'insegnamento, ma, nonostante tutto, la successione al loro interno continuò.

È importante notare come fino a quel momento il *Go* era rimasto predominio dei ceti elevati; tuttavia, quando il quotidiano *Yomiuri* cominciò a sponsorizzare numerose partite fra i più famosi giocatori, l'entusiasmo popolare per il *Go* cominciò a crescere rapidamente.

Nel 1924 fu fondata la Nikon Hi-in, l'Associazione Giapponese del *Go*; la riunione dei circoli di *Go* diede nuovo impulso alla sua diffusione.

Dopo pochi anni, due giovani professionisti, Kitani Minoru e Go Seigen, svilupparono un nuovo tipo di *fuseki*, aprendo rivoluzionarie prospettive alla strategia del gioco. Kitani è anche famoso per aver diretto una scuola (il Kitani Dojo), ospitandola nella sua casa, i cui discepoli vivono e studiano *Go* con devozione e i cui ranghi, sommati insieme, superano i 200 Dan!

Al giorno d'oggi in Giappone ci sono dieci milioni di amatori; quasi 500 professionisti si disputano titoli che valgono decine di milioni di yen. Il gioco è anche diffusissimo in Cina, dove solo da un paio d'anni è stato istituito il professionismo, in Corea e in Taiwan. In Occidente il *Go* è presente dai primi del Novecento ed è diffuso nelle due Americhe, in Europa (più di 10000 giocatori) e comincia a fare la sua apparizione in Africa: esiste un *Go* club a Nairobi!

## LE REGOLE

### 1 - SCOPO DEL GIOCO

La creazione di spazi, chiamati «territorio», circondati interamente da gruppi di pietre dello stesso colore non catturabili; il territorio è costituito dal numero di incroci vuoti del *Go-ban* così delimitati. Vince il giocatore

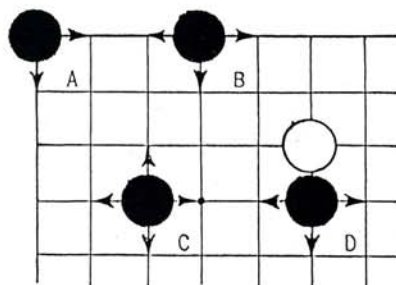


Fig. 2

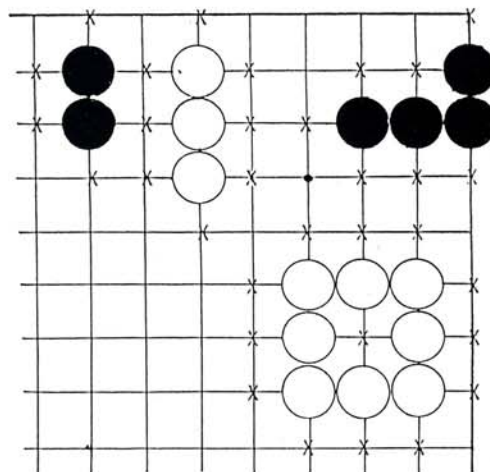


Fig. 3

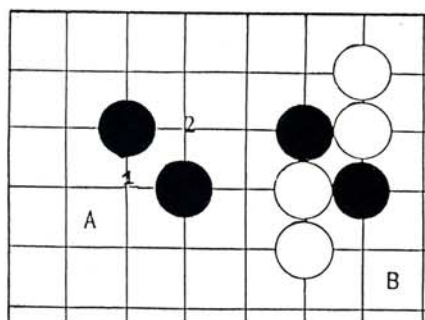


Fig. 4

con il maggior numero di incroci (punti). Può verificarsi la patta (*jigo*), a meno di disposizioni contrarie (vedi dopo).

### 2 - MODALITÀ

Un giocatore prende le pietre nere, l'altro le bianche. Il nero fa la prima mossa, giocando una pietra su uno qualsiasi degli incroci (e quindi non nelle caselle), compresi i bordi e gli angoli, dopodiché i due giocatori si alternano giocando una pietra alla volta. Una volta giocate, le pietre non possono essere più mosse. Possono tuttavia essere cattura-

te: in questo caso vengono tolte dal *Go-ban* e contate alla fine come «prigionieri»: ognuno di essi rappresenterà un punto in meno di territorio per il giocatore che lo ha perduto.

Un giocatore può passare il proprio turno quando vuole. Ovviamente ciò avviene solo in due occasioni: alla fine della partita, quando i due giocatori convengono di comune accordo che non c'è più possibilità di fare territorio né prigionieri e quindi, dopo aver «passato», contano i punti. L'altro caso si verifica nelle partite ad *handicap*, dove il bianco, più forte del nero, gli lascerà giocare all'inizio della partita un opportuno numero di mosse di fila proporzionalmente alla differenza in forza fra i due giocatori:

il nero piazzerà le sue pietre di vantaggio in punti prestabiliti del *Go-ban* (chiamati *hoshi*, cioè stelle), dopodiché il bianco fa la sua prima mossa e la partita vera e propria ha inizio.

### 3 - LIBERTÀ E CONNESSIONE

Una pietra, posata su una delle intersezioni del *Go-ban*, ha un certo numero di «libertà»: con questo termine vengono indicate le intersezioni vuote ad essa adiacenti lungo le linee del *Go-ban*: una pietra giocata nell'angolo avrà due libertà, sul bordo ne avrà tre, nel centro quattro. Si noti bene che i punti vicini diagonalmente non rientrano nella definizione.

Due pietre dello stesso colore si dicono «connesse» se ognuna occupa una libertà dell'altra: in questo modo esse formano un unico gruppo non più separabile che possiederà ben sei libertà se si trovasse nel centro del *Go-ban*. Ovviamente questo processo di connessione può essere esteso a piacere, essendo la connessione una proprietà transitiva: ad esempio, in un gruppo di tre pietre in fila la prima è connessa alla terza per mezzo di quella centrale. In fig. 3 vediamo alcuni gruppi di pietre connesse: ciascuno di essi formano un tutto unico, con un certo numero di libertà (marcate con una x).

Nel *Go* non si ha quindi un «movimento» vero e proprio, ma questo viene rappresentato tramite la costruzione e la crescita di gruppi di pietre connesse.

Nella fig. 4A le due pietre, non occupandosi libertà reciprocamente sono considerate NON connesse: se il bianco giocasse nei punti 1 e 2 separerebbe a tutti gli effetti le due pietre.

In fig. 4B vediamo il risultato di questo «taglio»: l'unico modo per il nero di connettere ora le sue pietre sarebbe quello di «catturare» (e quindi togliere dal *Go-ban*) almeno uno dei gruppi bianchi che tengono le sue pietre separate. Ma come si fa a catturare una pietra o un gruppo di pietre?

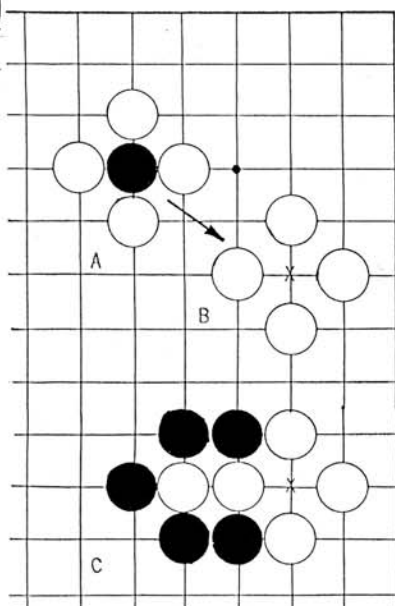


Fig. 5

#### 4 - LA CATTURA

Una pietra (o gruppo di pietre) è catturata quando tutte le sue libertà sono occupate dal nemico. Come abbiamo già visto, essa viene tolta dal *Go-ban* e contata come «prigioniero».

In fig. 5 vediamo l'effetto della cattura.

È illegale giocare in un punto privo di libertà, a meno che, così facendo, non si catturi una pietra o un gruppo di pietre.

In fig. 6A vediamo una pietra in procinto di essere catturata: non le rimane che una libertà (si dice che è in *atari*). Se però è il turno del nero, questi può salvare la sua pietra semplicemente connettendogliene un'altra esattamente nello stesso punto dove dovrebbe giocare il bianco per catturare. Nel *Go* il «punto vitale» è sempre uno, per entrambi i giocatori!

#### 5 - TERRITORIO E «OCCHI»

Abbiamo già definito al punto 1 la nozione di territorio ed in fig. 7 ne vediamo un esempio di 12 punti. Evidentemente le pietre che lo delimitano devono essere incondizionatamente «vive»: se venissero catturate non esisterebbe più territorio nero (anzi, dopo la rimozione delle pietre uccise quello che rimarrebbe sarebbe a tutti gli effetti territorio bianco).

Fortunatamente esiste la possibilità di proteggere i propri gruppi da qualsiasi attacco.

In fig. 8A vediamo un gruppo nero che delimita un punto di territorio. Purtroppo è completamente circondato dal nemico: il suo territorio è anche la sua ultima libertà: è in *atari*. Peggio ancora, non ha alcuna possibilità di salvarsi: non può giocare al suo interno perché si priverebbe della sua ultima libertà (divieto di suicidio) né catturare le pietre che lo circondano, perché al bianco è

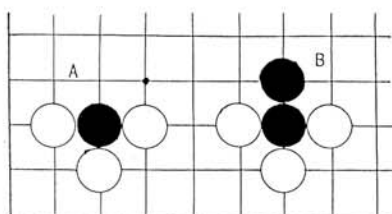


Fig. 6

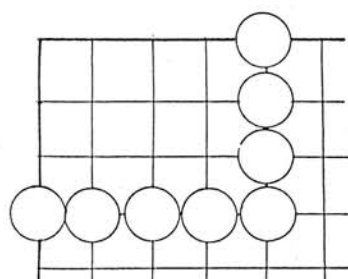


Fig. 7

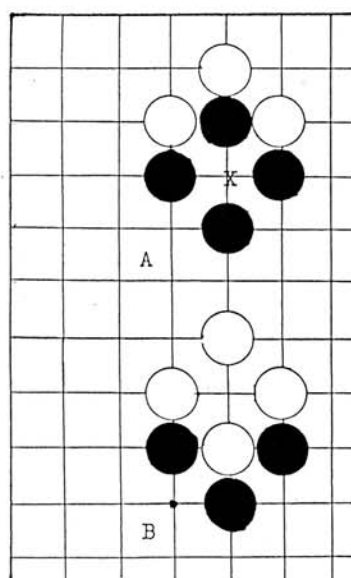


Fig. 9

sufficiente una sola mossa per uccidere.

Ovviamente gli occhi possono essere composti da un numero di intersezioni grande a piacere (tutto territorio in più), purché esse siano separate (o separabili) in qualche modo.

Tuttavia è importante che le pietre circondanti gli occhi siano connesse, o connettabili senza «chiudere» gli occhi stessi, senza cioè dover giocare al loro interno fino ad eliminarli.

#### 6 - KO

La forma in fig. 9A è piuttosto peculiare: se il turno è al bianco, questi può catturare la

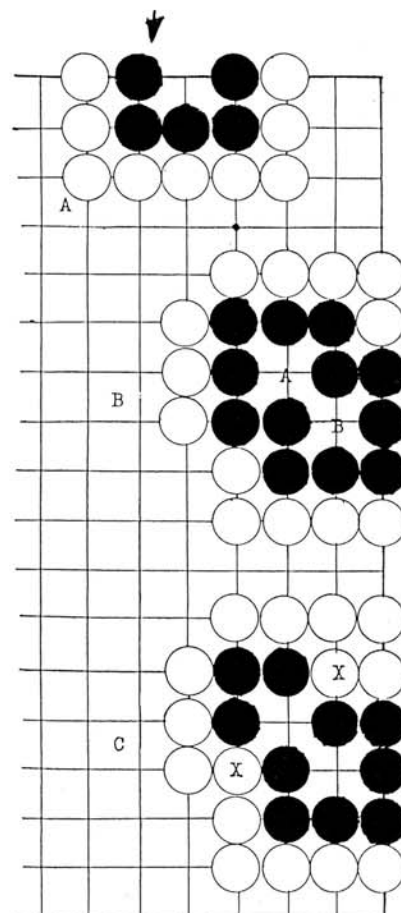


Fig. 8

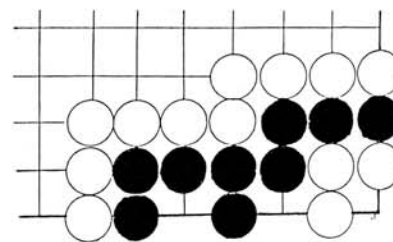


Fig. 10

quindi la situazione in B; a questo punto il nero potrebbe ricatturare tornando alla posizione precedente e così via: la regola di *ko* questa parola esprime un concetto simile all'eternità nel pensiero buddista) vieta questa ripetizione, affermando che non si può ricreare una situazione uguale a quella del turno precedente. Se il nero vuole ricatturare deve prima giocare altrove, modificando così la posizione; in genere egli cercherà sul *Go-ban* una minaccia che obblighi il bianco a rispondere localmente, dopodiché potrà tornare al *ko*. A sua volta il bianco dovrà cercare un'altra minaccia per poter riprendere il *ko* e così via.

In ogni caso uno dei due giocatori può



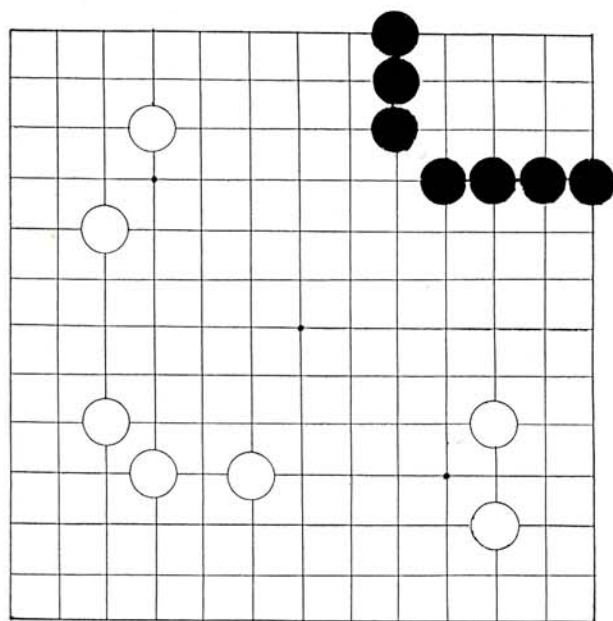


Fig. 12

porre fine a questo combattimento se, invece di rispondere alla minaccia, connette la pietra in *atari* alle altre, chiudendo così il *ko*.

I combattimenti di *ko*, di cui abbiamo visto la forma base, hanno un'enorme rilevanza nel *Go*: basti pensare che spesso la vita (e la morte) di interi gruppi dipende dalla vittoria (connessione o cattura di un'ulteriore pietra) in una tale battaglia.

## 7-SEKI

La forma in figura 10 è sempre un esempio di *seki*: una situazione di stallo in cui nessuno dei due gruppi può uccidere l'altro, perché per farlo dovrebbe mettere prima in *atari* se stesso e quindi verrebbe catturato per primo. In questo caso la posizione viene lasciata com'è e alla fine della partita in questa zona del *Go-ban* non verranno contati né prigionieri, né territorio. Anche il *seki* si verifica spesso: dopotutto è meglio vivere senza territorio che non vivere affatto!

## 8-FINE DELLA PARTITA E CONTEGGIO DEI PUNTI

La partita può terminare per abbandono di uno dei giocatori o, come abbiamo già visto, di comune accordo, quando non è più possibile espandere il proprio territorio o catturare qualche gruppo nemico. A questo punto è necessario definire i confini dei territori chiudendo tutti i *ko* eventualmente rimasti e riempiendo tutti i punti neutri (chiamati «dame»), cioè quelle intersezioni delimitate da pietre di entrambi i colori e che quindi non sono territorio di nessuno.

Le pietre che fossero rimaste all'interno di un territorio nemico senza riuscire a darsi una forma vivente e senza possibilità di collegarsi ad un gruppo amico, sono considerate prigionieri a tutti gli effetti e vengono tolte

finale di una partita giocata su un *Go-ban* 9 x 9 (adatto particolarmente ai principianti): i punti marcati sono dame; la pietra bianca all'interno del gruppo nero in alto è morta. Risultato: il nero vince di tre punti.

## 9-KOMI

Nelle partite di torneo, normalmente al bianco vengono regalati 5 punti e mezzo per compensare il fatto (svantaggioso) di avere la seconda mossa. Il mezzo punto di questo *komi* serve ad evitare le patte.

## 10-KYU, DAN E HANDICAP

Anche nel *Go*, la forza di un giocatore si classifica in *kyu* e *dan*: appena imparate le regole si è intorno a 35° *kyu*, progredendo si sale fino a 1° *kyu*, dopodiché si passa nel rango dei giocatori forti, da 1° *Dan* fino a 6° *Dan*. Ad ogni grado di differenza corrisponde una pietra di vantaggio nelle partite ad *handicap*, che permettono a giocatori di differente forza di confrontarsi ad armi pari. I professionisti vanno da 1° a 9° *Dan*. Un 1° *dan* professionista dà circa due pietre di vantaggio a un 6° *Dan* amatore. Fra un 1° e un 9° *Dan* pro ci sono circa tre pietre di differenza.

## IL FASCINO DEL GO

È estremamente difficile rendere in poche parole il fascino di un gioco così semplice e complesso al tempo stesso, o far vivere la filosofia e perché no, il rito con cui il *Go* viene giocato in Oriente. Per non parlare di investigare le caratteristiche topologiche inerenti alla struttura spaziale del *Go-ban*.

In Giappone, come d'altronde nel resto del mondo, il *Go* viene visto sia come un *hobby* da esercitare nel tempo libero, sia come un'attività intellettuale. Per molti, e spe-

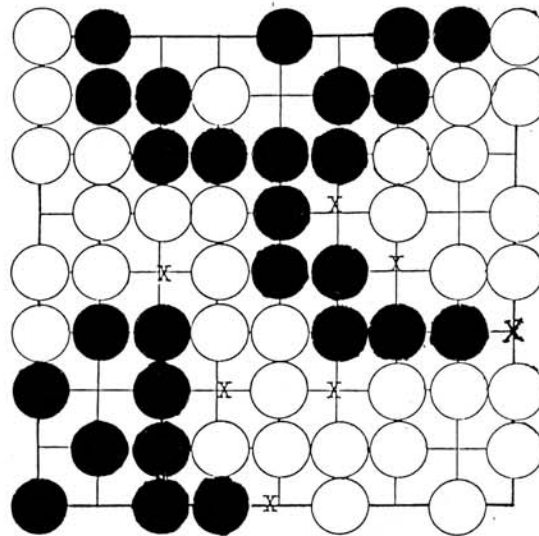


Fig. 11

dal *Go-ban* senza necessità di occupare realmente tutte le loro libertà.

Nella fig. 11 è riportata la posizione

cialmente coloro che ne conoscono a fondo la struttura, come i professionisti e i più forti dilettanti, è una vera e propria arte che spesso sconfina nella spiritualità, un modo di vivere: non è il *Go* ad assomigliare alla vita, ma la vita ad assomigliare al *Go*. Ecco alcune caratteristiche essenziali per un buon giocatore:

- Flessibilità. Saper cambiare la propria condotta con elasticità in risposta al variare della situazione.

- Equilibrio. Non è necessario distruggere l'avversario (come negli scacchi), anzi spesso un attacco sconsiderato è la causa prima della sconfitta. Dopo tutto è sufficiente un punto di differenza nel territorio per vincere la partita.

- Leggerezza. Il *Go* rifugge dalle strutture di pietre sovraconcentrate.

- Estetica. Le strutture di pietre più efficienti sono anche le più belle a vedersi.

