

ANNO XXII - N° 2

NOVEMBRE 1992

合気道 AIKIDO

PERIODICO SEMESTRALE DELL'ASSOCIAZIONE

DI CULTURA TRADIZIONALE GIAPPONESE





鈴木春信画

合氣道

ASSOCIAZIONE DI CULTURA TRADIZIONALE GIAPPONESE

Direttore Responsabile:

Alessandro Bolzoni

Comitato Editoriale:

Yoji Fujimoto Sensei, Fulvio Sassi, Giovanni Granone

Redazione:

Franco Acciardi, Pia Benci, Gigi Borgomaneri,
Alessandro Gilardoni, Walter Vergallo

Art Copy e Revisione

Gigi Borgomaneri, Pia Benci

Pubbliche Relazioni

Pia Benci

Responsabile contatti Dojo:

Alessandro Gilardoni, Walter Vergallo

Responsabile Spedizioni:

Walter Vergallo

Grafica e Impaginazione:

Franco Acciardi, Stefania Costa

Coordinamento tecnico:

Franco Acciardi

Collaboratori:

Associazione Stella del Mattino, Mauro e Dino Agujari,
Marco Aliprandini, Rita Bellussi, Massimo Beggio, Bor-
go, Paolo Bottoni, Vella Cimino, Annalisa Cecco, Gio-
vanna Colombo, Raimondo De Nicola, Giovanni Gra-
none, Roland Guyonnet, Fabbretti Rober, Federica Di
Marino, Marino Genovesi, Mariarosa Giuliani, Luciano
Gulli, Claudio Lorenzetti, Daniela Marasco, Franco Mar-
tuffi, Fabio Mongardini, Umberto Mosca, José Santos
Nalda Albiac, Fabrizio Querzola, Sara Rocco, Liber Roz-
novjak, Marco Scala, Mario Traina.

Fotografi:

Cristina Balbiano, Pia Benci, Luigi Borgomaneri, The Bu-
du Monthly, Gabriele Cireddu, Fiordineve Cozzi, Gio-
vanni Granone, Franco Martuffi, Cinzia Susca, S. Petruz-
zi, Overlook Press.

Disegnatori:

Francesco Dessi, Maurizio Gandini, Lorenza Rappoldi.

AIKIKAI D'ITALIA

DIREZIONE DIDATTICA

H. Tada Sensei, H. Hosokawa Sensei Y. Fujimoto Sensei

PRESIDENTE

M. Traina

VICE-PRESIDENTE

H. Tada Sensei

CONSIGLIERI

G. Granone, F. Sassi, G. Veneri,
F. Verona, F. Zoppi, F. Laurora

SEGRETERIA NAZIONALE

F. Martuffi

REVISORI DEI CONTI

A. Degani, P. Villaverde, P. Zurco

AIKIDO ISSN 0392-5633

ANNO XXII N. 2 - Novembre 1992

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. 0039/6/7028080 - Fax 0039/6/7012881

Redazione:

Rivista Aikido - c/o Aikikai Milano - Via Lulli 30/Bis

20131 Milano (Italia)

Tel. 0039/2/2896939 - Fax 0039/2/26147471

Fotolito:

LITOFFSET - Milano / AM COLOR - Vimodrone (MI)

Fotocomposizione:

BP Fotocomposizione - Cinisello Balsamo (MI)

Stampa:

Mecenate Litografica - Milano

Stampa segnature interne su carta riciclata al 100%

Abbonamenti/Arretrati/Soci Culturali:

Vedi apposito spazio pag. 58

Manoscritti, disegni e fotografie, anche se non pubbli-
cati, 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 of-
ferita alla rivista Aikido completamente a titolo gratuito,
salvo quando stabilito diversamente da regolare contrat-
to. Gli autori si assumono la piena responsabilità civile
e penale per le affermazioni contenute nei loro testi. È
assolutamente vietato ogni riproduzione, anche parzia-
le, di testi, foto e disegni senza autorizzazione scritta.