- Intuizione. Nell'apertura (*fuseki*), dove, a differenza degli scacchi, non esistono sequenze prestabilite, tutto è lasciato all'intuizione del giocatore più che alla sua capacità analitica, che tornerà invece utile nel finale (*yose*).

Come esiste l'*Aikido*, il *Kyudo*, il *Bushido*, così esiste il *Kido*, la Via del *Go*: questa Arte, come le altre, richiede un costante perfezionamento della tecnica, ma la reale padronanza è raggiunta solo quando la tecnica è trascorsa e l'Arte diviene spontanea, scaturente dalla trazione che permette di essere in armonia con il flusso delle cose.

L'aspetto forse più affascinante del *Go* è la necessità di non perdere mai di vista la globalità della costruzione che si sta creando: spesso una corretta soluzione tattica locale può danneggiare seriamente un altro gruppo amico nell'angolo opposto del *Go-ban*, che deve essere visto come un tutto unico e non come tante situazioni indipendenti: questo concetto di globalità è tipico di ogni filosofia orientale, in cui tutte le cose e gli e-



venti percepiti dai sensi sono interconnessi e collegati, sono cioè differenti manifestazioni di una realtà ultima.

Questo spiega forse come mai il Go abbia tardato tanto a diffondersi in Occidente, dove, grazie all'impronta cartesiana e newtoniana che permea ogni aspetto della nostra civiltà, il mondo è visto come costituito da un insieme di blocchi elementari e separati: tutto è frammentario, a partire dalla scrittura, che è una serie di segni senza significato proprio che lo acquistano solo se disposti in un ordine prestabilito. Il segno orientale racchiude invece tutta un'immagine, una sensazione, un concetto. Forse questo è il motivo per cui in Occidente si gioca a scacchi e in Oriente a Go.

È un caso che a tutt'oggi non esiste software in grado di giocare a Go ad un livello superiore a 9 kyu (dilettante, naturalmente)?

## SUGGERIMENTI PER GIOCARE

Vogliamo infine dare alcuni consigli per chi voglia intraprendere questo viaggio dal Caos (il Go-ban vuoto all'inizio della partita, quando tutto è ancora possibile) al Cosmos (la struttura perfettamente definita alla fine della partita).

— È più facile fare territorio e forme viventi nell'angolo (dove il Go-ban stesso fornisce due frontiere) che sul lato. Nel centro è molto difficile.

— Nel fuseki non bisogna giocare troppo vicino al bordo, né troppo alto: giocare sulla terza o quarta linea.

— È meglio delineare territorio su larga scala, piuttosto che cominciare combattimenti troppo presto nell'apertura.

— Nell'apertura non giocare le pietre troppo vicine: in fig. 12 (Go-ban 13 x 13) il nero ha fatto un territorio sicuro, ma il bianco ha esteso la sua zona di influenza su tutto il resto del Go-ban, il che gli darà un vantaggio enorme in ogni combattimento che verrà: il nero ha praticamente perso la partita.

— Tentare di fare territorio attaccando gruppi deboli del nemico.

— Non cercare di salvare pietre in grande pericolo, sacrificarle.

— Assicurarsi che le proprie pietre possano fare due occhi se attaccate, o che possano connettere ad altri gruppi già vivi.

— Separare le pietre nemiche e mantenerle deboli.

— Mantenere la visione globale della situazione.

Fulvio SAVAGNONE

*Fulvio Savagnone è il Presidente del Culb di Go di Roma, affiliato alla Federazione Italiana Go.*

*Chiunque voglia imparare il gioco del Go si può rivolgere a:*

FULVIO SAVAGNONE - Via F. Nerini 22 - 00189 Roma Tel. 06/8482041

ENZO BURLINI - MILANO - 02/371730

## NASCE IL GRANDE GIAPPONE

# TOKUGAWA IEYASU

*Con Tokugawa Yeyasu si chiude l'epoca dei grandi rivolgimenti della storia del Giappone feudale. Con lui infatti si chiude definitivamente il sanguinoso capitolo delle lotte di predominio che caratterizzano tutto il 15° secolo.*

Per il Giappone fu finalmente la pace, un lungo periodo di pace interna (Taihei) che si protrasse praticamente sino alla nostra epoca, sotto un ferreo governo militare e le dure leggi imposte dai governanti Tokugawa.

Se possiamo vedere in Oda Nobunaga la figura di colui che impasta la farina e prepara il dolce ed in Toyotomi Hideyoshi quella di colui che lo inforna curandone la cottura sino nei minimi particolari, dobbiamo vedere indubbiamente in Ieyasu colui che alla fine se lo degusta.

Non sembra irriverente un simile paragone (del quale, fra l'altro, non pretendo di assumermi nemmeno la paternità), dato che nel Giappone di quei secoli, chi aveva l'opportunità di emergere, non era certo per le capacità altrui. È vero che gli storici ancor oggi si chiedono quale dei tre condottieri che guidarono il Giappone all'unità nazionale, fosse stato il più grande: Ieyasu, forse? Ma cosa avrebbe fatto Ieyasu senza i due che lo precedettero? Hideyoshi? Ma sarebbe stato egli quello che fu, senza l'esempio e l'impulso di Nobunaga? E quest'ultimo avrebbe indubbiamente estinto il suo slancio con la sua morte se a raccogliere l'eredità ed a continuarne l'opera non fossero stati i due suoi successori.

Dobbiamo leggere, dunque, la storia come un tutto unico in cui diverse personalità concorrono a formarne l'insieme. Così dovremo guardare a Nobunaga, Hideyoshi e Ieyasu non tanto a personaggi a se stanti, protagonisti del proprio destino limitato di

un quadro unico, di un determinato periodo storico: un capitolo chiave per il destino dell'intera Nazione giapponese.

In precedenza ho dedicato due saggi ai predecessori, ai due personaggi con i quali ha inizio la grande svolta del Giappone. Per completare il quadro è necessario ora prendere in considerazione il terzo elemento di questa triade di grandi figure: Tokugawa Ieyasu.



IST. GEOG. DE AGOSTINI



Il cognome Tokugawa non è quello originario della famiglia cui Ieyasu apparteneva, ma gli fu concesso dall'Imperatore soltanto nel 1567; l'antico cognome di Matsudaira, che rimane comunque ai rami collaterali della sua famiglia, rivestiva un altissimo prestigio avendo avuto origine dalla famiglia Minamoto, collegata, a sua volta, con la famiglia imperiale. Ieyasu, dunque, come discendente diretto di Minamoto Yoritomo, avrebbe potuto aspirare legalmente alla carica di *Shogun*<sup>(1)</sup>, carica che gli fu concessa, come avremmo modo di vedere, e che gli permise di assumersi la guida della Nazione giapponese.

Il padre di Ieyasu era un *Daimyo* di media importanza che intorno al 1500 aveva ottenuto il controllo di una metà circa della provincia di Mikawa, sottomettendosi alla sovranità della famiglia Imagawa, i cui possedimenti, consistenti nelle due province di Totomi e Suruga, confinavano con i suoi. Con gli Imagawa egli strinse un patto di alleanza e, come consuetudine di quei tempi, a garanzia della sua buona fede, inviò a Sumpu, la loro capitale, in ostaggio il figlioletto appena cinquantenne di nome Takechiyo, il futuro Tokugawa.

Poco tempo dopo tali avvenimenti, Oda Nobuhide, durante un'incursione effettuata al castello di Sumpu, catturò il giovane Ieyasu portandolo prigioniero nei propri domini ed affidandolo alla custodia di un *samurai* di nome Kamio Magobei e di sua moglie OChano Tsubone. Entrambi ebbero per Ieyasu ogni possibile cura ed attenzione, non meno che se fosse stato loro figlio.

Soltanto nel 1558 il giovane poté recuperare la propria libertà nonostante che già da tempo fra gli Oda e gli Imagawa la pace fosse ristabilita.

Non molto tempo dopo egli prese in moglie la figlia di un altro vassallo degli Imagawa e, ritornato ad Osaka, per sottolineare meglio la sua indipendenza, abbandonò il nome di Takechiyo assumendo quello di Motoyasu.

Nel 1560, anno fatidico per la storia giapponese, in qualità di capo della sua famiglia (essendogli morto il padre già nel 1549), dovette prendere parte, nelle file degli Imagawa, alla battaglia di Okeazawa contro Oda Nobunaga.

Dopo la battaglia che, come abbiamo visto nell'articolo dedicato ad Oda Nobunaga, si risolse in modo disastroso per Imagawa Yoshimoto che vi rimase ucciso, Ieyasu si alleò con Nobunaga e tale alleanza, durata sino alla morte di Oda e rinnovata al suo successore Hideyoshi, permise all'intraprendente Ieyasu di essere trascinato dallo slancio di questi due uomini di genio, sulla loro scia, verso il potere.

Nel 1565 cambiò finalmente il nome assumendo quello di Ieyasu, con il quale è universalmente noto.

Tokugawa Ieyasu contribuì validamente alle operazioni belliche condotte da Oda Nobunaga nel 1569 e 1570 contro i Kitabatake, i Sikai, gli Asai e gli Asakura sul fiume Ane-gawa, ed infine contro la lega di Miyoshi. Egli, tuttavia, si tenne quasi sempre, per quanto possibile, in disparte, anche se il suo contributo per gli alleati fu spesso determinante. Così fu nel 1572 quando Takeda Shingen mosse contro Nobunaga che aveva posto l'assedio alla fortezza dove lo Shogun Ashikaga Yoshiaki si era rifugiato con le sue truppe, Takeda non poté mai portare aiuto allo Shogun, come era sua intenzione, avendo incontrato sulla sua strada l'esercito di Ieyasu ed avendone riportato una ferita di arma da fuoco che lo costrinse dapprima a ritirarsi e poi lo condusse a morte.

La potenza di Ieyasu, come per tutti i grandi signori dell'epoca, poggiava su un delicato equilibrio di alleanze e di vincoli di sangue e di amicizia ed era molto aumentata allorché gli antichi vassalli degli Imagawa gli si erano spontaneamente sottomessi spalleggiandolo nelle sue imprese militari.

Alla morte di Oda Nobunaga egli era padrone già delle province di Totomi e Suruga, oltre a quella di Mikawa ed aveva stabilito la sua residenza a Sumpu, l'antica capitale della famiglia Imagawa.

Nel frattempo gli avvenimenti avevano condotto ad una rapida ascesa verso il potere assoluto, come successore di Nobunaga, il suo migliore generale, Toyotomi Hideyoshi. Ieyasu si astenne dal partecipare alla lotta per il potere ma accettò di allearsi a Nobuo, figlio di Nobunaga, che tentava di evitare la definitiva presa di potere di Hideyoshi.

Ieyasu ebbe ragione di qualche scaramuccia scoppiata fra le avanguardie dei due eserciti ma il grosso delle sue forze non attaccò mai la battaglia e la diplomazia di Hideyoshi poté ristabilire una pace che nessuno dei due desiderava infrangere in modo irreparabile.

Quando Hideyoshi mosse contro di Hojo, ultimo ostacolo all'unificazione totale del Giappone sotto il suo dominio, volle al comando di una delle due ali del suo esercito proprio Ieyasu e, dopo la vittoria da questi riportata, fece in modo che egli accettasse di cambiare i suoi antichi possedimenti con quelli già appartenuti agli Hojo.

Così Ieyasu si trovò signore del Kanto ed elesse a sua capitale un piccolo villaggio di pescatori chiamato Edo, l'attuale Tokyo, dove si fece costruire un castello fortificato.

In tal modo egli veniva tagliato fuori dalla Capitale dell'Impero e da possibili ingerenze militari e politiche, per la grande distanza che divide Tokyo dall'antica Capitale, tuttavia la cosa non dispiacque a Tokugawa che poté così cominciare a costruirsi la sua personale indipendenza gettando le basi di quel rigido sistema legislativo che più tardi avrebbe caratterizzato il suo potere sull'intera Nazione.

Egli conservò per sé circa un milione di

*koku* delle terre degli Hojo, dei 2.557.000 ottenuti da Hideyoshi, distribuendo i rimanenti ai suoi vassalli, ponendo ai confini i propri alleati più potenti e fidati ed obbligando i feudatari minori a risiedere a Edo, attorno al suo castello.

Ieyasu non lasciò i suoi domini fino a quando Hideyoshi, ormai malato e prossimo alla fine, non lo richiamò a sé incaricandolo di richiamare l'esercito giapponese dalla Corea, spedizione alla quale Ieyasu non aveva partecipato, e di presiedere il consiglio di reggenza.

Alla morte di Hideyoshi, fra i grandi signori che gli avevano giurato fedeltà, cominciò a serpeggiare la discordia ed il sospetto. In particolare Ishida Mitsunari accusava Ieyasu di volersi impadronire del potere assoluto e tramava ogni sorta di intrighi contro di lui.

Dalla parte di Ishida si schierarono con decisione Maeda Toshiye, Mori Terumoto, Uesugi Kagekatsu, Ukida Hidaye ed i grandi *Daimyo* del sud molti dei quali erano cristiani, come Konishi Yukinaga, Shimazu Yoshinori, Chosokabe Morichika, Kobayakawa Hideaki ed altri minori.

Verso la metà di giugno del 1600, Uesugi Kagekatsu che si stava preparando alla guerra nei propri possedimenti del nord, fu attaccato dal grosso dell'esercito di Ieyasu. Era il momento favorevole per la lega di Ishida che, dopo aver emesso un proclama contenente tutti i capi di accusa che venivano imputati a Tokugawa, mosse con un potente esercito contro di lui. Le due schiere si scontrarono a Sekigahara ed è probabile che le forze di Ieyasu, inferiori di numero, avrebbero finito per soccombere se non vi fosse stato nelle file nemiche un certo numero di signori indecisi sul partito da prendere ed altri che addirittura da tempo erano in contatto con Ieyasu.

Così una parte dell'esercito della lega non entrò mai nel vivo della battaglia e Kobayakawa, ad un certo punto, cambiò repentinamente bandiera scagliando i propri uomini contro gli alleati di prima. Fu la disfatta per Ishida ed i suoi sostenitori.

La battaglia di Sekigahara (8 settembre 1600) è ricordata come una delle più sanguinose ma anche fra le più importanti della storia del Giappone e non v'è dubbio che segni un trapasso di potere, di forma di governo e di vita sociale per l'intera Nazione nipponica.

Il 9 settembre, subito dopo Sekigahara, Kobayakawa mosse contro la fortezza di Sawayama dove aveva trovato rifugio la famiglia di Ishida, che per ordine di Ieyasu fu trucidata al completo.

Lo stesso Ieyasu, alla testa delle sue truppe, si diresse verso Osaka ma si premurò di far sapere a Hideyori, figlio di Toyotomi Hideyoshi, che non nutriva alcun rancore verso di lui e che non riteneva responsabili lui e sua madre Yodagimi, della rivolta di Ishida, benché la guerra fosse stata combattuta in loro nome da parte della lega. Il 1° novembre, quindi, Tokugawa Ieyasu poté entrare, senza spargimento di sangue, nel castello di Osa-

<sup>(1)</sup> Il titolo di *Shogun* fu dapprima la più alta carica militare che veniva conferita al comandante dell'esercito imperiale durante una campagna di guerra e veniva a cessare con la fine delle ostilità. Più tardi, sotto Minamoto Yoritomo, il titolo divenne ereditario ma poté essere rivestito esclusivamente dai membri di famiglie in qualche modo imparentate con quella imperiale.



ka, residenza di Hideyori, che ne rimase comunque il proprietario. Ishida Kagekatsu che aveva capeggiato la rivolta contro Tokugawa e Konishi Yukinaga, l'eroe della campagna di Corea, furono condannati a morte e decapitati pubblicamente a Kyoto mentre molti altri signori che avevano partecipato attivamente al complotto, persero i loro domini o li ebbero sensibilmente diminuiti a favore degli alleati di Ieyasu. Solo Shimazu Yoshihiro, signore di Satsuma nel Kyushu ebbe completa grazia e si unì senza condizioni al vincitore.

Nel 1603 Ieyasu assunse l'ambito titolo di *Shogun*, concessogli dall'Imperatore Go-Yozei. Benché dimostrasse pubblicamente una certa deferenza per la dignità imperiale, egli fece in modo da rendere sempre più indipendente il *Bakufu* dal governo della Corte e, dalla sua roccaforte di Fushimi, cominciò a reggere le sorti del Giappone con mano ferma e dispotica.

Reso accorto dall'esperienza dei due predecessori che non avevano potuto trasmettere ai loro legittimi eredi l'autorità ed il governo, così duramente conquistati, solo due anni dopo l'investitura, abdicò a favore di suo figlio Hidetada, lasciando a lui titolo e governo ma senza ritirarsi dagli affari dello stato delle cui sorti continuò ad occuparsi sino alla morte.

Le preoccupazioni maggiori per Ieyasu rimanevano tuttavia Hideyori ed i *daymo* cristiani che lo spalleggiavano. Il giovane figlio di Hideyoshi godeva, in memoria del padre, una crescente popolarità fra i signori delle province vicine ad Osaka.

Ieyasu cercò più volte di far venire a Kyoto il giovane Hideyori ma la accorta Yodagimi, sua madre, riuscì sempre a sviare con qualche pretesto il progetto del viaggio troppo rischioso. Solo nel 1611 Hideyori che aveva ricevuto ogni possibile garanzia da parte di Tokugawa, lo incontrò a Kyoto dove egli si era recato ad attenderlo. Sembra che l'aspetto fiero e la viva intelligenza del giovane avessero colpito sin troppo profondamente il dittatore che da quel tempo si adoperò per rovinarlo.

Fu attraverso un banale pretesto che Ieyasu poté chiedere a Hideyori di abbandonare il castello di Osaka e di affidarli la madre in ostaggio.

Hideyori ricusò entrambe le proposte e si preparò alla guerra ormai inevitabile. Ieyasu scagliò contro il castello di Osaka 50.000 uomini ma ben presto si rese conto dell'impossibilità di espugnare la fortezza. Allora incaricò la madre adottiva O-Cha no Tsubone di parlamentare un accordo con Yodagimi. Le due donne giunsero ad un compromesso nel quale Hideyori si impegnavano a colmare i fossati che difendevano il suo castello e Ieyasu ritirando le truppe tolse l'assedio mettendo la fine a quella che è nota come la «Campagna d'inverno».

La «Campagna d'estate» ebbe inizio il 24 marzo del 1615 allorché Hideyori che aveva proposto a Ieyasu di cambiare i propri possedimenti con le tre province più settentrionali dell'isola di Shikoku, si vide in cambio

offrire un territorio in posizione inaccettabile. La mediazione di O-Cha no Tsubone questa volta risultò vana ed in breve tempo i due eserciti furono uno di fronte all'altro.

I 180.000 uomini impiegati questa volta da Tokugawa ebbero ragione dei 100.000 di Hideyori grazie soprattutto alle difese assai meno agguerrite della fortezza, priva dei suoi antichi fossati e grazie ai cannoni olandesi di grosso calibro che Ieyasu riuscì ad impiegare abilmente.

La battaglia fu sanguinosa più ancora di Sekigahara e la fortezza fu espugnata e data alle fiamme. Hideyori e Yodagimi si suicidarono ed il massacro operato dalle truppe del vincitore fu spaventoso. Ieyasu che sentiva la vecchiaia avvicinarsi ormai, volle mettere definitivamente al sicuro il potere dei Tokugawa con questa battaglia dimostrandosi inflessibile e crudele ma lui stesso ne riportò una ferita dalla quale non poté più guarire.

Il primo luglio del 1616 si spense a Sumpu all'età di 74 anni, lasciando al figlio ed alle



IST. GEOG. DE ACOSTINI

successive generazioni di Tokugawa in eredità il governo della Nazione; un'eredità che durò per oltre due secoli e che ebbe termine, con la restaurazione Meiji, soltanto nel 1868.