Sommario

合氣道

Editoriale

Homo ludens 5

Memorandum

Armonizzazione Universale 6

Interventi

Il giorno che mi iscrissi al Ueshiba Dojo. 8

Assemblea dei soci 23

Un altro passo avanti 24

Avvenimenti

Da un tatami all'altro 13

Festival giapponese 1992 21

Io vado a Genova 41

Cultura

Le stampe giapponesi Ukiyo-E 25

Lo Zen di Dogen come religione 28

Musashi: chi era costui 31

Pensiero e sentimento riflessi nell'arte 43

Pro Memoria

..... 34

Costume

Nessun dorma! 36

Ma l'aikido cos'è? 37

Disordine nel cassetto 51

Dall'estero

Aikido a suon di... violini 39

Medicina

Le lesioni traumatiche del ginocchio 47

Testimonianze

Un'aspirante trottola vorticoso 53

Recensioni

Libri 55

Lettere

La posta dei lettori 56

Appuntamenti

..... 59

Esami

Sessioni di esame Dan e Kyu 60

Indirizzario Dojo

..... 64



HOMO LUDENS

Qualcuno mi ha raccomandato di scrivere sul futuro dell'Associazione e non sul passato, come ho tendenza a fare.

Nell'occasione si stava parlando di metodologia di insegnamento ma anche di pratica pura e semplice e del comportamento sul tatami di allievi ed istruttori, italiani e non.

Dato che l'argomento mi è sembrato di grande interesse e così le conclusioni raggiunte con il mio interlocutore che, credetemi, non è persona da poco, vorrei riprenderle qui e farvene partecipi. Potrebbe essere il mio modesto contributo al futuro anche se so bene quanto difficilmente poche parole possano mutare vecchie abitudini ed atteggiamenti che sono soprattutto caratteriali. Ma chissà...

Dunque, è possibile affrontare la pratica dell'aikido e l'insegnamento nei dojo in due maniere diverse:

- 1) con un atteggiamento marziale e serio,
- 2) ridendo.

L'atteggiamento serio presuppone capacità interiori elevate, grande padronanza di ciò che si fa e si dice, ed una spietata autocritica. Non è divertente né per chi lo assume né per gli altri e tende ad alienare le simpatie.

In sintesi, per poter assumere un simile atteggiamento bisogna essere un "grande maestro".

Faccio notare inoltre che è un atteggiamento foriero di dolorose frustrazioni perché, se non è supportato da reale maestria, rappresenta un "falso in atto pubblico" che prima o poi viene smascherato, una frode perpetrata nei confronti di sé stessi prima che verso gli altri, che porta inevitabilmente alla fuga degli allievi. E chi ha detto che le persone serie sono anche serie?

Io conosco qualcuno che ride volentieri, che scherza amabilmente e che nessuno si sognerebbe mai di considerare un superficiale.

La serietà è una cosa diversa; è cercare in sé stessi, forzare la propria naturale pigrizia, imitare i Maestri all'interno, non negli atteggiamenti esteriori; è il coraggio di mettersi sempre in discussione, di ridere dei propri errori e tentare di porvi rimedio.

Chi sa essere serio ridendo è una persona fortunata, ha seguito, ha amici.

Non dimentichiamo che chi si avvicina per la prima volta all'aikido non sa, per lo più, di cosa si tratta in realtà ma percepisce, più o meno consciamente, l'atmosfera del dojo che, se è cupa e priva di brio, può suggerirgli idee negative e dissuaderlo dal continuare mentre, al contrario, un'atmosfera distesa e serena, un tantino più vicina all'ideale di "gioco" che in definitiva egli si prefigge, sortirà indubbiamente un effetto migliore.

Io penso che tutti noi aikidoisti facciamo qualcosa che, al di là dei suoi scopi primari, ci piace, ci soddisfa intimamente e che pertanto dobbiamo fare gioiosamente, con spontaneità, ridendo.

L'uomo moderno non pratica l'arte marziale per uccidere o per difendere la propria vita in combattimento, come accadeva in tempi feudali. Non siamo samurai che si preparano alla guerra, anche se utilizziamo la loro tecnica. Perciò possiamo abbandonare tranquillamente grinta e cipiglio esteriori e realizzare che l'aikido è un'arte di vivere e che l'espressione più genuina della vita è l'allegria.

GIOVANNI GRANONE

MORIHEI UESHIBA

ARMONIZZAZIONE UNIVERSALE

L'origine di ogni cosa manifesta nel creato è espressione dello Spirito e dell'Amore.

L'Aikido è la più pura manifestazione di queste stesse cose.

Lo sviluppo e la complessità senza limiti dell'Universo e del creato è a sua volta garantito dei principi dell'Aiki (spirito-armonia) di includere tutta l'umanità nel rispetto dell'armoniosa unione fra Umano e Divino.

Questa è la missione del sincero praticante della Via marziale quando pone fine al conflitto fermando la spa-

da: contribuire al compimento dell'Universo.

Il vero praticante del Bu, ovvero l'Artista marziale, è capace di creare un mondo divino attraverso la virtù nel realizzare l'importante missione di cui è stato investito dall'Universo.

Ecco cosa significa Armonizzazione Universale: ri-creare l'Universo all'interno del microcosmo del mondo umano.

Questo significa che dobbiamo renderci coscienti dell'importanza del principio di scoprire l'universo dal-

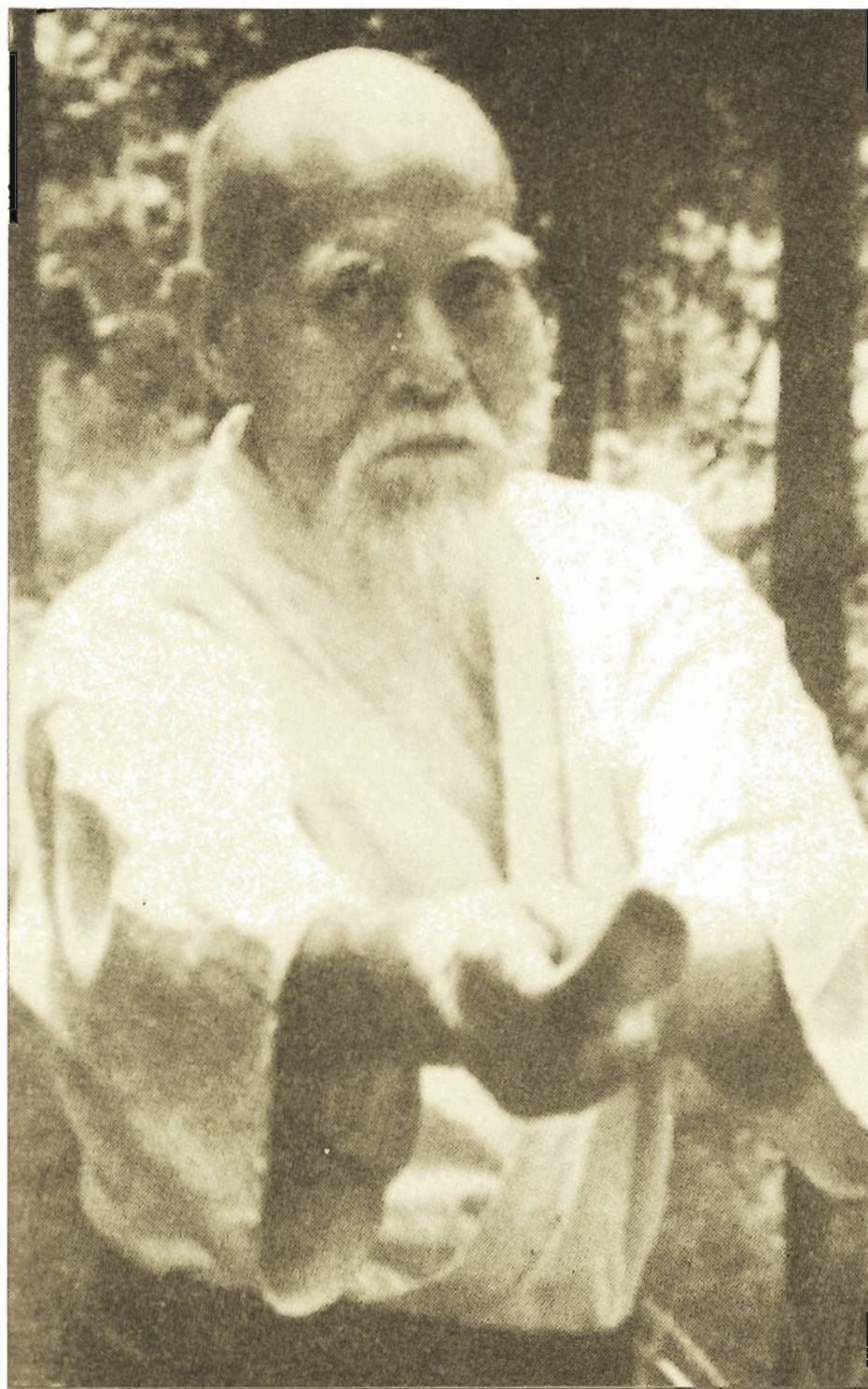
l'interno, ritornando ad esso e manifestandolo in noi stessi. Ritornare a questa nostra origine e quindi manifestarla in noi stessi è, appunto, l'inestimabile insegnamento che ci è stato rivelato dall'Universo.