Il regime politico instaurato da Tokugawa Ieyasu e perfezionato dai suoi successori fu variamente criticato da molti storici, particolarmente occidentali. L'accusa che comunemente viene rivolta a tale regime è quella, indubbiamente non infondata, di aver cristallizzato la società giapponese ad un livello feudale impedendole di allinearsi agli altri popoli evoluti e di seguire un indirizzo storico simile a quello europeo. Questa critica, tuttavia, non tiene conto di alcuni fattori impliciti nella mentalità nipponica che forse non avrebbero consentito uno svolgimento della storia diverso da quello impresso dai Tokugawa. Dobbiamo inoltre ascrivere a favore di Ieyasu e dei suoi successori due secoli di pace durante i quali le forze più vitali e

creative del Paese poterono dedicarsi ad altre opere che non fossero la guerra. Fu questo infatti il periodo durante il quale le stesse Arti Marziali ebbero la loro definitiva evoluzione trasformandosi in *Do* o vie di elevazione spirituale. In sostanza il governo degli *Shogun* Tokugawa funzionava sulla base di un testamento spirituale di Ieyasu redatto, comunque, qualche anno dopo la sua morte e di regole di condotta per i *daimyo* e per i *samurai*, scritte da lui stesso.

L'autorità della corte imperiale era puramente formale mentre il potere effettivo era tenuto dal *bakufu* ed in primo luogo dallo *Shogun* che in tal modo assumeva tutte le prerogative di un monarca assoluto.

Gli stessi *daimyo* erano divisi in due classi: i *Fudai*, ossia i *Daimyo* creati dallo stesso Ieyasu e che avevano aderito alla sua causa prima ancora della battaglia di Sekigahara, ed i *Tozama*, *daimyo* di più antica investitura, creati da Nobunaga o da Hideyoshi o antichi signori terrieri, che si erano sottomessi dopo codesta battaglia e che quindi rappresentavano un elemento di minore fedeltà per la casa governante. Per questa ragione i feudi furono distribuiti con un nuovo ordine e si cercò di fare in modo che i *Tozama* rimanessero sempre lontani fra di loro ed isolati, ed evitare la possibilità di sedizioni e complotti.

La casta militare comprendeva tutti i *samurai* ed includeva anche i piccoli *daimyo* le cui rendite non superavano i 10.000 *koku* di riso.

Al di sotto di questi c'era il popolo composto di contadini, artigiani e mercanti ed ultimi venivano gli *eta* o paria del Giappone, una specie di sottoclasse cui erano demandati i lavori più miseri ed immondi.

I mestieri erano ereditari ed era praticamente impossibile mutare classe sociale; sorsero quindi le corporazioni che amministravano e regolavano le attività di ciascuna categoria, sempre sotto la sorveglianza del governo.

Anche le istituzioni religiose, cui erano state drasticamente ridotte le rendite, erano costantemente sottoposte al controllo dello *Shogun* e le loro attività regolate da un rigido calendario stabilito dal governo. La legislazione del periodo Tokugawa era fondata su un preciso ordine naturale con il presupposto che la suddivisione della popolazione in classi separate seguisse quest'ordine e, per quanto oggi possa sembrare strano, un simile concetto era accettato e rispettato in tutto il Giappone.

Il periodo in esame fu anche quello in cui risorse l'ideale confuciano come filosofia di vita e che impegnò il pensiero delle classi più colte, particolarmente quella dei *Samurai*, giungendo alla formulazione in nuce di quella maniera di essere nella vita che, molto più tardi, doveva essere mirabilmente descritta da Inazo Nitobe nel suo *Bushido*.

Anche la politica di isolamento che i governanti giapponesi, per il loro atavico spirito nazionalistico avevano da sempre perseguito, più o meno inconsciamente, con Ieyasu Tokugawa ed i suoi successori raggiunge un livello di cui abbiamo pochi esempi nel mondo e che si consolidò già nel 1635 con



**Nella pagina accanto:**

Sfilata in costume d'epoca: può rendere l'idea dell'aspetto dei valenti guerrieri che fecero la fortuna di Ieyasu.

**Sotto:**

Identità di corpo e anima nello yoga. Questa disciplina nata e sviluppata in India ha ovunque trovato un seguito enorme di praticanti.

un editto che vietava ai cittadini giapponesi di recarsi all'estero o di rientrare in patria (pena la morte), una volta espatriati. Nel 1614 Ieyasu che come i suoi predecessori avevano guardato per un certo periodo del suo governo ai missionari cristiani con interesse, se non con simpatia, rinnovando persino tutti i permessi anticamente concessi ai Padri Gesuiti da Oda Nobunaga, per i traffici che essi garantivano con l'occidente e che rappresentavano per il Giappone una fonte di guadagno, emanò un proclama di prescrizione del cristianesimo che fu seguito alla lettera, al contrario dell'analogo proclama di Hideyoshi. Molti cristiani giapponesi dovettero espatriare al seguito dei Padri Missionari; la repressione che seguì all'editto fu dura ed anche sanguinosa. Nel 1639, poi, i mercanti portoghesi furono espulsi definitivamente dall'arcipelago mentre l'agenzia commerciale degli olandesi fu relegata nell'isolotto di Deshima nella baia di Nagasaki mentre nella stessa Nagasaki, ma sotto stretta sorveglianza, poté sussistere una piccola agenzia cinese.

Così il Giappone si chiuse in se stesso in un isolamento quasi assoluto che fu infranto soltanto nel 1853 con la forzatura dei porti giapponesi da parte del commodoro americano Perry.

Una più approfondita analisi del periodo Tokugawa, della sua legislazione e della sua società richiederebbe un capitolo a parte e renderebbe questo mio saggio troppo specialistico. Io ho inteso invece completare un'immagine generale del Giappone feudale, anzi, di un determinato periodo della sua storia. Ho ritenuto importante le figure dei tre condottieri che hanno portato l'Impero alla sua unità nazionale nelle vicissitudini delle continue guerre che hanno caratterizzato quel periodo turbolento e l'ho ritenuto valido per chi, come è negli intenti della nostra Associazione, desidera farsi una idea, anche se frammentaria, della storia giapponese.

Giovanni GRANONE

**BIBLIOGRAFIA:**

J.W. Hall: *L'Impero giapponese* - Ed. Feltrinelli  
R. Bershlund: *Storia del Giappone* - Ed. Cappelli  
E.O. Reischauer: *Storia del Giappone* - Ed. Rizzoli  
V. Comito: *Storia della Cristianità in Giappone* - Ed. Marietti  
Il Giappone - Ed. IsMEO - Roma

## ORIGINI E SVILUPPO DELLA CELEBRE DISCIPLINA

# YOGA: LO STATO DI UNIONE

*La disciplina psicofisica orientale più diffusa nel mondo: in una serie di articoli Aikido cercherà di indagare i motivi di questa fortuna*

### 1. BREVE TRACCIA DELLO SVILUPPO STORICO.

Lo Yoga è una disciplina che ha origini molto antiche, tanto che, nel fare una ricostruzione storica del suo sviluppo, non possiamo datarne esattamente le origini.

Nel periodo pre-vedico, tra il 3000 e il 1800 a.C. si svilupparono nella valle dell'Indo la civiltà contadina di Quetta e più tardi quella cittadina di Harappa e Mohenjo Daro. Negli scavi fatti in queste zone sono state trovate statuette e raffigurazioni sedute in posizioni yogiche, le quali dimostrerebbero che lo Yoga era già allora conosciuto e praticato.

Le prime chiare tracce sullo Yoga ci vengono però da un periodo più tardo, quello della letteratura vedica. I *Veda* sono testi antichissimi i cui contenuti, prima di essere esposti in forma letteraria, furono tramandati di generazione in generazione attraverso la tradizione orale. Nei *Veda* non c'è ancora una precisa elaborazione dello Yoga, ma appaiono già alcuni concetti yogici. Nella parte finale e più tarda dei *Veda*, nelle *Upanisad* (ca. 800-300 a.C.) possiamo trovare la base dello Yoga. Nella *Brhadaranyaka Up.* e nella *Chandogya Up.*, due tra le più antiche *Upanisad*,

vengono trattati argomenti come il *Prana* (energia vitale) e le *Nadi* (percorsi energetici) che saranno poi temi centrali nello *Hatha Yoga*. Ma solo nella *Katha Up.* troviamo per la prima volta la parola «yoga» usata nel suo senso tecnico. La *Svatavstara Up.*, poi, descrive le pratiche yogiche e i cambiamenti apportati da queste pratiche.

Nel periodo epico (del VI sec. a.C.), una fonte ricchissima è il poema *Mahabharata*, la cui parte più importante, che riguarda lo Yoga, è la *Bhagavad Gita*. Questa è un trattato di settecento versi che sintetizza varie idee e pratiche yoga, definendo le qualità di uno yogi e tre delle più importanti «vie» per la realizzazione dello Yoga: il *Karma-Yoga*, la via dell'azione, il *Bhakti-Yoga*, la via della devozione e lo *Jana Yoga*, la via della conoscenza.

Il periodo successivo è quello dei *Sutra* (dal II sec. a.C. al IV sec. d.C.) *Sutra* è una forma di letteratura molto concisa: brevi frasi espongono concetti ed idee con parole essenziali. La forma dei *sutra* permetteva la memorizzazione di tutto l'insegnamento. Uno dei più importanti testi sistematici sullo Yoga sono gli *Yoga-Sutra* di *Patanjali*: questo trattato è diviso in quattro capitoli e contiene centonovantacinque *sutra*. Gli *Yoga-Sutra* sono stati interpretati da diversi commentatori che ne hanno sviluppato i concetti secondo differenti correnti di pensiero. Nel periodo medioevale la letteratura predominante è quella dei *Tantra*. Vi sono *Tantra* induisti, buddhisti e janisti. Comunemente i *Tantra* svilupparono l'uso dei *mantra*, *mandala*, *mu-dra*, ecc. Molte delle pratiche dello *Hatha-Yoga* sembrano avere origine nella letteratura del *Tantra*. Alcuni dei più importanti testi di *Hatha-Yoga* sono l'*Hathayogapradipika*, la *Gheranda Samhita* e lo *Siva-Samhita*.

Nell'epoca moderna importanti maestri yoga sono stati Swami Vivekananda, Yogananda Paramahansa, Sri Aurobindo, Ramana Maharshi, Swami Sivananda.

Con il termine «yoga» si indica oggi un vastissimo insieme di concezioni e di pratiche. Benché abbia le sue radici nella tradizione indiana, lo Yoga, nel tempo, ha superato i confini geografici e culturali dell'India, integrandosi con filosofie diverse: si sono sviluppate tradizioni come lo Yoga tibetano, taoista, buddhista e altre ancora.







UBALDINI/ASTROLABIO

## 2 - LO YOGA SECONDO I TESTI CLASSICI

Il termine «yoga» indica uno «stato» di interezza e di unità. Questo stato può essere realizzato nell'esperienza interiore diretta, non può essere compreso fino in fondo dall'esterno: attraverso lo studio e la riflessione, nei limiti della conoscenza intellettuale, non possiamo che averne una comprensione parziale.

Con la parola «yoga» viene normalmente inteso significare sia il «fine», cioè lo stato di yoga stesso, che i «mezzi», ossia i processi e le discipline differenziate che costituiscono le condizioni preliminari all'instaurarsi di questo stato.

Yoga è una «via» e lo stato di unità si manifesta in modo spontaneo quando sia maturato il processo di trasformazione dell'individuo.

Nelle *Upanisad* lo stato di yoga è descritto come realizzazione dell'*Atman-Brahman*, della propria natura, Sè (*Atman*), nella sua identità con l'Uno-Tutto (*Brahman*). L'*Atman* «...non si presenta allo sguardo; nessuno lo vede con l'occhio; esso può essere percepito dal cuore, dal pensiero, dalla mente» (1).

Il processo di introversione che porta alla realizzazione del Sè passa attraverso il contenimento dei sensi e dell'intelletto che non sono più rivolti agli oggetti esterni di conoscenza, ma al contatto interiore. «Per Yoga si intende questo fermo dominio dei sensi (*indriya-dharana*). Colui che lo pratica non è al-

lora più turbato» (2).

Lo Yoga viene anche indicato come lo stato in cui si è liberi da dolore o da turbamento: «Il saggio, tenendo immobile il corpo, ...facendo rientrare gli organi di senso con la mente nel cuore... potrà attraversare tutte le correnti che arrecano terrore» (3).

Anche nella *Bhagavad Gita* viene sottolineato l'aspetto di introversione che porta al contatto con il Sè: «Quando la mente è silenziosa, priva di desideri sensoriali, stabile nell'*Atman*, si dice che ha raggiunto l'armonia yogica» (4). Con questo si sviluppa anche una situazione di tranquillità interiore e di stabilità rispetto alla dispersione sensoriale ed ai conflitti emozionali: «Perché la mente che segue i sensi nel loro vagabondare perde la capacità di comprensione, assomigliando ad una nave in balia del vento». «Solo colui che rimane stabile nel flusso dei desideri come l'oceano quando riceve le acque da ogni parte raggiunge la pace» (5).

In *Patanjali* il cammino dello Yoga viene presentato come un processo di trasformazione psicologica e degli stati di coscienza, in cui la principale difficoltà sta nel meccanismo di dispersione del funzionamento mentale. Dicono gli *Yoga-Sutra*: «yoga è l'inizio delle modificazioni della mente» (6). Questo indica il percorso che attraverso le fasi di interiorizzazione (*pratyahara*), concentrazione (*dharana*) e lo sviluppo dello stato di meditazione (*dhyana*) porta all'integrazione (*samadhi*): in questo stato «Desta, l'osservato-

re, colui che sperimenta, è stabilito nella sua natura essenziale» (7), cioè non si disperde e non si identifica più con le incessanti modificazioni del mentale.

Il giusto accostamento psicologico alla pratica dello Yoga non comporta comunque né repressione dei desideri e degli istinti, né d'altra parte giustificazione delle debolezze umane. Si tratta di un processo di trasformazione dell'individuo che attraverso diverse fasi e che richiede autenticità e un atteggiamento di misura e di buon senso. «Lo Yoga, certo, è difficile da praticare per colui che non ha il minimo dominio sull'io, ma colui che è assiduo e ha una certa padronanza con mezzi adeguati può realizzarlo» (8).

Daniela MORONI  
Susì STEFANINI

## BIBLIOGRAFIA

- 1) *Katha Upanisad*, II, 6-9 da *Upanisad vediche a cura di Carlo della Casa*, UTET, Torino 1976
- 2) *Katha Upanisad*, II, 6-11 Stessa edizione
- 3) *Svatasvatara Upanisad*, II, 8 stessa edizione
- 4) *Bhagavad Gita*, VI, 18 ed. commentata da Ser-vepelli Red Lakrishman, Ubaldini Editore - Roma 1964
- 5) *Bhagavad Gita* II, 67-70
- 6) *La scienza della Yoga: commento agli Yogasutra di Patanjali*, I, 2, I.K. Taimmi, Ubaldini Editore Roma 1970
- 7) *La scienza della Yoga: commento agli Yogasutra di Patanjali*, I, 3
- 8) *Bhagavad Gita*, VI, 36



## UNA IMPORTANTE ONORIFICENZA

# LA CROCE ROSSA GIAPPONESE E LE SUE DECORAZIONI IMPERIALI

La Società della Croce Rossa Giapponese è l'espressione nazionale nipponica dell'Organizzazione Internazionale della Croce Rossa e Mezzaluna Rossa; ossia della grande istituzione umanitaria mondiale di assistenza e beneficenza in favore degli infermi (senza discriminazione alcuna), di qualsiasi razza, nazionalità, lingua, religione, filosofia, ideologia, opinione politica e culturale. La Croce Rossa in Giappone non è soltanto un simbolo di altissimo prestigio civile e di grande valore umanitario, ma è un efficiente istituto di pubblica assistenza e di pronto soccorso, altamente benemerito della Patria.

Nell'Impero la Croce Rossa non ha avuto alcun problema a chiamarsi «Croce», ovvero ad assumere un emblema ed un nome squisitamente cristiani, pur essendo espressione di una nazione in gran parte non cristiana ossia prevalentemente shintoista ed in parte buddista. Cristiani ve ne sono, ma in minoranza. Le nazioni musulmane, ad esempio, aderirono agli ideali umanitari della Croce Rossa costituendo nel loro ambito le rispettive «Mezze Lune», Rosse, perché evidentemente ritennero irrinunciabile l'emblema del Profeta, pur identificandosi negli ideali di fratellanza umana della Croce Rossa, che sono stati e sempre saranno ideali di pace, di fraternità, di tolleranza, di solidarietà, di non discriminazione fra gli uomini, di qualsiasi ceto, di qualsiasi idea, di qualsiasi cultura: con particolare attenzione verso gli infermi ed i bisognosi; per battere le malattie, la fame, l'indigenza e l'ignoranza nel mondo.

In Giappone la Croce Rossa è Imperiale, e cioè è posta sotto l'alto patronato di Sua Maestà l'Imperatore, il quale ne è il garante verso la nazione e nel mondo, nei confronti degli organismi internazionali, degli Stati e dei Patti che regolano i rapporti giuridici e di diritto internazionale. È in tale ambito assolutamente «neutrale», apolitico e aconfessionale, che opera la Croce Rossa Internazionale, la quale associa e coordina Le Croci e le Mezze Lune Rosse di tutto il mondo. La Società Giapponese, come le consorelle Croci Rosse, svolge attività negli ospedali, negli ambulatori, con le autoambulanze, coi centri di rianimazione, con la protezione civile, avvalendosi di medici, infermieri e una quantità sterminata di volontari. La sua efficienza e

*L'Organizzazione Internazionale della Croce Rossa vanta in Giappone una delle associate più organizzate ed efficienti. Fernando Giulio Crociani ci descrive le ambitissime onorificenze imperiali destinate ai benemeriti della Croce Rossa giapponese.*



il suo livello di organizzazione, tipicamente nipponici, sono semplicemente sbalorditivi, ed immaginabili... per chi conosce i giapponesi! Il nome augusto di Sua Maestà l'Imperatore, al vertice dell'Istituto, fa il resto. Ed anche questo è immaginabile per chi conosce i giapponesi.

La Croce Rossa Giapponese conferisce ai suoi benemeriti una «Croce di Merito». Questa distinzione è stata creata in virtù di un Decreto Imperiale. La decorazione viene conferita ai giapponesi e agli stranieri di am-

bo i sessi, i quali abbiano reso alla Società Giapponese della Croce Rossa dei servizi eccezionali. I nomi delle persone candidate alla decorazione sono sottoposti all'approvazione di Sua Maestà l'Imperatore. Questa croce e la medaglia della Croce Rossa comportano in Giappone il privilegio di potersi fregiare delle stesse presso la Corte Imperiale ed in tutte le cerimonie ufficiali. Croce e medaglia sono assimilate alle onorificenze imperiali ed alle altre decorazioni civili e militari istituite dal governo.

La Croce di Merito, in argento, smaltata di bianco, reca al centro una placchetta azzurra, ornata di bambù, di una fenice d'argento e di una piccola croce rossa. Nel rovescio della placchetta, ugualmente smaltata d'azzurro, si legge in argento la seguente iscrizione in lingua giapponese: «Croce di Merito — Società della Croce Rossa del Giappone — Il XXI anno del Meiji».

La Croce si indossa sul petto sinistro, pendente da un nastro rosso listato d'azzurro, che per le signore ha la forma di un fiocco.

Istituita ugualmente in virtù di un Decreto Imperiale è la Medaglia. Tale decorazione è riservata ai membri della Società Giapponese della Croce Rossa. Ne esistono quattro classi: conferita la prima ai membri onorari, la seconda ai membri speciali, la terza ai membri titolari a vita, la quarta ai membri titolari.