Gli effetti dell'Amore universale si manifestano in molti modi e ognuno di questi è esso stesso una sfaccettatura dell'Universo.

L'Universo, a sua volta, si manifesta in una varietà di forme.

Gli atti d'amore dell'Uomo e dell'Universo devono, perciò, essere espres-





si in modo puro e fedele all'intento delle origini.

Per esempio, quando l'Uomo prende il cibo dall'Universo significa che, letteralmente, l'Universo stesso entra nel microcosmo del corpo umano.

Ogni cosa del mondo è parte degli effetti dell'Universo.

Ciò significa che il vero spirito dell'Universo è che ogni cosa interagisca come parte della grande armonia uni-

versale. E missione di ogni individuo è lavorare per raggiungere questo obiettivo.

L'Aikido è il solo mezzo per realizzare questa armonia universale attraverso la pratica dello spirito universale dell'unione.

da "The Aikido", N° 2
Traduzione a cura di Velia Cimino

美しきこの世の清濁は
主として心にて作り
て家なかりけり

...l'origine di ogni cosa
manifesta nel creato è espressione
dello Spirito e dell'Amore...

UNA PREZIOSA TESTIMONIANZA SULLA FIGURA DI O SENSEI

IL GIORNO CHE MI ISCRISSI AL UESHIBA DOJO

*Il Maestro Tada
ritorna con la memoria
agli inizi della sua vita
aikoistica e al primo
incontro con il Fondatore*

La prima volta che sentii parlare del Maestro Ueshiba Morihei fu quando avevo circa 7-8 anni. Una sera, mentre cenavamo, mio padre ci raccontò ciò che aveva sentito da un suo vecchio amico, il Sig. Ichirō Yano (ex-Presidente della Società di Assicura-

Tada Hiroshi in
divisa da studente
dell'Università di
Waseda all'epoca
del Ueshiba Dojo

Tada Sensei
all'Enbukai
Aikikai.
Tokyo,
Giugno 1975



zioni Dai-ichi Seimei). Il Sig. Yano possedeva un elevato grado Dan di kendo ed era stato Presidente della Federazione nazionale giapponese dei Club aziendali di Kendo. Parlando del Maestro aveva affermato: "Il Maestro di Aikijutsu, Ueshiba, è il più grande esperto di Budo attuale. Come 'budoka' non teme paragoni con nessuno", ed aveva poi illustrato a mio padre i particolari della lezione del Maestro