La Medaglia, che è rotonda, è ornata in un verso da bambù, da una fenice e da una croce; il rovescio porta l'iscrizione seguente in lingua e caratteri giapponesi: «Il XXI anno di Meiji, Società della Croce Rossa del Giappone». La medaglia è in vermeil per la prima classe, in argento per le altre tre classi. Anche questa decorazione si indossa sul petto sinistro con un nastro; che, come per la Croce di Merito, rosso a due pali azzurri; esso è inoltre ornato per la prima e la seconda classe da una rosetta degli stessi colori (del tipo che negli Ordini Cavallereschi ornano il nastro degli Ufficiali); e per la terza classe da una rosetta azzurro chiaro.

Il decorato di una Medaglia che riceve la Croce di Merito può portare le due decorazioni insieme: la Croce a destra della Medaglia.

Fernando Giulio CROCIANI 45



SCOPRIAMO IL VARIEGATO PAESAGGIO DELL'ARCIPELAGO NIPPONICO

# GEOBOTANICA NELLE ISOLE GIAPPONESI

*Una gran varietà di scenari naturali  
si offrono al visitatore che percorra  
idealmente il Giappone nella sua  
lunghezza.*



JAPON ILLUSTRE

Poichè il Giappone si estende per oltre 20° in latitudine, si riscontra una certa varietà di formazioni vegetali che, procedendo da Nord verso Sud, passano da quelle subtropicali a temperate calde, a temperate fredde a quelle subartiche.

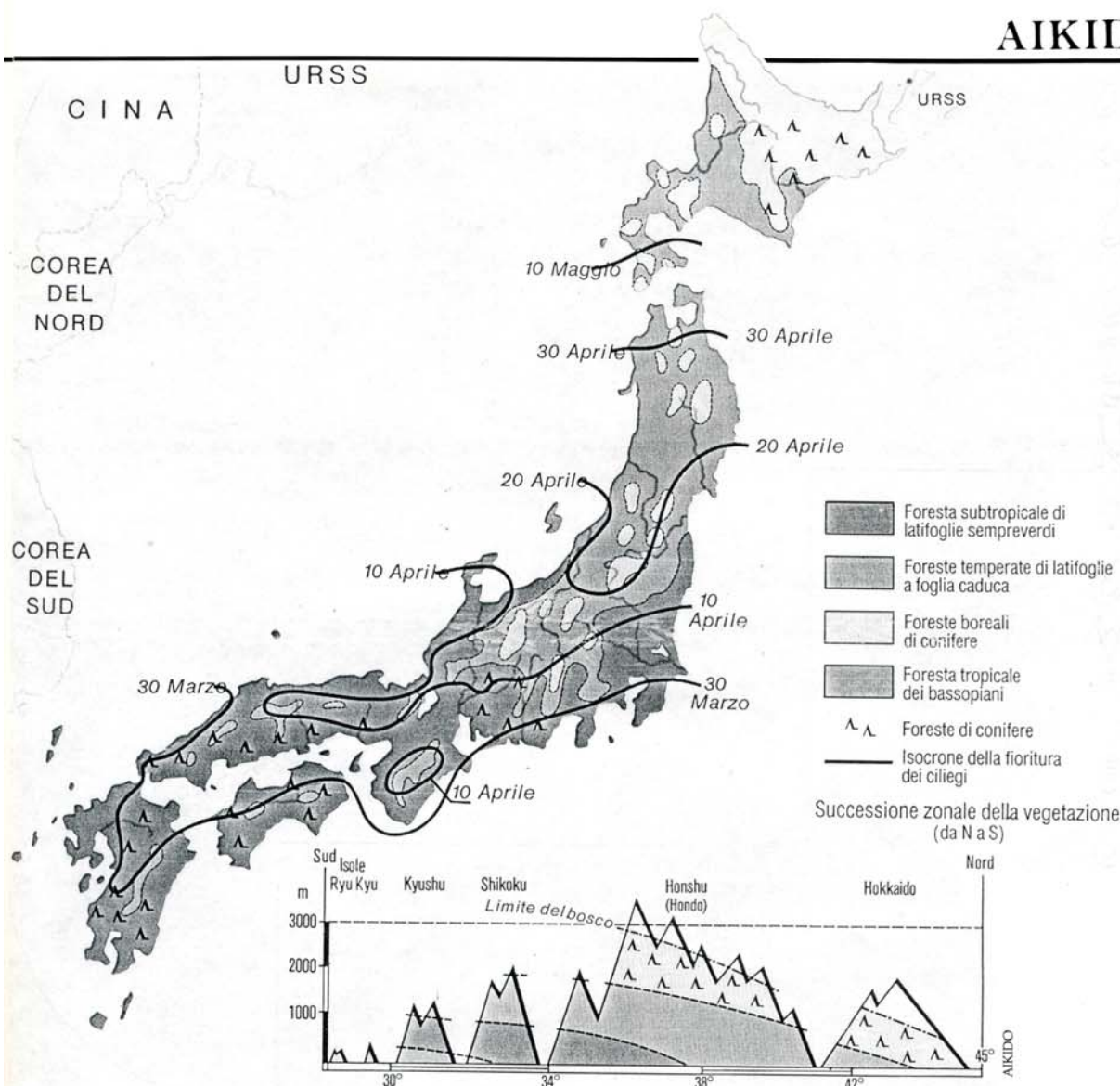
A questa divisione in zone orizzontali, fa riscontro una successione di aree altimetriche con caratteri spiccatamente diversi: infatti, nelle isole Ryu-Kyu, fra il Mar Cinese Orientale e l'Oceano Pacifico, è possibile trovare piante tipiche della foresta tropicale umida sempreverde; nell'isola di Kyu-Shu, la più meridionale dell'arcipelago, prende il sopravvento la caratteristica foresta subtropicale di latifoglie sempreverdi; nell'isola di Shikoku, procedendo verso Nord, questa esiste soltanto alle altezze intermedie (circa sui 1.000 m.), mentre nella parte meridionale di Honshu, la maggiore isola giapponese per estensione, solamente nei bassopiani. Le stesse querce sempreverdi che coprono le pendici montuose di Okinawa, la principale delle Ryu-Kyu, crescono a Kyu-Shu solo nelle pianure costiere.

Le aree di media montagna a Honshu, e cioè al di sopra dei 600 m., e le zone costiere occidentali di Hokkaido, l'isola più settentrionale dell'arcipelago giapponese dopo le Curili meridionali, sono coperte da foreste temperate di latifoglie a foglia caduca, alle quali subentrano, sulla costa orientale di Hokkaido e nelle regioni montuose dell'isola di Honshu, foreste boreali di conifere, caratterizzate da una grossa incidenza di abeti rossi e bianchi, che danno al paesaggio un fascino tutto particolare.

In alcune zone, come per esempio nell'isola di Kyu-Shu, la foresta boreale è assente e si arriva direttamente ad una vegetazione chiamata boscaglia di altitudine. Il limite superiore del bosco nell'isola di Honshu, si trova tra i 1.500 e i 1.800 m. di altezza. Le zone sommitali delle catene montuose, ad esempio le Alpi giapponesi, non sono caratterizzate, come da noi in Europa, dalla presenza di pascoli e prati, ma da una vera e propria boscaglia, in cui la specie più diffusa risulta essere il *Pinus Pumilla*, un tipico arbusto delle vaste altitudini giapponesi; tale arbusto diviene predominante oltre i 2.800 m., circondato dalla vegetazione erbacea.

La foresta, che in Giappone copre quasi il 70% del territorio, è paragonabile a quella del Canada e della Finlandia, cioè una percentuale delle più elevate del mondo. L'accanita opera di disboscamento, i disastrosi incendi e, più raramente, i pascoli, hanno modificato la foresta naturale, trasformandola gradatamente in una foresta secondaria: foreste di bambù con piante alte fino a 20 metri, sono state piantate un po' dappertutto; ad altezze comprese fra i 500 e i 1.500 metri, si trova spesso la brughiera giapponese, la cosiddetta *Hara*, un vasto manto vegetale 'aperto' composto da cespugli di bambù nano, cuscini erbosi, piante erbacee, felci e arbusti che però non formano una copertura vegetale continua, ma lasciano esposta la superficie del terreno all'erosione (Si intende per erosione l'asporto di materiali della





Successione zonale della vegetazione (da N a S)

superficie terrestre ad opera di agenti fisici quali le acque correnti dei fiumi o dei corsi d'acqua in genere, i ghiacciai in movimento, il mare, il vento. Fenomeni quali la soluzione o la carbonatazione, sono invece forme di erosione di tipo chimico).

La *Hara*, per tornare sull'argomento, è da considerarsi come un tipo di vegetazione secondaria, tipica dei suoli occupati in origine da latifoglie: questi terreni furono dissodati e trasformati in campi coltivati, per ragioni puramente economiche, che poi vennero abbandonati, o perché esauriti o perché poco produttivi rispetto alle terre pianeggianti, molto adatte alla risicoltura irrigua.

Le piante tipiche delle foreste sempreverdi di subtropicali del Sud-Ovest sono le querce, ma non soltanto queste sono presenti in tali zone: molto diffuse sono anche le camelle e le magnolie. Il limite di questa foresta è caratterizzato da temperature medie annue intorno ai 13° C, che a Nord di Tokyo si ri-

scontrano unicamente lungo le pianure costiere.

La foresta temperata a latifoglie, composta in prevalenza da querce, faggi e aceri, ricopre le montagne della sezione centrale di Honshu e i vasti bassopiani di Hokkaido; nelle regioni montane più elevate della parte centrale di Honshu, e in quelle zone dell'isola di Hokkaido, dove le temperature medie annue non raggiungono i 6°C, si estendono le foreste di conifere, tipiche delle altitudini più elevate, in alcuni luoghi miste a frassini e betulle, e con un sottobosco fittissimo.

Si è già accennato all'amore del Giappone per le piante: templi e monasteri shintoisti e buddhisti si ergono in mezzo ai boschi, circondati da un verde intenso quasi irreale; letteratura e pittura ne traggono i motivi più ricorrenti e poetici.

Alcuni alberi di enormi proporzioni, quali il pino di Shone, nella prefettura di Hyogo, il laurocanfora di Kamo, in quella di Kagoshi-

ma; il ciliegio di Kariyado, in quella di Shizuoka, sono celebri al pari del Monte Fuji. È quasi un rito nazionale ammirare la fioritura dei prugni in febbraio, dei ciliegi in aprile, delle azalee e dei glicini nella prima decade di maggio, del giaggiolo a giugno, del loto in agosto, dei crisantemi in novembre.

Non mancano, in gennaio, i riti propiziatori degli *Hana Matsuri*, o feste dei fiori, che si svolgono anche nei più piccoli villaggi con la partecipazione in massa della popolazione locale.

Francesco GUALCO

## BIBLIOGRAFIA

G.T. Trewartha, *Japan: a geography*, London, 1985, Cap. 3.  
*Understanding Japan*, n. 45, *Physical Geography*, «Geobotanic of Japan», I.S. for E.I., Inc., Tokyo, 1985.

VIAGGIO IN INDIA

# «MY BEAUTIFUL BUS, MADAME?»

*Un'occasione presa al volo. Cinque amici e quarantacinque giorni di tempo. Davanti, l'India: una terra, nonostante tutto, ancora sconosciuta.*

*Un luogo ed un popolo con cui confrontarsi. Senza la pretesa di una narrazione esaustiva, vi propongo alcuni miei appunti di viaggio.*

## LUOMO

Aeroporto di Francoforte. Durante l'attesa dell'imbarco per Delhi, già le prime propaggini di oriente si insinuano fra di noi. Ci sentiamo scrutati da occhi nerissimi, profondi, lucidi, dalle lunghe ciglia; gocce di smalto nero e umido, con la dolcezza della lieve malinconia comunque pronta ad aprirsi al sorriso. Contrasto di cravatte e turbanti.

Sull'aereo, nella penombra i denti bianchissimi brillano di uno splendore mai visto.

L'arrivo a Delhi, dopo ventisei ore di aeroporti, aerei, dogane, aria condizionata, senza sonno eppure senza aver dormito; straniti dal cambio del fuso orario, tutto il corpo percepito come un mollusco svuotato, la mente confusa.

Il primo impatto è all'alba, i primi Indiani che contrattano, ti avvicinano, ti offrono i loro servizi. «My beautiful bus», e via, un viaggio attraversano la periferia, di corsa; sbalottandoci sulle balestre rigide che amplificano le buche della strada, l'autista, suonando e strombazzando vigorosamente, sterza attorno a mucche scheletriche che immobili occupano la strada. Sobbazziamo mentre osservo sbalorditi i grappoli di uomini — quasi stracci — che dormono stesi ovunque, sugli spartitraffico e ai margini delle strade. Baracche fatte di terra e sassi, e uomini dello stesso colore. Si alzano fumi di incenso e di brace tra le lamiere ondulate e le foglie di palma intrecciate, nel vapore giallastro dell'alba. L'aria bollente ci avvolge inequivocabilmente, e sono solo le sei di mattina.

Mi aspetto una metropoli, dei grattacieli, degli orizzonti alti; no, mi sbagliavo. Le case, a due piani, hanno tetti a terrazza su cui si



stendono a terra i panni ad asciugare, e dove a volte planano gli avvoltoi. Dalla nostra finestra sigillata dell'hotel, iniziamo a vedere alcuni uomini scalzi, avvolti in stracci, nella loro assoluta magrezza, che camminano per le strade. Ho un moto di ripulsa verso i nostri comfort, spengo l'aria condizionata — fa quasi freddo. E quando si esce l'umidità rovente crolla addosso come una coperta pesantissima.

Per le strade il senso di marcia è invertito rispetto all'usuale, ovviamente, e questo contribuisce a farmi perdere sempre più ogni punto di riferimento. Non si sa da che parte guardare; sembra che i veicoli vengano da tutti i lati, e poi in fondo probabilmente è così. *Risciò* a motore gialli e neri, api camuf-

fate da taxi, con i vetri dipinti e gli interni decorati con immagini di dei e fiori, a decine e decine affollano le strade suonando i loro clacson e superandosi con sbalorditive acrobazie dello sterzo. Le automobili, poche, vecchie Ambassador nere pesantissime e alte, trasportano sei, otto persone, i cofani aperti stracolmi di ceste e scatole. Ovunque è un pullulare di veicoli di ogni foggia, biciclette nere ed enormi, tutte uguali, carri e carretti con ruote di camion, trainati da impassibili dromedari dai piedi soffici e l'aria sorniona; *risciò* a pedali decorati da fiori di plastica e specchi, e vacche bianche dalle ampie corna dipinte in azzurro, o rosso lacca, o verde smalto, che tirano carri colmi di sacchi e di carichi indecifrabili, strabordanti da tutti



**Nella pagina accanto:**

Per le strade di Delhi una umanità incredibile e variopinta offre al turista un fantastico miscuglio di merci.

**Di lato:**

Giochi infantili nelle strade di Delhi. Il numero e la vivacità dei bambini che corrono per le strade delle città indiane superano ogni immaginazione.

I lati, e piccole mucche rossiccie accuciate in mezzo alle corsie e accuratamente evitate dai veicoli, e ancora cani, moltissimi cani dal muso tozzo e un po' leonino, color miele e variegati, tutti uguali e quasi tutti malati, magri e rachitici come gli uomini; e somarelli bigi, piccoli e carichi di pesi, e infine il brulicare abnorme di uomini donne e bambini, spesso sul capo un enorme carico che farebbe vacillare qualsiasi occidentale ma che qui, con la postura perfetta del corpo, sottolinea ancora più l'eleganza e la linea quasi altera della schiena. Tutto in un caos straripante di rumori, voci, scappamenti e motori, grida, muggiti, musiche e cantilene, un clangore assordante e costante, i clacson suonati di continuo per segnalare la propria presenza, in un traffico così fitto che sembrerebbe impossibile muoversi, senza precedenze né regole: eppure riescono a divincolarsi, a scivolare via gli uni accanto agli altri, con una calma e una specie di cordialità come se tutti si conoscessero da sempre. Credo che gli Indiani siano dotati di una specie di inerzia, che regola le loro esistenze; la stessa che permette alle centinaia di persone che sui treni e sui bus stracolmi viaggiano sui tetti, di non precipitare giù; la stessa inerzia che conduce il flusso della vita di animali, piante, cose, uomini, un po' un lasciarsi vivere, un abbandonarsi, che sembra rendere impossibile lo scontro, l'impatto brutale, la frattura. Tutto scorre fluido, anche gli urti non sembrano compromettere la continuità che c'è ovunque tra il giorno e la notte, la vita e la morte, gli uomini e le cose; ci si trova privati di ogni senso del tempo, dello spazio, della misura, di ogni desiderio, frastornati dalle musiche e dai rumori, dai lamenti e dalle grida, dai colori strabilianti che aggrediscono l'occhio occidentale così assuefatto ai grigi e alle terre, dalla luce tagliente, dagli odori penetranti di fiori e di incenso, misti al fritto dell'olio di palma o di sesamo in cui nelle bancarelle per strada rosolano i loro improbabili impasti di frittelle e caramello dai gialli fluorescenti e dal sapore stucchevole e dolciastro; e il profumo delle spezie, il pepe, il coriandolo, il cardamomo, il cumino; il *chilly*, le salse piccanti, la noce moscata, il *curry*, il *marsala*, e quel sentore nauseante che emana da ogni angolo dai dolci saturi di burro, zafferano e caramello, dal solfureo colore innaturale e sconosciuto. E ancora l'acido miasma degli sputi di *betel*, il fumo di foglie arrotolate e di pessime sigarette, e onnipresente l'effluvio dello sterco, della sporcizia, dei mucchi di scarti e immondizia lungo le strade, abbandonati alle scimmie, alle capre, alle mucche che, avide di tutto nella loro magrezza atavica, si nutrono perfino di carta.

L'altra faccia del moto perpetuo di questo flusso, animale e umano, è l'immobilità. Ol-



C. BALBIANO

tre il traffico, accucciati con le nere ginocchia ossute nella loro assurda magrezza ricordano rane, mentre fumano *bidis* dal sapore dolciastro. Accoccolati ovunque, sui muretti, per terra, sulle soglie delle case e dei negozi (rialzate rispetto alla strada per difendersi dagli allagamenti monsonici), li vedi immoti, il turbante enorme avvolto attorno al capo, il volto segnato dalle rughe, scalzi e sporchi come solo gli indiani sanno essere, lo sguardo perso in una vacuità senza tempo o intenti a contrattare e discutere fra loro, pare che siano lì da sempre e che non si dovranno alzare mai più. Ti guardano passare più che incuriositi, ti fissano, a lungo, quasi per un attimo eterno, seri, compiti, o sorridono e l'improvviso schiudersi delle labbra mostra i denti bianchi o rossi, tinti dal *betel* masticato. Si guardano attorno con un'espressione indescrivibile mista di curiosa vitalità e rassegnazione; eppure nel frenetico e continuo movimento delle strade e dei mercati c'è una serenità che da noi manca totalmente, ed è ciò che rende loro sconosciuta la nevrosi. Le donne, così belle e curate pur nella miseria e nella più nera sporcizia, con i *sari* colorati, le caviglie e i polsi fasciati di bracciali d'argento o di plastica, i capelli neri annodati in lunghe trecce con i fiori di gelsomino e i piccoli garofani giallo oro, rispecchiano un po' l'effimero e inutile che viene venduto nei negozi sotto le arcate e nei vicoli. Tessuti stampati di cotone e stoffe leggere come nuvole filanti distese all'aria come vele leggere, o ricamate e intessute di specchietti e fili d'oro, oggetti d'ottone e d'alluminio o argento, gioielli, sete, scarpe di pelle di cammello e panno con la punta all'insù, ricamate in fili d'argento, seta e perline; piramidi di pigmento dai colori fortissimi, nei più svariati toni del rosso e dell'arancio, giallo limone e ocra; incenso e fiori, fiori a mucchi: rose, magnolie, gel-

somini, ibischi, garofani, freschi boccioli decapitati per intessere la quotidiana ghirlanda per le offerte al tempio, più importante dello stesso cibo. E questi tabernacoli, come funghi compaiono, piccoli e fumanti di profumi che bruciano, ad ogni passo foderati di mattonelle bianche come bagni, con l'idolo di cartapesta decorato con pigmenti in polvere e spagnole brillanti come cioccolatini; quasi l'idolatria dell'adorazione di un simbolo di un dio che resta sconosciuto, mentre i gesti rituali si ripetono monotoni come le nenie delle preghiere e delle offerte, con i fiori gettati attorno al capo di Ganesh o di Krishna, nella fragranza quasi nauseante delle essenze aromatiche.