alla quale aveva partecipato. Da lungo tempo nella mia famiglia si tramandava lo stile di tiro con l'arco chiamato 'Heki-ryū Chikurin-ha Bampa'. Mio padre aveva appreso quest'arte dal mio bisnonno sin da quando era bambino ed aveva continuato in seguito ad allenarsi costantemente, per questo motivo si trovava spesso a discutere di arti marziali con il Sig. Yano ed aveva iniziato a nutrire

un grosso interesse nei confronti dell'Aikijutsu. Allora, pur essendo solo un bambino, pensai che mi sarebbe piaciuto incontrare una persona così importante e diventare suo allievo, ma purtroppo non riuscii a realizzare questo mio desiderio, a causa di un'infausta serie di eventi quali: la chiamata alle armi di mio padre, lo scoppio della guerra e la scomparsa di mia madre.



Il Maestro Tada
durante una
dimostrazione
al Nihon Budokan
di Tokyo.
Maggio 1992

Nel 1950, nonostante fossero ormai trascorsi cinque anni dalla fine del conflitto, per tutta Tokyo si potevano scorgere ancora ovunque i segni della guerra nei resti degli incendi causati dalle bombe. In quel periodo, così come accadde alla maggior parte dei giapponesi che furono travolti dagli avvenimenti dell'epoca, avvertivo costantemente uno strano senso di fugacità, una sorta di coraggio nella disperazione per cui nulla poteva più sorprendermi, ma, allo stesso tempo, sentivo la necessità di un qualche sostegno psicologico. Per superare tale sensazione di incertezza mi dedicai allora con tutto me stesso agli allenamenti quotidiani di karate. Fu così che, ricordando ciò che avevo sentito in passato da mio padre circa il Maestro Ueshiba e l'Aiki, decisi di raccogliere informazioni più dettagliate a riguardo.

Un giorno, dopo l'allenamento di karate, il Maestro Ueshiba e l'Aiki divennero inaspettatamente argomento di discussione; venni così a sapere che, secondo informazioni fornite al capitano del club di karate dell'Università di Waseda, il Sig. Takeda, da un suo conoscente, il Ueshiba Dojo si trovava a Wakamatsucho (Ushigo-



O Sensei
durante un
allenamento
di jo

BY COURTESY OF THE BUDO MONTHLY



me), nelle vicinanze della Waseda. Animato da un inconscio senso di ammirazione nei confronti del Maestro Morihei Ueshiba, considerato il massimo esperto del tempo, mi recai, carico di entusiasmo, a visitare il Ueshiba Dojo. Era il 4 marzo del 1950.

Superato il portale di pietra di casa Ueshiba, miracolosamente scampata ai danni della guerra, sulla sinistra si poteva vedere il dojo e di fronte lo spazioso ingresso della casa dalle porte scorrevoli in vetro e legno. Il dojo era deserto, e quando entrai nell'ingresso della casa per chiedere informazioni, mi accolse una giovane donna, la Sig.ra Sakuko, moglie dell'attuale Doshu, Kisshomaru Ueshiba. Dopo averle chiesto il permesso di iscrivermi al dojo, le feci parecchie domande anche se non ricordo con esattezza i particolari. Tuttavia ricordo chiaramente ancora oggi le sue risposte alle mie scostumate domande: "Quando vedrà mio suocero capirà che cos'è l'Aiki". Mi spiegò inoltre che il Maestro al momento era in viaggio, ma che sarebbe tornato a Tokyo dopo due o tre giorni. E facendomi strada nel dojo aggiunse: "Fra un po'

FOTO CRISTINA BALBIANO



Il Maestro Tada durante una dimostrazione al Ueshiba Dojo

Il Maestro Tada durante una dimostrazione al Nihon Budokan di Tokyo. Maggio 1992

inizierà l'allenamento...".