C'è una luce incredibile, la luce dell'Oriente, forte, calda, a fasci violenti investe i multicolori veli delle donne, i capelli unti con l'olio di cocco o tinti con l'*henné*, i *coolies* che pedalano sui *risciò*, i carretti carichi di banane piccole e gonfie, di manghi, pere, cocco e cetrioli, ananas, papaya, arachidi.

Sotto questo cielo esotico, in un'armonia discorde divengono conciliabili i colori più incredibili, che in Occidente sembrerebbero volgare cacofonia, e che qui invece inebriano gli occhi e la mente con gli accostamenti più audaci, in un'esultanza visiva: i gialli e i rossi più brillanti, i verdi acidi, i turchini, i fucsia, le terre, i verdi scuri o i blu oltremare, i porpora e l'arancio.

Siamo tempestati dai colori, dal rifrangersi di un sole torrido e più luminoso dell'acciaio incandescente, che colpisce gli occhi rimbalzando sulle pareti delle case bianche, azzurre, rosse, gialle. Case con facciate pure, quasi di cartone, ritagliate, incollate; sembrano quinte di un teatro, con le finestre nascoste dalle griglie traforate.

Popolo che vive di effimero, di sogno, di apparenza, di colori. «Poesia del superfluo e



scienza delle cose inutili», diceva Guido Gozzano; ed ancor più ora, mentre accanto a tutte le cose e gli umori che a noi paiono così esotici sono proliferati gli oggetti di produzione industriale, plastica a più non posso, giocattoli rotti, borsette anni '70, ingranaggi e pezzi metallici inservibili, scarpe scalagnate e fiori di plastica e stoffa dalle tinte sintetiche e volgari... in un miscuglio sbalorditivo ed incoerente. Ma cos'è poi la coerenza?

In questa terra non si può cercare la consonanza, l'armonia è data dall'incongruenza, dalla grazia e dall'incanto di un popolo che suggestiona lo straniero prima con la sua immagine così esotica, poi, superato l'impatto superficiale, con la sua umanità, con la verità che trasuda da ogni angolo, e che dà a chi vuole coglierla una consapevolezza nuova, una maggiore coscienza delle cose. Bisogna saper andare al di là dell'afrore, del caldo insopportabile che prosciuga il corpo, superando ogni remora ed accettando di buon grado i grappoli di ragazzi e mendicanti che ti ossessionano tirandoti per i vestiti, cercando di toccarti e chiedendoti una rupia, una penna, qualsiasi cosa, e facendoti sentire così terribilmente impotente e fuori luogo.

## IL DESERTO

Lasciamo Delhi per il Rajasthan. Il caldo ci ha reso invivibile l'ultima notte, il ventilatore sul soffitto che rimescolava l'aria bollente e fradicia su di noi, come un immenso alitare che si appiccica alla pelle. L'umidità è quasi alla saturazione.

Jaipur, capitale del Rajasthan. Le costruzioni sono tutte rosa. Case, minareti, cupole, archi, tutto è costruito in arenaria rosa, tutto è del colore dell'aurora, per ordinanza di Jai Singh, che la fondò nel 1728. Città innalzata dal nulla per il capriccio di un Maharaja; sui larghi viali e sui vicoli si affacciano uno dopo l'altro gli edifici color salmone, istoriati come di sottili intarsi bianchi a fiorami, a sotto-

lineare le curve sagomate, a dare ancora maggior luce alle facciate che brillano al tramonto in contrasto col cielo blu, intagliate come trine secolari, più resistenti del granito.

Le scimmie, specie di babuini dal pelo fulvo con le lunghe code diritte, ci parlano già di spazi aperti, ed ancor più i bufali dagli occhi opachi e dalle pupille ovali, o i cobra che, ebbri, si alzano dalle loro ceste gonfiando il collo e saettando la bifida lingua nera.

Siamo in viaggio verso ovest, verso il Pakistan, verso il deserto del Thar.

La campagna attorno è desolata, campi rossastri coperti di bassa vegetazione di un verde brillantissimo, ed ogni tanto compare un pozzo, o un tempio, o qualche casa-simili a termitai, come piccoli castelli di sabbia compatta che sembra debbano sbriciolarsi non appena il sole li asciugherà; tuguri bui che danno un po' d'ombra ma non il fresco, in questa terra che attende il monzone.

Nulla è cambiato, in queste sperdute regioni, dal tempo in cui le antiche popolazioni si insediarono nella valle dell'Indo: le stesse costruzioni pavimentate di sterco secco e senza altre aperture che la porta d'accesso, antri bui in cui vivono assieme uomini e animali attorno al focolare. Ma l'acqua non scorre più abbondante come un tempo, secoli e secoli fa, a rendere feconda la terra, anzi non vi è traccia di torrenti ed il suolo è magro e riarso; così le donne si recano ogni giorno ai pozzi che attingono l'acqua a cinquanta, cento metri sottoterra. Erette, forti, temprate dalla fatica quotidiana, le lunghe gonne a fiori blu e rossi ed i veli scarlatti o gialli; toni violenti e caldi per ritrovarsi sotto il cielo rovente, nell'infinità di un monotono orizzonte bruno in cui la pelle ambrata si mimetizza perfettamente. Le vedi, in fila, silenziose, procedere lungo le creste dei dossi sabbiosi, i piedi scalzi, mentre sul loro capo scintillano di barbagli incandescenti i bacili

## In basso:

*La sconfinata ampiezza dell'Oceano fa perdere la organizzazione di misura, tempo e spazio. Non si capisce per quale motivo, ma il cielo qui è enormemente più vasto che sul Mediterraneo. L'orizzonte è più lontano, infinito, profondo.*

d'ottone.

La strada è corrosa, mangiata dal vento, a tratti insabbiata dalla recente tempesta; qui il deserto avanza, con le sue cunette rosse, terra che a stento trattiene un po' d'umido e in cui inspiegabilmente ancora le vacche scheletriche e le capre riescono a brucare gli sterpi e le foglie degli alberi e degli arbusti. Non oltre, dove, battute dal vento, le dune si increspano come l'acqua e soffiando sabbia, si induriscono forgiate dall'umido e dal caldo, e diventano come roccia. Con caparbietà, molti sono ancora i pastori che resistono, attaccati alla propria terra, pur in condizioni climatiche insopportabili e ferocemente legati al capriccio delle piogge, ogni anno, da tempo immemorabile.

Lugubri, a volte si incontrano gruppi di avvoltoi. Grigi, le ali strascicate al suolo con indecente trascuratezza, il collo giallastro e nodoso, gli occhi dallo sguardo insostenibile, vile, feroce e malinconico al tempo stesso. Enormi, gli artigiani sulle rocce o nella sabbia, attendono silenziosi. Qui la vita e la morte hanno una continuità impressionante; e presto ci si abitua, quando si incontra sulla strada un cane che si nutre di una carcassa, o quando gli insetti morti scompaiono in pochi minuti divorati da microscopiche formiche grigie e voraci.

La notte, stesi sulle nostre brande di nastri intrecciati, sotto il ventilatore elettrico che eternamente rimescola l'aria calda, mentre il sudore incolla le lenzuola al corpo, sentiamo il vento sibilar forte oltre la porta; trasportando la sabbia e la polvere nelle strette vie del paese, le deposita indifferentemente sulle selle dei cammelli o nelle pieghe degli stracci in cui, invisibili, sono avvolti i molti che dormono sui cigli della strada, con i cani e le capre.

## L'OCEANO E LA FORESTA

Ed eccoci, dopo molte ore di viaggio, a sud. Quasi duemila chilometri in linea d'aria ci separano da Delhi; e gli indiani non sono più gli stessi. La loro pelle, la più evidente differenza: altra popolazione, altro ceppo, Dravida, Tamil, non più discendenti dai popoli ariani dalla carnagione d'oro. Qui sono neri, scuri e bruciati dal sole, e gli occhi brillano ancor più profondi. Come in ogni regione dell'India, anche qui diverso è il modo di fasciarsi il capo, diverso in modo di portare il *sari*, diversa la maniera di annodare ai fianchi quei polimorfi ed incomprensibili stracci — sicuramente molto più comodi dei nostri pantaloni.

E finalmente giungiamo di fronte all'Oceano. Non so per quale motivo, eppure qui il mare, come il cielo, è enormemente più vasto che sul Mediterraneo. L'orizzonte è più lontano, l'infinito è più profondo.

Le onde sono lunghe e bianche, e si rifran-



C. BALBIANO



## Accanto:

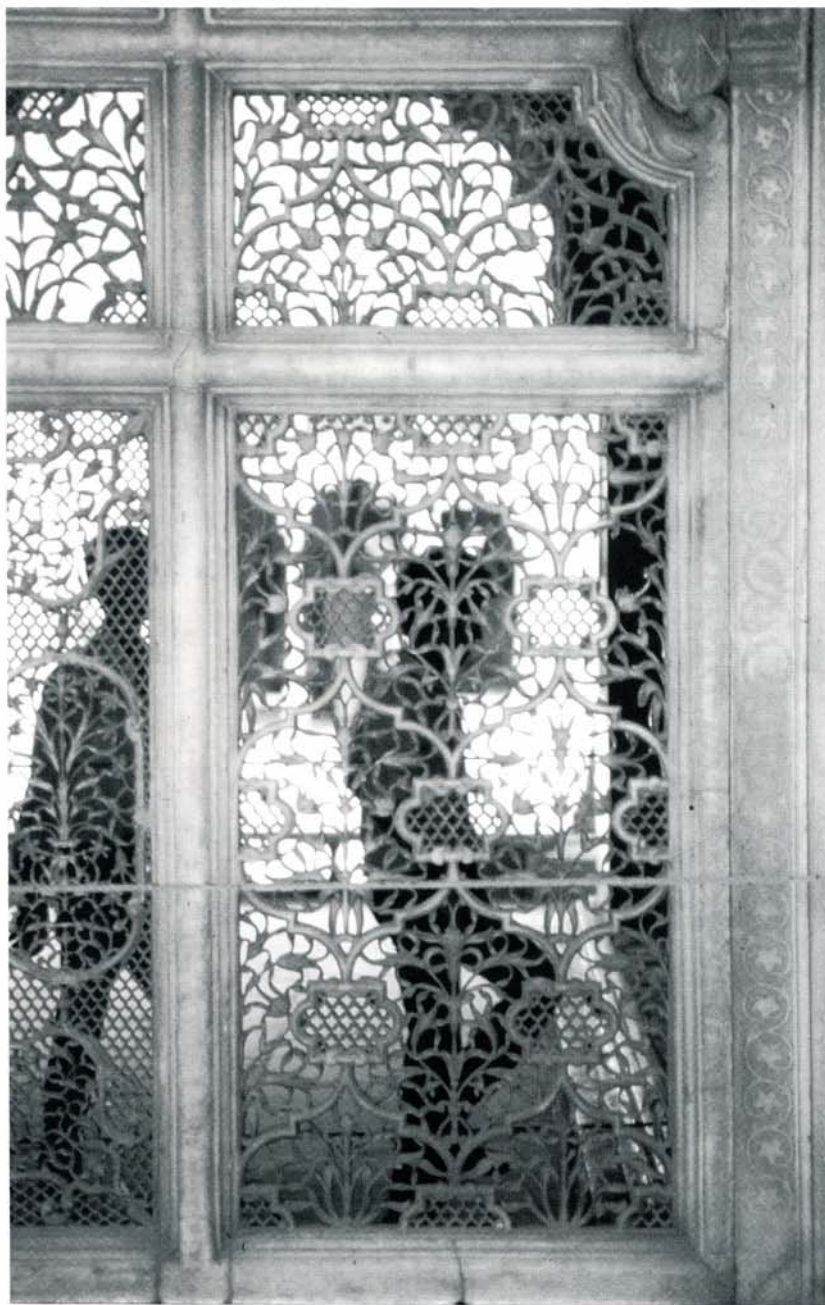
*Le figure fiere degli Indiani attraverso le trame della finestra di un tempio. Popolo che vive di effimero, di sogno, di apparenza e colori. "Poesia del superfluo e scienza delle cose inutili" ha definito il loro modo di essere Guido Gozzano*

gono sulle secche al largo due volte prima di rotolare sulla spiaggia. La sabbia è fine e bianca, compatta ed umida: enormi sciami di libellule verdi ondeggiano su di noi sotto un sole bianco ed implacabile, e fuggono lontane a centinaia.

Il continuo stridio delle cornacchie neroblu riempie l'aria alla sera, e con il tramonto l'estensione di questi cieli si fa ancora più evidente, mentre osservo la notte venire dal mare, già quasi nero, e alle mie spalle si sovrappongono filanti le nuvole, a strati successivi, a fiocchi verso l'orizzonte invisibile, tingendosi di arancio, lilla, verde, carminio, oro, porpora. In basso, in controluce, immersi già nel crepuscolo, i profili di cartone ritagliato, come fogli di lamiera, degli alti cocchi, con il tronco flessuoso e l'aerea chioma selvaggia ed elegante, lassù, a venti metri da terra, e più sotto le altre palme, i datteri, e arbusti e alberi.

Il clima, eternamente caldo, umido e fecondo come in un'immensa serra, non dà tregua alla crescita della vegetazione, che si sviluppa in continuazione, con una pulsazione quasi animale. Negli atolli corallini, dove la barriera concede tregua alle rive turchine, le mangrovie gettano ad arco, avidi d'acqua, le radici in profondità, sollevando le chiome ad un palmo dalla superficie di smeraldo del mare. Le radici e i tronchi ricurvi le fanno simili ad animali in attesa, pronti a scattare, con le zampe ben fisse sul fondale nero. Come candelabri capovolti, protendono in fuori i loro rami con le piccole foglie verde cupo, primo sbarramento all'accesso verso il cuore dell'isola. Dietro, una vegetazione rigogliosa e traboccante, dalle forme inverosimili, mi impedisce di percorrere più di un paio di metri: foglie enormi, a stella, a cuore, lanceolate, dentate, sottili come nastri, nella più sbalorditiva varietà di tinte, verde smalto, verde cupo, smeraldo, screziate di rosso o di azzurro; foglie scarlatte e gialle, a macchie, strisce verde-blu, venature giallo acido o bianche, verde acqua, in una matassa inestricabile di rami, foglie, tronchi contorti, radici aeree, radici basse e nodose, rampicanti, liane, ed ogni sorta di vegetale che si sviluppa rigoglioso e lussureggiante, inerpandosi lungo i tronchi delle latifoglie grigi e dalle basi palmate, che salgono in cerca del sole, nudi e lisci come quelli bianchi dei cocchi, ondeggianti in alto così nostalgici ed esotici.

Su tutto, vibra una luce verde e tremula, sottomarina, mentre le felci e i muschi pulsano nell'aria satura di umidità e così rovente da togliere il fiato. È un proliferare euforico che crea linee, colori e proporzioni di sogno, in un eterno tepore immutato ed immutabile, nel quale si nascondono insetti strepitosi, farfalle dai colori di fuoco, braci turchesi e cangianti dalle enormi ali, e iguana grigio-az-



C. BALBIANO

zurre e rettili silenti, mentre in alto gridano forte gli uccelli variopinti e si rincorrono le scimmie...

Alla vigilia della partenza, ancora non sapevo il perché di quel viaggio; mi era solo abbandonata ad un vuoto, un lasso di tempo lungo il quale ogni impegno era abolito, ogni necessità superata, ogni responsabilità dimenticata. Sicuramente quasi scettica, non del tutto coinvolta, mi sono avviata verso una realtà totalmente sconosciuta. Non ero

priva di entusiasmo, anzi; ma non aspettavo certamente l'illuminazione. Ebbene, nonostante tutto, ho la sensazione che un po' sia venuta.

Se andrete in India, vivendola veramente e non con grandi tours organizzati, provate ad essere ricettivi, disponibili: certamente sentirete qualcosa. Troppo forti gli stimoli e troppo impressionante la realtà, per lasciarvi immutati. Quelli che ci sono stati, lo sanno già.

I PADRI DEL DESERTO

# I MAESTRI ZEN DELL'OCCIDENTE

*«È bene andare a trovare gli anziani o  
è meglio rimanere in cella? Regola dei  
Padri antichi era visitare gli anziani,  
i quali giustamente ordinavano di  
restare in cella».*

I Padri del deserto fiorirono tra il III e il VI secolo dopo Cristo nei deserti di Scete e di Nitria, di Palestina e di Siria fuggono dal mondo. Essi vissero lì come asceti ed eremiti praticando il digiuno, la castità, il silenzio, la povertà, la preghiera, e il lavoro manuale. I loro detti e le loro azioni furono raccolti da discepoli e così sono giunti fino a noi.

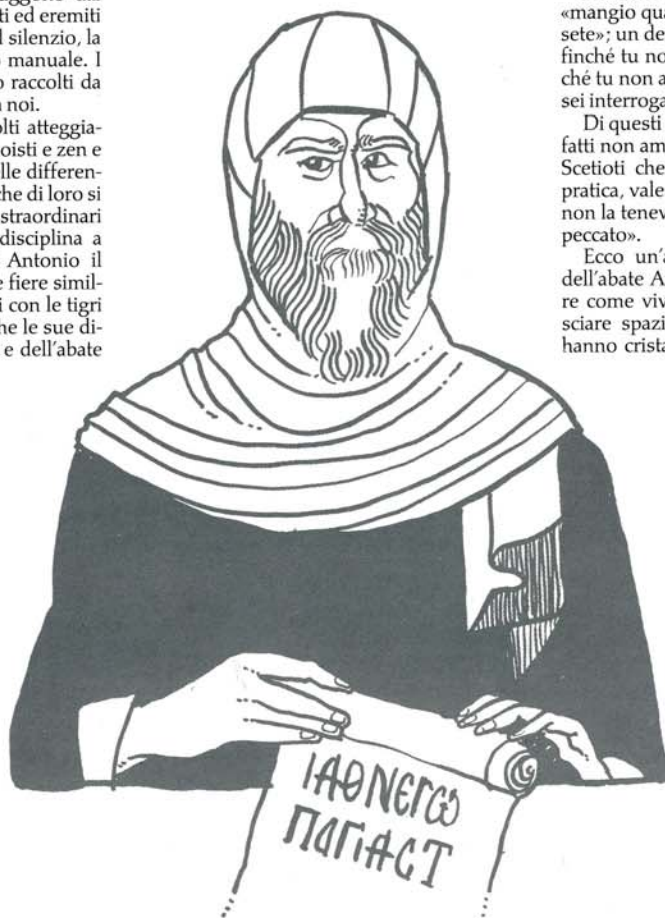
I Padri del deserto hanno molti atteggiamenti in comune con i maestri taoisti e zen e con gli jogi indiani — seppur nelle differenze di cultura e tradizione — e anche di loro si raccontano degli avvenimenti straordinari che testimoniano della severa disciplina a cui si sottoponevano. Così di Antonio il Grande si narra che incantasse le fiere similmente a quanto facevano gli jogi con le tigri dell'India; dell'abate Giuseppe che le sue dita levate sprigionassero fiamme e dell'abate

Ammoe che le sue parole erano «come un colpo di spada».