Il dojo era della grandezza di 60 tatami (circa 99 m²): la zona dove si tenevano gli allenamenti era costituita da circa 40 tatami della Ryukyu lesi in più posti, nella restante parte del dojo c'era un pavimento in legno scuro lucido. Il soffitto era formato da grosse travi di legno incrociate e lateralmente alla porta attraverso cui si accedeva al dojo da casa Ueshiba, c'era una zona sollevata dal pavimento e rientrante nel muro (dove di solito sedevano gli ospiti di riguardo per assistere agli allenamenti), la cui parete centrale era ricoperta da una riproduzione di grandi dimensioni della testa di un drago. A destra di questa zona, sulle apposite mensole, erano allineati dei bokken insieme a dei jo e a dei fucili di legno (mokuji). Sulla parte superiore della parete erano appese delle tavolette di legno con i nomi degli allievi e al centro della parete che si trovava entrando sulla sinistra, c'era un grande orologio sovrastante un altro ingresso attraverso cui gli allievi erano soliti accedere al dojo. Dopo qualche minuto entrarono un ragazzo piuttosto alto e robusto che indossava un keikogi blu da kendo e l'hakama e un signore di una certa età con la cintura nera, che iniziarono ad allenarsi. Il ragazzo, 5° Dan di kendo, era il Sig. Kikuchi Tokio (attualmente residente a Kamaishi), l'altra persona era il Sig. Kikuchi Ban che si era iscritto al dojo il giorno prima. Vedendoli praticare 'katate-tori tenkan-no-kokyū pensai che si tratta-

va di qualcosa di completamente differente rispetto alle altre arti marziali che io conoscevo.

Oltre al fatto di utilizzare dei movimenti estremamente razionali per assimilare la forza dell'attaccante nel flusso della propria energia, realizzai che l'idea di base era quella di attuare delle rotazioni con il corpo così da diventare un tutt'uno con l'attaccante.

Il Maestro ritornò a Tokyo dopo circa quattro giorni. A quel tempo gli allenamenti erano impartiti quotidianamente dall'attuale Doshu, Kisshomaru Ueshiba, la mattina e la sera, dalla 6 e 30 in poi, per la durata di un'ora. Gli allievi erano ancora poco numerosi ma tutti si impegnavano con grande zelo nella pratica, allenandosi costantemente nei limiti di tempo concesso.

Anche quella mattina mi allenai fino a oltre le 10. Terminato l'allenamento, quando raggiunsi la strada principale di Nukebanten, avvistai due persone, una vestita in kimono e l'altra con la divisa da studente, che probabilmente erano appena scese dal tram da poco ripartito. Il Sig. Kikuchi Tokio mi disse: "O Sensei è tornato, vieni Tada!" e iniziò a correre incontro alle due persone. Dopo aver salutato il Maestro, mi presentò: "Maestro, questo è il Sig. Tada, si è appena iscritto al dojo". Quando sollevai lo sguardo dopo aver completato il saluto, notai che il Maestro mi stava fissando intensamente. Levandosi il cappello mi disse: "Mi chiamo

Ueshiba" e, con mio grande stupore, si inchinò cortesemente verso di me che non ero che un semplice studente in divisa. Trovandomi in quel momento finalmente di fronte al Maestro, di cui già da tempo conoscevo la grande fama dei racconti che avevo sentito in passato, venni preso da un incontrollabile emozione: fu come se innanzi ai miei occhi si fossero venuti a concretizzare improvvisamente tutti i desideri e le speranze che per lungo tempo avevo nutrito nel profondo del cuore.

Il Maestro arrivava più o meno all'altezza delle mie spalle. Aveva un viso dai lineamenti marcati, con gli zigomi e il naso pronunciati. I grandi occhi dallo sguardo limpido erano di un colore leggermente al di fuori dalla norma. La lunga barba bianca, che gli ricopriva il mento, gli arrivava fino all'altezza del petto. Accompagnammo il Maestro e il Sig. Kamisono, della Facoltà di Scienze della Waseda, che era con lui, fino all'incrocio con la strada che portava al dojo e li salutammo.

La mattina seguente, l'allenamento del Maestro Morihei Ueshiba iniziò con una devota preghiera alle divinità. Nessuno fra gli allievi del Maestro potrà mai cancellare il ricordo del suono della sua voce che risuonava per tutto il dojo quando recitava le rituali preghiere shintoiste. Osservando la figura del Maestro in quei momenti si poteva constatare in pratica che quelle sue qualità considerate "soprannaturali" non erano che il



BY COURTESY OF THE BUDD MONTHLY

frutto delle sue pratiche devote verso le divinità. Ripiegandosi il lungo orlo delle maniche del keikogi, il Maestro si diresse verso il centro del tatami e fece un rapido cenno con la mano ad uno degli allievi seduti in fila, che come attratto da una calamita si alzò e si fece avanti. Non ebbe neanche il tempo di afferrare con entrambe le mani il polso del maestro che subito venne lanciato in aria. Il Maestro continuò a proiettare in successione varie persone e ad un certo punto porse il braccio anche nella mia direzione. Mi feci avanti e appena gli afferrai il polso, così come avevo visto fare agli altri, con tutta la forza che avevo, mi ritrovai subito a rotolare sul tatami. Per tutto il tempo il Maestro non disse una sola parola. Questo era



In alto foto di gruppo e a sinistra fase di allenamento. Due momenti dell'incontro di Kinoremma di quest'anno del Maestro Tada

il modo in cui iniziava sempre l'allenamento. Ciò che più mi colpì nei primi tempi che frequentai il dojo, era che gli allievi più anziani, nonostante il Maestro rimanesse sempre silenzioso, capissero sempre quale, fra le numerose tecniche esistenti, stesse dimostrando di volta in volta. Col passare del tempo, tuttavia, compresi che chi non era in grado di capire il tipo di tecnica che il Maestro si apprestava a dimostrare, non veniva accettato come allievo.

L'allenamento del Maestro creava un'atmosfera di tipo molto particolare: era come se l'intero dojo iniziasse a respirare in sintonia con il respiro del Maestro. La prima volta che frequentai una sua lezione pensai: "Il Maestro Ueshiba è un insegnante veramente avanzato". Secondo le voci che circolavano allora fra i miei colleghi della Waseda, il Maestro Ueshiba veniva considerato come un esperto di arti marziali che utilizzava delle tecniche estremamente efficaci di "koru-jujitsu", un'arte marziale completamente differente da quelle del tempo, e possedeva allo stesso

tempo delle "misteriose" capacità. Era, dicevano, come se un illustre personaggio della storia giapponese fosse ritornato a vivere nella nostra epoca. Tuttavia, quando incontrai personalmente il Maestro Ueshiba, avvertii al contrario che si trattava di una persona molto più razionale di tutti gli altri esperti di budo e sportivi che avessi conosciuto (fino ad allora, e, sotto alcuni punti di vista, estremamente moderna. Fui molto affascinato dalla complessità e dalla forza emanate dal ritmo stabile dei movimenti del Maestro, ma ciò che mi sorprese più di ogni altra cosa, fu che, proprio attraverso tali movimenti, capaci di sconfiggere in un solo istante un avversario se usati in pratica, si venisse a creare un'atmosfera particolarmente calorosa che veniva a coinvolgere psicologicamente tutte le persone presenti nel dojo.

Fu sulla base di questa mia personale esperienza che arrivai alla seguente conclusione: se tutti gli uomini si sforzassero di progredire sempre di più, un giorno forse sarà possibile avvicinarsi al modello di un così gran-

de Maestro. Da allora sono trascorsi più di quarant'anni, l'Aikido si è diffuso in tutto il mondo e sta diventando di anno in anno sempre più popolare. Durante gli ultimi vent'anni, a cominciare da quando si tennero le Olimpiadi a Tokyo, ho risieduto in Europa per diversi anni, svolgendo attività di diffusione e di didattica dell'Aikido. In seguito mi sono recato ogni anno in Europa ad insegnare, ed è grazie a tali esperienze che, guardando al Giappone dall'esterno, ho avuto la possibilità di comprendere ancora più a fondo gli insegnamenti del Maestro Morihei Ueshiba, che ci ha indicato la via dell'Aikido, in quanto espressione pratica della cultura tradizionale giapponese.