In «101 storie zen» un Maestro diceva: «mangio quando ho fame e bevo quando ho sete»; un detto dei Padri era: «Non mangiare finché tu non abbia fame; non coricarti finché tu non abbia sonno e non parlare se non sei interrogato».

Di questi maestri cristiani si sa poco o nulla: non amavano scrivere e «Si diceva degli Scetioti che se taluno sorprende la loro pratica, vale a dire arrivava a conoscerla, essi non la tenevano più per una virtù ma per un peccato».

Ecco un'altra asciutta storia: «Si diceva dell'abate Arsenio che nessuno poté mai dire come visse». Non resta quindi che lasciare spazio alle parole dei discepoli che hanno cristallizzato su pergamena alcuni a-





spetti dei loro terribili maestri. Gli aneddoti che ho già trascritto e i prossimi sono tratti da «Detti e fatti dei Padri del deserto» (Ed. Rusconi) nella cui introduzione Cristina Campo scrive: «La contesa con le potenze tenebrose che stringono di assedio la mente è vinta capovolgendo tutti i metodi naturali di lotta, secondo una specie di Aikido spirituale nel quale le energie aggressive del nemico sono per così dire utilizzate anziché respinte, il loro impeto assecondato fino a rovesciarlo nel suo opposto»; e ancora «La tecnica del *koan* buddista non è per nulla ignorata da questi terrificanti e dolcissimi zen cristiani».

I discepoli dell'abate Macario dissero un giorno all'anziano: «Che cosa è grande, e che cosa è piccolo?». Egli rispose: «Ciò che uno vede piccolo nei propri pensieri, è grande, e ciò che egli ritiene grande, è piccolo». Gli dissero: «spiegaci questa parola, Abba». Disse loro: «Purificate i vostri cuori, e troverete il senso di questa parola».

«Si diceva che i Padri parlassero secondo i pensieri e la persona alla quale si rivolgevano».

L'abate Teodoro disse: «Se vai al mulino, allora fa' del pane! Ma c'è bisogno d'andarci?».

Un fratello ha riferito che Zaccaria aveva detto all'abate Mosé: «Mostrami la astinenza che pratici dalla tua giovinezza, affinché anch'io la osservi». L'abate Mosé aveva risposto: «La mia astinenza, dalla mia giovinezza sino a questo giorno, eccola: mangio un piccolo pane per giorno. Quando ho digiunato un giorno ne mangio due; se digiuno fino a sera, ne mangio uno solo». Zaccaria fece come aveva visto e udito. In seguito Zaccaria fu malato e vicino a morire. L'abate Mosé gli disse: «Non ti è apparso qualcosa?». Egli rispose: «Sì». L'abate Mosé gli disse: «Che cosa vedi?». Zaccaria disse: «È veramente opportuno che parli?». «No», disse l'abate Mosé. E Zaccaria morì.

Da monaco incontrò per la strada delle monache. Nel vederle, si fece da parte, ma la loro superiora gli disse: «Se tu fossi un monaco perfetto, non ci avresti guardato e non avresti visto che eravamo donne».

Vi era in Tebaide un anziano chiamato Gerace che aveva circa novant'anni. I demoni, che volevano condurlo alla rilassatezza con la lunghezza del tempo della sua vita, vennero un giorno a trovarlo e dissero: «Vegliardo, che farai, poiché ti restano ancora cinquant'anni da vivere?». Rispose: «Mi avete grandemente rattristato, poiché mi ero preparato a vivere duecento anni». I demoni lo lasciarono con alte grida.

Fabrizio RUTA



# LA XILOGRAFIA E GLI EX LIBRIS GIAPPONESI

L'apertura del Giappone al mondo occidentale è relativamente recente. Le prime navi americane del commodoro Perry sbarcarono nella baia di Uraga nel 1853, mettendo così fine all'isolamento commerciale e culturale con l'Occidente voluto dallo Shogunato che di lì a qualche anno avrebbe cessato di esistere, segnando così la fine del periodo feudale e l'inizio della restaurazione imperiale.

L'Esposizione Mondiale di Londra del 1862 e quelle Universali di Parigi del 1867 e il 1878 fecero conoscere al mondo intero, fra altre «giapponeserie», le stampe xilografiche policrome *nishiki-e* (pittura imitante i broccati) che tanto merito ebbero nello sviluppo della scuola *ukiyo-e* fin dalla sua origine, nella seconda metà del XVIII secolo.

Questo nuovo vento orientaleggiante venne subito recepito dai pittori Impressionisti fin dall'inizio del loro movimento in quanto in molte opere esposte nella loro prima mostra a Parigi presso il fotografo Nadar, nel 1874, erano già presenti questi nuovi valori. Nel ritratto di E. Zola di Manet, del 1868, sono raffigurati una stampa e un paravento giapponese, che potevano forse essere stati acquistati nel negozio di Madame de Soye in rue de Rivoli, aperto nel 1860. Toulouse Lautrec nelle sue *affiches* litografiche fa propri i canoni della xilografia giapponese, quali l'uso della linea continua e della *silhouette*, della macchia di colore ben contornata e dell'impiego dell'oro puro, mentre Van Gogh dipingerà fra il 1886 e il 1887 alcuni quadri con stampe e scritte in caratteri giapponesi: il ritratto di Papà Tanguy, amico e mecenate di artisti, si staglia contro uno sfondo di stampe multicolori raffiguranti paesaggi, cortigiane e l'immane Monte Fuji.

Per quanto riguarda l'Italia è confermata da fonti documentarie la presenza, fin dal 1843 a Trieste, quando nemmeno a Parigi o a Londra era incominciata una attività di questo tipo, della bottega museo Wünsch, sorta per introdurre sul mercato austriaco e tedesco i prodotti dell'arte e dell'artigianato cino-giapponese.

Alcune successive grandi mostre faranno conoscere al vasto pubblico le sensuali bel-

*Il terzo argomento in programma per La Rubrica dell'Arte è costituito dagli Ex Libris in Giappone. Il relatore di un così affascinante argomento è il dott. Giuseppe Mirabella, Presidente dell'Associazione Italiana Ex Libris.*



lezze delle cortigiane di Utamaro (1753-1806), i delicati paesaggi di Hokusai (1760-1849) e Hiroshige (1797-1858) o gli attori e i personaggi del teatro *kabuki* di quel genio enigmatico di Sharaku (1794), che in soli dieci mesi produsse oltre 140 xilografie fra le più belle che siano mai esistite e poi scomparve.

La scuola *ukiyo-e* o «del mondo fluttuante, della vita che passa», mentre trovava, per ironia della storia, nuova linfa nell'arte occidentale, in Giappone andava esaurendo il suo ciclo: gli artisti erano diventati ormai vecchi o erano morti e l'antica società borghese e mercantile, che aveva amato e protetto l'*ukiyo-e*, giunse alla fine.

L'inizio del secolo vide svolgersi una intensa attività artistica sia in Giappone sia in Europa. Molti giovani giapponesi andarono a Vienna o a Parigi a studiare e, una volta arrivati, si meravigliarono di trovare che il «giapponismo» era molto in voga, ma ancor di più che l'artista continentale lavorava tutto solo e controllava ogni fase del processo artistico, dall'idea iniziale fino alla sua realizzazione. Sino ad allora, infatti, l'artista giapponese aveva lavorato come membro di un gruppo, dove il pittore sorvegliava e dirigeva l'esecuzione dell'opera sua ed era affiancato da una *équipe* di artigiani intagliatori, ognuno con una propria specializzazione, nonché da uno stampatore e da un *patron* che si assumeva l'impegno editoriale.

Questo nuovo valore di indipendenza e di libertà venne riportato in Giappone dove gli artisti, senza chiedere aiuto e con minima spesa si munirono di utensili per intagliare e di colori per stampare per produrre le loro opere, così come avevano visto fare ai loro colleghi in Europa. La nuova scuola prese il nome di *hanga* o «della stampa xilografica creativa» e gli *ex libris* furono fra i maggiori protagonisti del suo immediato e duraturo successo.

In Giappone l'*ex libris* «tradizionale» (*zoshoin*) è sempre esistito ed è quello impresso per mezzo di sigilli. Normalmente è solo calligrafico, di forma quadrata o rettangolare e può essere inciso su legno, avorio, pietra ed anche su metalli preziosi. La stampa avviene direttamente sul libro mediante inchiostri ad



**Accanto:**

Tigre di cartapesta di Motoi Yanagida

**Nella pagina accanto:**

Kokeshi di Motoi Yanagida (sopra).

Ex libris xilografico a quattro colori di Masaya Watabe (sotto).

**In basso a destra:**

Baren raffigurato da Masao Maeda

**Sotto:**

Ex libris xilografico a 5 colori di Yoshio Kanamori

acqua o ad olio, di solito di colore rosso. I più antichi esempi di tali *ex libris*, risalenti al XV secolo, si trovano anche sotto forma di etichette incollate ai libri. Anche se il sistema araldico era molto sviluppato in Giappone e conosciuto tanto quanto in Europa, sugli *ex libris* giapponesi non figura mai il mon o stemma di famiglia.

L'altro tipo, quello alla maniera occidentale (*zoshohyo*), è di recente introduzione, data infatti dall'inizio del secolo. I primi esempi di questi *ex libris* furono pubblicati sulla rivista «Myojo» nell'ottobre del 1900 ad opera dell'artista tedesco Emil Orlik (Praga 1870-Berlino 1932), membro della Secessione viennese e berlinese, pittore, grafico e artigiano d'arte. Questi si trovava in Giappone per apprendere la tecnica della xilografia a colori e l'apprese così bene che le sue stampe di quel periodo possono confondersi benissimo con quelle di un artista locale.

Dopo solo quattro anni la stessa rivista pubblicava i primi *ex libris* xilografici di artisti giapponesi, divulgando così in tutto il paese questa nuova forma d'arte. Artisti come Kanae Yamamoto (1882-1946) e Koshiro Onchi (1891-1955), furono i due più grandi esponenti del movimento *hanga*, che diede vita ad una grande mostra nel gennaio del 1919 e alla nascita della prima Società Giapponese degli *Ex Libris* nel 1922. Una parte degli artisti cercò l'ispirazione nella tradizione e nell'arte popolare (*mingei*) creando uno stile autenticamente giapponese, che nelle mani di Yonejiro Sato (Aomori 1915) e di Ryo Masuoka (Kyoto 1905) gode ancora oggi di grande popolarità.

Il simbolismo contenuto in questi *ex libris*, difficile da comprendere per un occidentale, è di grande interesse in quanto affonda le proprie radici nell'anima del popolo giapponese, anche se talvolta si trovano soggetti scontati come il Monte Fuji o i fiori di ciliegio.

Lo zodiaco giapponese, così diverso dal nostro, è una fonte inesauribile per gli artisti: esso è composto da un ciclo di dodici animali ad ognuno dei quali corrisponde un nome



ASS.IT. EX LIBRIS



土筆館藏

ASS.IT. EX LIBRIS

di animale: topo, bue, tigre, lepre, drago, serpente, cavallo, pecora, scimmia, gallo, cane e cinghiale. Sugli *ex libris* queste creature non vengono rappresentate in forme naturali, ma come deliziosi giocattoli di *papier-mâché* o di legno. Un buon esempio è la tigre gialla e nera la cui testa si muove realisticamente per mezzo di un semplice meccanismo.

Un altro animale dall'alto contenuto simbolico è la carpa. Una volta l'anno, il 5 maggio Festa dei Ragazzi, una grossa carpa di carta o di tela (*koi-nobori*) viene issata su un pennone a sventolare liberamente nel cielo: due, tre, quattro per ogni casa, tanti quanti sono i bambini che la allietano; essa sta a simboleggiare il coraggio e la perseveranza dei ragazzi così come il pesce non arresta la sua marcia a monte per la violenza della corrente.

In occasione invece della Festa delle Ragazze il 3 marzo, si tiene in ogni casa giapponese una esposizione di bambole rappresentanti l'Imperatore, la sua sposa e i membri

della corte, tutti allineati in ordine strettamente gerarchico. Anche questi personaggi sono spesso rappresentati negli *ex libris*: l'Imperatore nella sua posizione tradizionale, seduto all'orientale, l'Imperatrice con l'ampia pettinatura tipica ornata di fiori, i dignitari secondo l'iconografia del loro rango.

Vi sono molti altri soggetti tradizionali, ma forse quelli più popolari sono la bambola *kokeshi*, simile a un nostro birillo di legno e il pupazzo *daruma*, ridotto a solo pancia e testa, zavorrato in basso in modo da restare sempre in posizione eretta. Si può dire che non vi sia artista giapponese che non abbia mai inciso questi due soggetti. Il simbolismo che vi sta dietro è quello di un'epoca in cui il paese era più povero, ma più puro di adesso, dove i bisogni della gente erano meno numerosi e più semplici e nel caso di *daruma*, che ritorna sempre in piedi, si può vedere la perseveranza e la ottimistica fiducia del popolo giapponese: esso infatti viene venduto senza occhi, ne viene dipinto uno all'atto di esprimere un desiderio, promettendo di completare l'altro quando il desiderio verrà esaudito.

Anche se potrà sembrare strano, sugli *ex*



ASS.IT. EX LIBRIS





libris giapponesi non compaiono mai scene di Arte Marziali né visioni erotiche o macabre né composizioni surrealistiche tanto care agli artisti del Nord Europa; sono anche sconosciuti i riferimenti alla professione esercitata o ai luoghi di nascita o di residenza molto in uso in Occidente. In generale i bibliofili giapponesi sono molto indulgenti con gli artisti e lasciano loro molta libertà nella scelta dei soggetti per i loro *ex libris*.

Guardando più da vicino un *ex libris* giapponese, si notano subito due differenze rispetto ai nostri: il colore e la qualità della carta. Normalmente, infatti, vengono impiegati fino a 5 o 6 colori, stesi ognuno per mezzo di larghi e piatti pennelli su un blocco di legno diverso e pressati con una specie di tampone circolare di foglie di bambù avvolte attorno ad un dischetto di cartone o legno (*baren*). Tutti questi passaggi, a cui a volte viene aggiunta anche una impressione a secco (*goffatura*), creano una infinita varietà di toni e di intensità in quanto la stampa avviene esclusivamente a mano e può essere regolata dall'artista. Con questo sistema si può dire che ogni stampa è un pezzo unico e da ciò dipende anche l'alto costo di un *ex libris* giapponese, che non supera di solito le 50 o 100 copie di tiratura. La stampa in nero con procedimento meccanico ed automatico è sconosciuta in quanto il blocco di ciliegio (*sakura*), tagliato nel senso della fibra della pianta (legno di filo), è alto poco più di un centimetro e riporta tutti i successivi stadi o piani dei vari colori più il sistema di registro e non è atto quindi ad essere inserito nella macchina tipografica.

Le carte a mano giapponesi sono meritatamente famose in tutto il mondo. Quando nel 1963 Giovanni Mardersteig si preparava a stampare la Divina Commedia di Dante con le illustrazioni di Salvador Dalí, per il ti-

**Sopra:**  
*Koi-nobori di Tokio Miyashita.*

*rage de tête* dei 44 esemplari inviò suo figlio Martino a sorvegliare la fabbricazione della carta in una sperduta cartiera nell'isola di Shikoku.

Per resistere alle numerose pressioni e sfregamenti del *baren* è necessario che la carta sia sottile, ma resistente e che non si rovini con l'eventuale uso della stecca d'osso. Inoltre, per tradizione e cultura, gli artisti giapponesi posseggono una approfondita conoscenza di questo materiale: sono capaci di distinguere fra la *gampi*, la *koza*, la *washi* e molte altre e comprendono a fondo il carattere e le funzioni di ogni tipo.

L'*ex libris* giapponese contemporaneo, xilografico e non, incomincia ad essere conosciuto anche in Europa. La prima grande mostra fuori dal Giappone fu tenuta ad Oxford nel 1982 in occasione del XIX Congresso Internazionale dell'*Ex Libris*: furono presentate più di 1000 opere di 75 artisti. Successivamente la mostra fu portata nella cittadina belga di Sint Niklaas, vicino ad Anversa, dove esiste una delle prime strutture pubbliche dell'*ex libris* con una collezione «comunale» di circa 100.000 pezzi di tutte le epoche e paesi.

In Italia, invece opera, dal 1986 l'Associazione Italiana *Ex Libris* (A.I.E.) che, sulla strage delle sue consorelle straniere, promuove lo sviluppo di queste piccole opere d'arte.

L'Associazione sarà lieta di dare informazioni sull'*ex libris* giapponese e sui suoi artisti contemporanei.

**Giuseppe MIRABELLA**

Associazione Italiana *Ex Libris*  
Via Alfieri 1 - Trezzano S/N (MI)

### Da un articolo sull'*Economist* spunti di riflessione sull'economia del Giappone contemporaneo

Nel recente numero di fine anno 1989 è apparso su *The Economist* un articolo significativamente intitolato «*Thank you, Japan*». Con toni molto positivi viene analizzato il comportamento delle autorità monetarie e delle strutture finanziarie del Giappone nel corso degli anni ottanta.

Prima degli argomenti economici e finanziari evidenzieremo le novità più significative dell'articolo dell'*Economist*. Innanzitutto il giornalista mostra un atteggiamento pacato ed esente da pregiudizi; inoltre rispetto alla media degli articoli sul Giappone, pubblicati su riviste europee, sono rintracciabili almeno tre elementi di novità: 1) non vi è l'abituale esaltazione acritica di una certa pubblicistica che vede nella potenza asiatica un paese di automi, individuandone il successo sul duro lavoro di «mille formichine». 2) È evitato ogni accenno all'immagine, ancora molto comune, del Giappone come il paese che ne profondo cova desideri di rivincita rispetto agli esiti della guerra mondiale. 3) Infine si ritrova un'analisi realistica del ruolo del Giappone come potenza economica sia in rapporto alla capacità di questo paese di produrre sviluppo ad altissima tecnologia, sia rispetto al ruolo connesso alla recente politica di investimenti nei mercati finanziari internazionali.

Su un piano più strettamente economico, facendo riferimento alla crisi delle borse dell'ottobre del 1980, viene rilevato che il Giappone ha usato la sua posizione di forza commerciale e finanziaria in modo decisamente espansivo per l'economia internazionale. La grande novità è connessa alla gestione di responsabilità nell'arena internazionale. Infatti dal 1982 il Giappone si è trasformato da paese importatore di capitali in esportatore di grandi somme monetarie, finanziando ad esempio un terzo del *deficit* di bilancio degli Stati Uniti. Infatti in quest'ultimo paese il fabbisogno di moneta da parte dello stato non viene interamente coperto dalle entrate (ad esempio tasse o stampa di cartamoneta),



STRATEGIA ECONOMICA  
INTRNAZIONALE DEL SOL LEVANTE

## THANK YOU, JAPAN

deve quindi essere raccolto sui mercati con veri e propri prestiti.

Inoltre il Giappone ha svolto un ruolo non negli ambienti economici come il «prestatore di ultima istanza» (*lender of last resort*). Con tale termine è definito un paese che, in caso di crisi, ha la possibilità di finanziare con le proprie scorte monetarie i paesi più deboli. Opera quindi come il prestatore cui si ricorre quando non sono più possibili altri interventi, rappresentando l'unica possibilità di fermare con strumenti finanziari la crisi.

L'esempio più recente del ruolo di «prestatore di ultima istanza» è quello della crisi finanziaria dell'ottobre 1987. In quell'occasione drammatica, che ha risvegliato i fantasmi della grande crisi di Wall Street del 1929, le autorità e le strutture finanziarie nipponiche mantennero i nervi ben saldi, operando per bloccare una crisi che sembrava ineluttabile. Innanzitutto non vi furono manovre protezionistiche tese a difendere l'economia del Giappone a scapito degli altri paesi in crisi. La manovra fu quella di immettere moneta fresca sui mercati e, in tal modo, agendo sulle disponibilità finanziarie e, soprattutto, sulla fiducia degli operatori, sostennero la domanda di titoli, fermando il rapido deprezzamento di questi nella borsa di Tokyo. La perdita di valore dei titoli fu così contenuta e poiché si rivelò minore di quasi otto punti di quella scatenante la crisi, avvenuta nella borsa di New York, riportò il denaro prima nel mercato di borsa nazionale e poi nei mercati internazionali.

Lasciando ora da parte l'articolo dell'*Economist* è opportuno comprendere che questi fenomeni si spieghino con una strategia economica perseguita dal Giappone negli anni Ottanta. In questi anni è stata attuata una svolta radicale nella politica estera giapponese, determinata da un notevole surplus commerciale e dal fatto che le banche nipponiche rappresentano le più grandi istituzioni finanziarie mondiali. Infatti oggi ben nove delle dieci più grandi banche del mondo sono nipponiche (un dato impensabile solo venti anni fa!). Di fronte a tale cifre trovano naturale spiegazione i recentissimi investimenti effettuati in imprese, alberghi, centri finanziari e di ricerca internazionali. E così del tutto logico che il Giappone cerchi di mantenere la



AMBASCIATA GIAPPONESE

stabilità di un sistema internazionale che lo vede in una posizione dominante. A causa dell'interdipendenza delle economie è evidente che una crisi degli Stati Uniti si propagherebbe inevitabilmente a tutti gli altri paesi ad iniziare dal Giappone. Inoltre il fallimento del debitore coinvolge di norma lo stesso creditore che, in ogni caso, perde il denaro prestato. Si determinano così situazioni in cui il creditore deve continuare a prestare per «finanziare i debiti», ovvero per permettere ai paesi più deboli di avere disponibilità per investimenti (che permettano nel

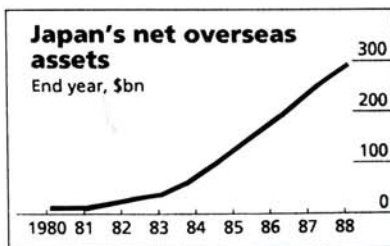
futuro di ripagare il debito) o almeno di pagare gli interessi maturati sui debiti contratti nel passato. In tal modo però si alimenta un ciclo perverso in cui il debito continua a crescere su se stesso, aumentando il rischio della crisi delle due parti e, spesso, di tutto il sistema finanziario internazionale.

Si può quindi affermare che le strutture economiche e finanziarie giapponesi, con i crediti concessi ai paesi in via di sviluppo e all'economia statunitense, in realtà finanziavano le proprie esportazioni verso il mercato del Pacifico. Va però ricordato che solo recentemente il Giappone si è orientato ad aumentare gli investimenti industriali e finanziari all'estero, non perseguendo la politica attuata nel dopoguerra, basata in via prioritaria sulla commercializzazione dei prodotti. Tale svolta va evidenziata in quanto il Giappone si presentava, ancora negli anni Settanta, in posizione molto arretrata tra i paesi più industrializzati sia per quantità che per la qualità degli investimenti effettuati all'estero. A questa realtà economica corrispondeva ovviamente la ricerca di maggiori quote di mercato, senza alcuna assunzione di responsabilità per i problemi di sviluppo dell'economia internazionale e dei paesi più deboli.

Le ragioni economiche o di convenienza nella politica estera nipponica sono così chiare, innestandosi su un ruolo decisamente innovativo alla collaborazione per lo sviluppo internazionale. Vorremmo infine sottolineare che nei momenti cruciali di panico finanziario vi sono stati, da parte nipponica, numerosi segnali e azioni di completa assunzione di responsabilità internazionali come «prestatore di ultima istanza». Di contro tale aspetto non ha caratterizzato la storia economica degli altri paesi e dei centri finanziari più forti come, ad esempio, Inghilterra e Stati Uniti.

Ci sembra quindi comprensibile come dal mondo anglosassone venga quel «thank you Japan», quasi un invito a non seguire la sciagurata politica protezionistica che ha marcato la storia economica dell'occidente. Una storia che nei suoi aspetti finanziari è stata fin troppo segnata da crisi disastrose, provocate dalla miopia e dalla chiusura dei paesi economicamente più sviluppati.

Raimondo DE NICOLA



Sopra:

Il grafico degli investimenti giapponesi all'estero negli ultimi dieci anni dimostra con evidenza l'enorme avanzata dell'industria nipponica.

THE ECONOMIST

LA TRISTE CONDIZIONE DI UNA GRANDE CIVILTÀ

## LA SORTE DEL TIBET



*L'esplosione di violenza del governo cinese nella tragica Primavera di Pechino è la punta estrema di una politica imperialista che trova la sua più lampante esemplificazione nella triste storia del Tibet.*

La fine dell'89 ha visto scadere il 30° anniversario dell'invasione armata del Tibet da parte delle Guardie Rosse della Repubblica Popolare Cinese. La gilda spirituale e temporale del popolo tibetano, Sua Santità il XIV Dalai Lama (termine onorifico che significa «Oceano di Saggezza») è stato insignito proprio nell'ultimo scorcio dell'anno a Oslo del Premio Nobel per la pace. Per capire le motivazioni della lunga lotta del popolo tibetano per la propria autodeterminazione, condotta con quei metodi non violenti che hanno spinto la Giuria del Nobel ad insignire il *Dalai Lama* dell'ambito riconoscimento, bisogna fare un po' di storia.

Quando le truppe cinesi invasero definitivamente (dopo una decennale campagna di intimidazione e prevaricazione) l'ampio territorio del Tibet, grande come tutta l'Europa occidentale, ebbero facilmente ragione della resistenza del minuscolo esercito tibetano e della guerriglia delle popolazioni nomadi degli altipiani himalayani: era il 1959. In quella data iniziò una repressione sistematica del popolo tibetano che culminò durante il periodo della «Rivoluzione culturale» nella distruzione pianificata di templi, monasteri, opere d'arte, biblioteche, nella proibizione dell'uso della lingua tibetana, nella colonizzazione forzata con immigranti cinesi del territorio tibetano: un autentico tentativo di genocidio fisico e culturale, che ha prodotto, secondo fonti internazionali, almeno 1.200.000 morti, su una popolazione totale di circa 6 milioni di persone. Per sfuggire alla cattura l'allora ventiquattrenne *Dalai Lama*, Tenzin Gyatso, uscì nottetempo e travestito dalla capitale tibetana, Lhasa, per cercar rifugio in territorio indiano, seguito da almeno 100.000 profughi (interi famiglie, con vecchi e bambini), di cui almeno il 30% fu falciato dal freddo e dalle terribili tempeste himalayane durante le settimane di marcia necessa-

ASS. ITALIA-TIBET



rie a raggiungere il confine indiano. Da allora un numero sempre crescente di tibetani rischia la vita per fuggire dal Tibet occupato e raggiungere la sede della residenza in esilio del *Dalai Lama*, il villaggio di Dharamsala, ove si è formato il libero Governo tibetano in esilio, unico punto di riferimento per le popolazioni tibetane ovunque residenti, che coordina le attività dei numerosi insediamenti dei rifugiati sparsi in tutto il mondo e lavora per la preservazione e lo sviluppo della cultura tibetana, sia laica che religiosa. Per anni la speranza di mantenere in vita la cultura, la religione e il modo di vita dei tibetani li ha condotti a guardare con forza disperata a questo piccolo villaggio di montagna ed all'indiscussa autorità del *Dalai Lama*.

Col crollo della famosa «Banda dei Quattro», e la fine della rivoluzione culturale, la nuova dirigenza cinese tentò di fare del Tibet un colossale Luna Park per turisti occidentali: siccome più del 90% dei Templi e degli *stupa* erano stati profanati e distrutti fino al 1976, si restaurarono alcune parti di celebri Templi, che oggi sono gestiti da managers cinesi occupati a spremere quanto più possibile il malcapitato turista, mentre i pochi monaci tollerati sono costretti a far da comparse in false liturgie messe in piedi a scopo spettacolare. Nella realtà la morsa sul popolo tibetano non è mai stata allentata: fino ad oggi migliaia di prigionieri politici sono stati detenuti in fetide carceri o nei tristemente noti campi di lavoro forzato, mentre sono continuate le esecuzioni pubbliche a scopo «educativo» di oppositori politici, cui la popolazione è obbligata ad assistere; nei confronti della popolazione tibetana vige la più rigorosa *apartheid*, e l'educazione scolastica, l'assistenza sanitaria, le opportunità di trovar casa e di lavorare sono rigorosamente distinte: ai tibetani tocca comunque lo scarto; aborti e sterilizzazioni forzate delle donne tibetane sono una pratica comune negli ospedali, in mano a medici cinesi; l'insegnamento della lingua tibetana è stato rigorosamente proibito fino al 1985, ed ora è ammesso come «seconda lingua» dopo il cinese; il 70% dei posti nelle scuole superiori è riservato ai cinesi; l'insegnamento e lo studio del Buddhismo *Vajrayana*, la religione tradizionale del Tibet, è ostacolato con ogni mezzo, e di fatto si volge unicamente nella clandestinità; oggi ampie fasce di tibetani sono esclusi da ogni possibilità di lavoro, e sono costretti a vivere in fetidi sobborghi delle anonime città-caserma costruite dai cinesi, prive di ogni sia pur minimo servizio igienico, senz'acqua ed elettricità; molti sono costretti a vivere chiedendo l'elemosina agli angoli delle strade. Nel territorio tibetano, infine, l'esercito cinese ha costruito decine di basi militari, almeno 6 postazioni di missili nucleari intercontinentali puntati sull'India e la Russia, numerose discariche di scorie radioattive; il selvaggio saccheggio delle risorse naturali tibetane, in primo luogo minerali e legname, perpetrato dalle truppe d'occupazione cinesi è stato talmente massiccio da provocare immensi fenomeni di deforestazione dell'altipiano himalayano, il polmone

verde dell'Asia, e la più vigorosa protesta delle organizzazioni ecologiste internazionali. Fino al 1987 l'ONU e diverse Commissioni internazionali di Giuristi hanno svelato l'entità dell'arbitrio e del genocidio consumato in Tibet, senza che nessuna nazione al mondo rischiasse di compromettere i suoi rapporti politici e commerciali con la grande potenza cinese e nel più completo silenzio dei grandi media mondiali. Il destino del popolo tibetano, ultimo di una purtroppo lunga serie in questo secolo, sembrava segnato: troppo debole per impugnare le armi da solo, abbandonato da tutti. In questa situazione apparentemente senza speranza si colloca la grande intuizione di S.S. il *Dalai Lama*, che ha dato nuova speranza non solo al suo popolo, ma al mondo intero.

Alla fine di quest'anno, ai visitatori che percorrevano le strade tibetane veniva offerta l'immagine di un paese strangolato dal colonialismo cinese; a un occhio superficiale i pochi restauri effettuati potevano dar l'impressione di un mutamento di tendenza nell'ambito della libertà di culto, ma ogni contatto con la popolazione svelava la cruda realtà di uno sfruttamento economico selvaggio, che era arrivato a spostare alcune festività religiose dai mesi invernali a quelli estivi, per attirare più turisti. Ad ogni modo, grazie alla maggior presenza di occidentali, i tibetani hanno potuto verificare l'esistenza di una diffusa solidarietà nei confronti della loro situazione e delle loro richieste; in tal modo le prime manifestazioni dell'ottobre 1987 poterono sfuggire alla cortina di silenzio che aveva schiacciato altri episodi simili negli anni precedenti, e grazie alle telecamere ed alle macchine fotografiche di centinaia di turisti, diventare un caso politico internazionale. A dispetto delle tesi della propaganda cinese, fu tutto il popolo tibetano a scendere in piazza per chiedere indipendenza, libertà di culto, riconoscimento dell'autorità del *Dalai Lama*; la repressione cinese non si fece attendere, e le immagini giunte fino a noi documentano in maniera schiacciante la brutalità delle truppe d'occupazione. Nel marzo del 1988 la polizia cinese fece irruzione all'interno del più noto tempio della capitale del Tibet, il Jokhang, massacrando a bastonate circa 30 monaci e deportandone il resto come rappresaglia nei confronti delle manifestazioni popolari: l'episodio, denunciato dal quotidiano *Observer* nel maggio 1988 suscitò immediate reazioni diplomatiche dell'ambasciata cinese a Londra, che negò l'esistenza stessa di questi fatti; dopo alcuni mesi fu trafugato negli archivi della polizia di Lhasa un filmato che implacabilmente mostrava attimo dopo attimo il consumarsi dell'eccidio: una volta tanto le immagini abitualmente usate per identificare gli oppositori politici sono servite alla causa degli oppressi. Dopo i sanguinosi fatti della Piazza Tien An Men di Pechino, tutta l'opinione pubblica mondiale ha cominciato a scoprire il vero volto del riformismo denghista e sono stati in molti a doversi ricredere attorno alle disattese denunce della repressione in Tibet, che solo poche persone o gruppi sen-

sibili alla sorte di questa antica cultura continuavano a cercare di diffondere.

Il recente Premio Nobel per la pace attribuito al *Dalai Lama* è stato quindi giustificato dalla continuità, dalla precisione e dal costante rifiuto dell'uso della violenza fisica della protesta del popolo tibetano, fedele ai dettami della sua cultura ispirata dai principi del Buddhismo Mahayana nella sua tradizione tibetana.

Perché abbiamo voluto parlare di questi fatti sulla Rivista dell'Aikikai d'Italia? A nostro parere, condiviso da illustri studiosi delle Civiltà dell'Estremo Oriente come Fosco Maraini, esistono tutta una serie di paralleli tra la civiltà tibetana e quella giapponese: in primo luogo entrambe si sono formate grazie all'innesto della religione e della cultura buddhista su un ceppo autoctono (il *Bon-Po* in Tibet, lo *Shintō* in Giappone); in secondo entrambe si sono mantenute a lungo isolate, e solo grazie all'aggressione della modernità circostante hanno dovuto «aprirsi» al mondo manifestando una vitalità che, nelle situazioni storiche più disgraziate, non può non stupire; in entrambe l'esigenza di adeguarsi a tempi di rivoluzione industriale prima, informatica poi, planetaria non ha condotto al rifiuto delle proprie radici, ma al tentativo di riequilibrare grazie a queste gli incredibili squilibri che ogni modernizzazione sembra dover comportare, come anche la nostra storia ci insegna. È doveroso poi ammettere che sia il Tibet che il Giappone, sia pur nella loro irriducibile peculiarità, sono (o sono stati fino a tempi recentissimi) terre dell'*homo-religiosus*, come dimostra la fecondità delle rispettive tradizioni mistiche e monastiche, che non a caso hanno affascinato migliaia di giovani e di uomini di cultura occidentale. Infine, entrambe queste civiltà conservano un bagaglio culturale di immensa ed affascinante complessità, che può contribuire a risolvere i grandi problemi che assediano oggi tutto il pianeta, divenuto un «villaggio globale». Ma v'è di più: nella calma olimpica del *Dalai Lama*, che reagisce ai massacri ed alla tortura del suo popolo con proposte di incredibile moderazione e concretezza, non si può non cogliere un perfetto utilizzo degli *upaya*, i «mezzi utili» della tradizione buddhista.

«Non dobbiamo mai danneggiare questa Via del Principio attraverso comportamenti nocivi. Nemmeno dobbiamo dar vita ad una società che sia uno «specchio» opaco sul mondo del nostro operato, per glorificare un dio del male o vie immorali. Dobbiamo stabilire un ordine che lavori per un mondo di pace, uno «specchio» che rifletta le forme della felicità e che sia una guida utile alla Virtù. Dev'essere qualcosa capace di trasferire la pace del cielo sulla terra.» (Morihei Ueshiba Sensei)

Adolfo MORGANTI

## BIBLIOGRAFIA

Avedon - Il *Dalai Lama* - Dall'Oglio  
Maraini - *Segreto Tibet* - Dall'Oglio  
Verni - *Tibetani in India* vol. *Umana avventura autunno*  
86 - Jaca Book.



## LIBRI



**OMRAAM MIKHAEL  
AIVANHOF  
L'UOMO ALLA  
CONQUISTA DEL SUO  
DESTINO  
EDIZIONI PROSVETA-  
1989**

Credo che questo libro per noi aikidoisti possa essere molto utile vista la chiarezza e la profondità dei temi trattati i quali possono contribuire alla comprensione della Via dell'Aiki da un'ottica originale.

O Sensei scriveva: «Il segreto dell'Aikido sta nell'armonizzarsi con l'Universo» e ancora «la missione dell'Aikido è quella di dar vita ad un'Arte Marziale che risponda all'eco dell'Universo». Ma come fare questo?

Il Maestro Omraam Mikhael Aïvanhov, autore delle conferenze contenute nel libro dice: «...tra l'uomo e l'universo esistono delle corrispondenze (...) ogni organo del nostro corpo è in affinità con una parte del cosmo. Tra l'uomo e l'universo, tra il microcosmo e il macrocosmo, esiste una corrispondenza assoluta, ma con il proprio modo di vivere

l'uomo ha distrutto quel rapporto ideale, quel rapporto perfetto con il macrocosmo, per cui ora il problema sta nel riuscire a ripristinarlo. (...) Ma come ci si può accordare? — vi chiederete — Ci sarebbero tanti particolari da prendere in considerazione! Non preoccupatevi è qualcosa che verrà da sé. Coltivando l'amore, l'abnegazione, l'indulgenza e la generosità, tutto il vostro essere comincerà da sé ad accordarsi, perché state lavorando con energie che, automaticamente, andranno ad armonizzare tutto in voi. Quando un uomo ha ridotto a pezzi il proprio sistema nervoso, l'ha forse fatto coscientemente, lucidamente, scientificamente? Sapeva esattamente dove e come stava mettendo in sé del disordine? No, ma introducendo nella sua mente strani pensieri e sentimenti, ha finito per distruggersi. Per impazzire non è necessario conoscere la posizione esatta di tutti i centri nervosi. Alla stessa stregua, per riuscire ad accordare il proprio organismo in armonia con le vibrazioni dell'universo, basta lavorare con quei pensieri e sentimenti superiori che a loro volta, faranno vibrare armonicamente tutti i corrispondenti centri spirituali».

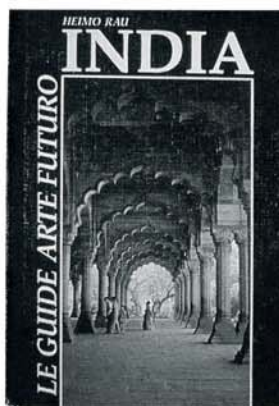
Questi pensieri sono stati stralciati dal quinto capitolo dell'affascinante opera del maestro Aïvanhov che nel complesso è divisa in otto capitoli che trattano di:

- 1 - La legge di causa ed effetto
- 2 - «Separerai il sottile dal denso»
- 3 - Evoluzione e creazione
- 4 - Giustizia umana e giustizia divina
- 5 - La legge delle corrispondenze
- 6 - Leggi della natura e leggi morali
- 7 - La legge della registrazione
- 8 - La reincarnazione

(Fabrizio Ruta)

**HEIMO RAU  
INDIA  
EDIZIONI FUTURO - 1987**

Questo libro costituisce un ottimo testo per conoscere l'India, anche se come guida turistica presenta lo



svantaggio di essere un po' troppo pesante e voluminosa; sicuramente però approfondisce molto meglio di altre ciò che riguarda la cultura. Un testo molto scorrevole che tratta ovviamente dei normali dati sulla popolazione, la lingua, l'economia, le istituzioni, le tradizioni; ma, soprattutto, approfondisce bene due argomenti, indispensabili a comprendere quella terra e quel popolo: la religione e l'arte. Molto approfondita la trattazione dell'Induismo, professato dall'85% circa della popolazione, e sicuramente il più caratterizzante la fisionomia umana del paese; ma ovviamente vengono trattati anche Buddismo, Jainismo, Islamismo, Cristianesimo e via dicendo. Per quanto riguarda l'arte, il testo è molto curato e dotato di belle illustrazioni, cartine e piantine dettagliate. I restanti due terzi del volume sono dedicati alla descrizione puntuale delle diverse aree geografiche, dei vari stati, e di ogni città di rilievo con i suoi monumenti e le sue caratteristiche principali. Non troverete invece tutti gli indirizzi degli hotel o dei ristoranti e le informazioni pratiche indispensabili in un paese straniero: per queste dovrete necessariamente avere un'altra guida. Insomma, soprattutto un volume storico-culturale, da leggere prima di partire, piuttosto che un manuale pratico; e la stessa

veste editoriale, con copertina cartonnata e molte illustrazioni a colori di carta patinata, lo denuncia chiaramente.

(CBdA)



**WILLIAM REED  
KI  
ED. MEDITERRANEE -  
1989**

Questo interessante libro è stato scritto da un allievo del famoso Maestro Koichi Tohei.

Si divide in tre parti; nella prima si affronta il problema dell'unificazione di mente e corpo. Reed enuncia e spiega con numerosi esempi pratici, corredati da valide fotografie, i quattro principi stabiliti dal Maestro Tohei per la coordinazione di mente e corpo:

- 1) Mantenere il punto.
- 2) Rilassarsi completamente.
- 3) Mettere il peso sotto.
- 4) Inviare il ki.

Nella seconda parte invece sono illustrate in dettaglio alcune delle arti tradizionali giapponesi viste da un'ottica originale cioè come discipline per l'allenamento e lo sviluppo del ki. Anche questa parte è corredata da numerose fotografie che permettono di avere una chiara com-





prensione dello *Shodo* (la calligrafia col pennello), del *Kiatsu* (il massaggio terapeutico), del *Go* (un gioco strategico), del *No* (il teatro tradizionale giapponese), del *cha-no-ryu* (la cerimonia del tè) e, non poteva mancare dell'Aikido.

Nella terza parte intitolata «Prospettare in un mondo che cambia» viene infine trattato il tema dello stile di vita che può divettare la chiave per il proprio armonioso sviluppo fisico, psichico e spirituale.

È questa un'opera che riflette in tutte le sue parti l'insegnamento del Maestro Tohei e della sua scuola (*Ki no kenkiukai*) e sicuramente non può mancare nella libreria degli amanti della cultura giapponese e delle Arti Marziali.

(Fabrizio Ruta)



## JAY MC INERNEY RISCATTO BOMPIANI - 1987

L'autore, già famoso per il *best-seller* «Le mille luci di New York», appartiene alla rampante generazione di nuovi scrittori americani che da alcuni anni sta scalando le classifiche di vendita di tutto il mondo.

Mc Inerney con questo «Riscatto»

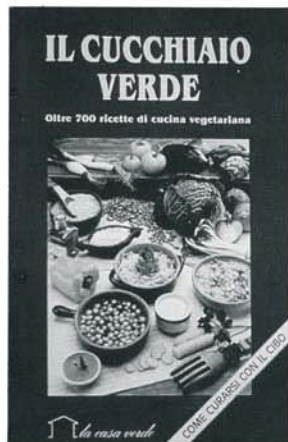
si mantiene sui livelli dell'opera che lo ha reso famoso un po' ovunque; la storia ci fa partecipi della dura scelta operata da un giovane allo scopo di purificare la propria coscienza da una macchia che grava sul suo passato.

In un fatidico oscillare tra passato e presente, dobbiamo seguirne le vicende tra la colpa in Afghanistan e il tanto agognato riscatto di Giappone.

Il Giappone è il suo presente, le Arti Marziali il panno con cui lucidare lo specchio della sua anima, ma il raccapriccio del suo passato afgano è sempre in agguato, pronto a travolgere ogni barriera. Con il desiderio di passare oltre, di arrivare al futuro, al riscatto, che è sempre a portata di mano, ma inafferrabile, come il suo Sensei.

Futuro, riscatto, cultura giapponese: stesso piano, stessa tensione emotiva nel cuore del protagonista, stesso destino di sottile comunicabilità. Cose piccole e grandi che in conclusione finiranno per travolgerlo.

(S.C.)



## AA.VV. IL CUCCHIAIO VERDE DEMETRA srl - 1988

Eccoci finalmente di fronte ad un manuale di cucina che va ben oltre il

semplice ricettario: un imponente volume di oltre quattrocento pagine, stampato su carta riciclata, e di facile reperibilità nelle librerie più fornite.

La prima parte è dedicata al come curarsi con il cibo: dunque mette in evidenza gli errori dell'alimentazione odierna, e presenta gli alimenti naturali sottolineando le loro caratteristiche e le combinazioni migliori e quelle da evitare, per dare al nostro corpo le possibilità di meglio assimilare tutte le sostanze nutritive in essi contenute. Con capitoli abbastanza approfonditi e molto chiari, vengono presi in considerazione tutti i tipi di frutta e verdura, le piante aromatiche, i cereali, i grassi, gli alimenti proteici e tutti quei componenti speciali (*tamari*, aglio di mele, *tahin*, *gomasio*, *shoyu*, *miso* e via dicendo) che dovrebbero entrare nella nostra dieta quotidiana come condimenti più sani ed elementi equilibratori.

Di ogni alimento suddetto sono indicate le proprietà terapeutiche e il modo migliore per cibarsene senza comprometterle. Si trovano inoltre i modi per la fabbricazione del pane, o la germinazione dei semi, e molte altre notizie utili, come ad esempio i sintomi delle malattie più comuni e gli alimenti consigliati per curarsi.

Nella seconda parte, invece, oltre settemila ricette di cucina vegetaria-

na, con appositi capitoli per le insalate, le erbe selvatiche, i germogli, le minestre, i cereali (e ci sono proprio tutti, dall'avena al miglio alla segale al mais, al riso e all'orzo...), i legumi, le alghe, i formaggi e le uova; inoltre, diverse ricette per il pane fatto in casa o per il riutilizzo di quello secco, e da ultimo i dolci. Infine, un breve ricettario di tisane e infusi per i disturbi legati all'alimentazione. Il tutto corredato di ampia bibliografia e di indice analitico. Insomma, un ottimo compendio per tutti coloro i quali desiderano essere più consapevoli ed attenti al «carburante» che immettono nel proprio organismo, affinché il nostro nutrimento sia benefico e non nocivo come accade spesso e volentieri nella nostra epoca.

(CBdA)

## RIVOLTO A TE CHE SEI UN GRAN LETTORE

Sei un gran divoratore di testi? Le tue letture spaziano dalle Arti del Budo alla sfera culturale inerente al mondo orientale? Vedi in Occidente dei temi interessanti per un Aikidoka? Fai pervenire in Redazione le tue recensioni dattiloscritte nella misura di una pagina, corredate della riproduzione della I di copertina. Il tuo contributo sarà sempre ben accolto!

AIKIDO ISSN/0392-5633

ANNO XX N.1 - Marzo 1990

Autorizzazione del Tribunale di Roma N° 14332 del 29.1.1972

Editore: Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese -

Aikikai d'Italia - cas. post. 4202 - 00182 Roma (Italia)

Direzione: Via Eleniana 2 - 00185 Roma (Italia) Tel. 0039/6/7573512

Redazione: Rivista Aikido - c/o Aikikai Milano - Via Lulli 30 Bis - 20131 Milano (Italia) - Tel. 0039/2/2896939

Fotocomposizione: Bassoli Prestampa - Via Asiago 45 - Milano

Stampa: Staroffset - Via Lomellina - Cernusco s/n (Milano)

Abbonamenti/Arretrati/Soci Culturali: Vedi apposito spazio pag. 64

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

La Direzione riserva al suo insindacabile giudizio la possibilità di intervenire sui testi, fatto salvo il senso degli stessi.

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

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

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







## ECCEZIONALE ANTEPRIMA: ESCE L'EDIZIONE ITALIANA DI "AIKIDO" DI K. UESHIBA

Non è una notizia di tutti i giorni quella che il nostro giornale vi offre in anteprima assoluta: il libro di Aikido più famoso e letto nel mondo, "Aikido", scritto da Ueshiba Kisshomaru Sensei, Doshu, figlio di O'Sensei, è stato pubblicato in lingua italiana per i tipi della Aiki Immagine, giovanissima Casa Editrice che riunisce lo staff della nostra Redazione.

"Aikido" è ormai un classico dell'editoria della nostra Arte Marziale ed ha costituito l'inarriocabile modello nella distribuzione degli argomenti, nella scelta delle tecniche rappresentate, nell'impostazione grafica generale, per tutti coloro che si sono cimentati nella stesura di un testo aikidoistico.

Il lettore di ogni livello potrà trovare in questo libro del Doshu la risposta ai molti quesiti che la vita sul tatami fa sorgere quotidianamente: completo sotto ogni aspetto, "Aikido" offre al lettore la parola più autorevole e soprattutto più chiara sul significato di *ki*, sui rapporti di questo con l'Universo e con il mondo umano, sull'applicazione dell'energia vitale nell'Aikido. La maggior parte dei discorsi comunemente pronunciati su questo argomento prende le mosse da questa trattazione.

Segue una ricchissima sezione didattica, che muove dalle basi dell'Aikido con l'attento esame dei *taisabaki*, per passare alle tecniche via via più evolute, compiendo un giro d'orizzonte didattico più che esaustivo per le possibilità offerte da un testo di questo tipo. Le foto, assai numerose e chiare, ritraggono in azione Ueshiba Sensei o suo figlio Moriteru Waka Sensei; vi sono anche numerosi disegni schematici per evidenziare i punti più importanti. Tutto l'apparato fotografico è corredato di spiegazione tecnica dettagliata del Doshu.

Il volume è chiuso da una interessante storia della vita di Ueshiba Morihei Sensei, il *Kaicho* (Fondatore), che suo figlio Kisshomaru ha voluto fissare in pagine di nitida bellezza. Possiamo così seguire O'Sensei passo passo nella formazione del metodo marziale che sfocerà nel nostro Aikido. Questo capitolo è corredato di alcune grandi foto di O'Sensei ritratto nel momento della maturità.

Due parole infine, sull'aspetto grafico e tipografico che l'Aiki Immagine ha scelto per questo suo primo volume in catalogo: grafica semplice e pulita, ma di elegante riuscita, copertina cartonnata e resistente, carta patinata per gli interni, estrema cura nella riproduzione dell'apparato iconografico, la vera gemma di questo testo. Caratteristiche queste che contrassegneranno anche la produzione dei prossimi volumi in preparazione, anche essi dedicati, ovviamente, all'Aikido da leggere in lingua italiana.

Franco ACCIARDI

### COME PROCURARSI "AIKIDO" DI K. UESHIBA.

Il volume stampato in tiratura limitata, verrà distribuito esclusivamente su ordinazione. Inutile dunque cercarlo in libreria. Le prenotazioni vanno effettuate al più presto telefonando o scrivendo alla Aiki Immagine al seguente recapito:

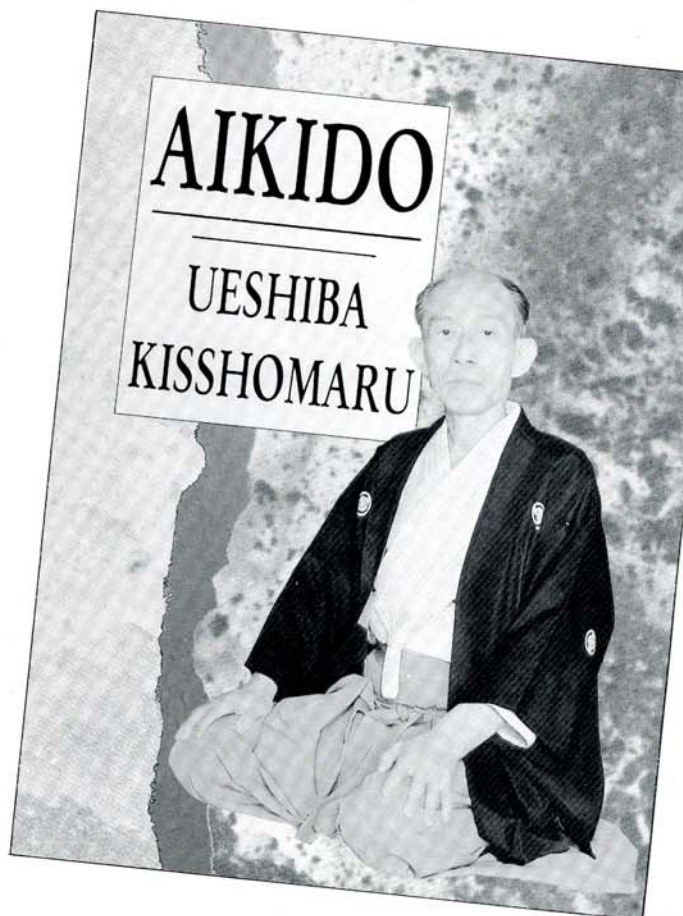
**AIKI IMMAGINE s.n.c.**  
Via Bassini, 49  
20133 MILANO (ITALIA)  
Tel. 02/26412829-2896939

Prezzo del volume Lire 26.000 (spese postali a parte), da inviare alla Aiki Immagine s.n.c. con Assegno non trasferibile o Vaglia Postale.

Non indugiate, perché il numero di copie è alquanto limitato!

"Aikido" di K. Ueshiba vi verrà recapitato direttamente a casa vostra.

*Nasce una nuova Casa Editrice per l'Aikido! Già questa è una gran bella notizia; ma quello che rallegra ancora di più è che lo staff della Aiki Immagine è quello che prepara per voi la rivista "Aikido", e che ormai conoscete da anni... Preparatevi, dunque, al grande evento: nasce la Collana Aikido per i tipi Aiki Immagine; nasce il trimestrale Aiki Dossier; e chissà cosa altro c'è in programma. (e ne sarà di che togliersi ogni curiosità...*



Desidero ricevere il volume "AIKIDO" di K. UESHIBA  
al prezzo di L. 26.000 + L. 4.000 spese di spedizione

Nome .....

Cognome .....

Via ..... N. ....

C.A.P. .... Città ..... Prov. ....

Tel. ....

Allego:

☐ Assegno non trasferibile N° .....

☐ Vaglia Postale N° .....

Intestare e Spedire in busta chiusa:

**AIKI IMMAGINE s.n.c. - Via Bassini, 49 - 20133 Milano - Italia**





# AIKIDO

## Notizie

### DEDICATO A SARA

«Non chiedere per chi suona la campana, suona per te»

(John Donne)

Sara, te ne sei andata all'improvviso in un mondo che reputavi migliore e la tua scomparsa ha lasciato un vuoto in coloro che ti conoscevano sul tatami e fuori. Chi ha avuto la fortuna di essere tuo amico non potrà non cercare di vivere il proprio Aikido anche per te che non ci sei più. Solo per un anno hai portato la tua gioia ed il tuo entusiasmo sul tatami di Pietrasanta ma essi sopravviveranno nel cuore di tutti noi e ci spingeranno a rendere la nostra pratica migliore.

(Luigi Ghiselli)

Un mucchio di ricordi,  
per ognuno diversi,  
ma anche comuni,  
ci legano al breve tempo della tua conoscenza.  
Serate passate insieme,  
piccoli entusiasmi, sorrisi ed  
anche sospiri, dubbi, problemi  
quali ognuno, in misura diversa,

si trova a vivere ogni giorno.  
Ricordi che ci legano  
alla vitalità del tuo carattere,  
al tuo modo, così vivace, di stare con gli altri,  
e ci fanno sembrare impossibile  
che così presto tu abbia voluto partire,  
ci lasciano dentro la voglia impossibile  
di prolungare il tempo della tua conoscenza.

GLI AMICI DEL DOJO FUJIYAMA  
DI PIETRASANTA

Nessuno muore quando è amato,  
il tuo dolce sorriso  
ed i tuoi occhi splendenti  
vivono nei nostri cuori  
(Federica)

### SESSIONI DI ESAME PER GRADI DAN

#### MILANO

29.XII.1989

#### M° FUJIMOTO

##### Nidan (Secondo Dan)

Marco AIROLDI,	Aikikai Milano
Renzo CARASSITI,	Shin Dojo Ferrara
Alessandro PISTORELLO,	Aikikai Milano
Giorgio SIMONI,	Nippon La Spezia
Luigi SPECCHIO,	Aikikai Milano

##### Shodan (Primo Dan)

Lorenzo BALESTRA,	Aikido Dojo Pesaro
Giorgio DI GIORGI,	Aikikai Torino
Gualtiero GIOVANETTO,	Aikikai Ilorea
Marco GULMINETTI,	Aikikai Torino
Adriano OLMELLI,	Budokai Mantova
Helmuth SCHWARZER,	Aikikai Trento
Annamaria SCIARRETTA,	Aikikai Torino
Maria Grazia TOMASI,	Aikikai Milano
Carlo VAIRETTO,	Aikikai Ilorea



AIKIDO

## COME RICEVERE AIKIDO DIRETTAMENTE A CASA VOSTRA

Volete ricevere la nostra rivista direttamente presso la vostra abitazione? Desiderate ricevere numeri arretrati (solo annate 1987-88-89) per completare la vostra collezione?

Siete già abbonati come Soci Culturali e desiderate rinnovare la vostra adesione? Eccovi le istruzioni in proposito:

### 1. RECAPITO PERSONALIZZATO (iscritti Aikikai d'Italia)

Inviare alla Redazione di Aikido fotocopia di versamento su C/C 15781008 intestato ad Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese - C.P. 4202 - 00182 ROMA - e recante in causale la dicitura: «Recapito personalizzato Rivista Anno XX (1990)»; importo lire 15000. Allegare dichiarazione completa dei propri dati anagrafici, dojo di appartenenza, indirizzo postale e telefonico.

### 2. SERVIZIO ARRETRATI (Annate 1987-88-89) Italia

Inviare alla Redazione di Aikido fotocopia di versamento su c/c 15781008 intestato ad Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese - C.P. 4202 - 00182 ROMA - e recante in causale la dicitura: «Servizio Arretrati - Richiesta n° copie»; importo lire 10000 per ogni copia. Allegare dichiarazione dei propri recapiti postali e telefonici, unitamente all'elenco delle copie richieste.

### 3. SOCI CULTURALI (non iscritti all'Aikikai d'Italia)

Italia:

Inviare alla Redazione di Aikido fotocopia di versamento su c/c 15781008 intestato ad Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese C.P. 4202 - 00182 ROMA - e recante in causale la dicitura: «Socio Culturale Rivista Anno XX (1990)»; importo lire 15000. Allegare dichiarazione completa dei propri dati anagrafici, recapito postale e telefonico.

Esteri:

Inviare alla Redazione di Aikido fotocopia di Vaglia Postale Internazionale intestato ad Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese - C.P. 4202 - 00182 ROMA - e recante in causale la dicitura: «Socio Culturale Estero Anno XX (1990)»; importo lire 20000. Allegare dichiarazione dei propri recapiti postali e telefonici.

### IMPORTANTE

A partire dal N° 2-1990 sarà sospeso inderogabilmente l'invio di abbonamenti di favore a chiunque non sia in regola con le quote di abbonamento indicate in alto. Si invitano gli interessati a prenderne nota e a richiedere in Redazione i moduli di C/C per la regolare adesione alla Rivista Aikido.

REDAZIONE RIVISTA AIKIDO  
c/o AIKIKAI MILANO  
VIA LULLI 30 BIS  
20131 MILANO (ITALIA) Tel. 0039/2/2896939