L'Aikido è uno strumento prezioso in quanto, diversamente dalle altre arti marziali competitive attualmente esistenti, consiste in una pratica scientifica che combina inscindibilmente, le pratiche ascetiche del "kishin-tai", in quanto filosofia orientale, alle tecniche di difesa, in quanto arte marziale. Sarà proprio grazie a tali caratteristiche che l'Aikido si verrà a diffondere sempre di più nel XXI secolo, dando così il proprio contributo agli studi sul genere umano. Mi auguro quindi che in futuro si continui a praticare l'Aikido con sempre maggiore impegno, tenendo costantemente presenti tali finalità.

TADA HIROSHI

Articolo apparso con il titolo "Ueshiba Dojo Nippon no Hi", sulla rivista Aikido Tanhyu, No. 4, 10 luglio 1992, pp. 44-45. Traduzione dal giapponese di Daniela Marasco (Gessaji Dojo).

TUTTOQUANTO FA... STAGE

DA UN TATAMI ALL'ALTRO

ROMA - STAGE DI PASQUA

Novembre, Pasqua, e poi due settimane a Coverciano ed una (speriamo!) al Kinorenma con il Maestro Tada. Sembra di essere tornati ai vecchi tempi, a quei tempi che molti "matusa" dell'aikido italiano hanno sospirato per anni, in fondo al cuore, con nostalgia e rassegnazione.

Manca ancora qualcosa, ad esempio l'età e la baldanza di allora ma c'è l'entusiasmo, quello sì, non è mai venuto meno, e la voglia di praticare. Stavo per aggiungere "e di divertirsi" ma so che questa frase può suonare strana, forse un tantino sospetta, non in linea con quello che si fa studiando l'aikido, benché, a mio modesto avviso, questa sia una delle componenti essenziali della pratica. Ma su questo argomento mi sono dilungato già nell'editoriale e non posso ripetermi.

Dunque, Pasqua 1992. Cosa dire di tre giorni, dal 18 al 20 aprile sotto la guida del Maestro Tada? La mia mente si rifiuta di fare la cronaca pura e semplice degli avvenimenti (vorrei vedere voi, dopo vent'anni di queste cose!). Comunque, tecniche di base, studio e perfezionamento con qualche annodamento in più (ciligine candi-



FOTO GIOVANNI GRANONE



te sulla torta) e la continua ricerca di venti centimetri di tatami dove appoggiare un piede senza calpestare qualcuno e poi, scusate se insisto, divertimento; forse perché trascinato in questo, io matusa, dalla goliardia degli amici napoletani. Spero che le foto che sono riuscito a scattare durante gli allenamenti possano dire di più delle mie scarse parole.

Quello che le foto non riescono a dire è lo stato veramente precario del Dojo centrale. Uno stato, per inciso, che non dipende da trascuratezza o dal disamore per quel luogo (però perché nessuno mi ha avvertito che la bandiera italiana è verde gialla e rossa?), bensì dalla sua vetustà e dalla necessità di interventi decisivi sulle sue strutture, dato che il Dojo di



FOTO GIOVANNI GRANONE





FOTO GIOVANNI GRANONE



FOTO GIOVANNI GRANONE

PORTICI - LA PRIMA VOLTA

C'eravate allo stage che il Maestro Kurihara ha tenuto a Portici l'1, 2, 3, maggio 1992?

Come "dov'è Portici?". Portici è una cementosa cittadina in provincia di Napoli con troppo smog e troppa gente. Eppure questa macchia grigia si interrompe in prossimità del mare, dove si staglia per fortuna un angolo verde e rigoglioso (ormai un angolissimo bosco (che va dal mare fin sopra il Vesuvio), dall'orto botanico e dalla Villa Comunale. Il mio dojo si trova proprio qui, in un complesso sportivo tra gli uccellini e l'erbetta fresca, i pini e i vecchietti seduti placidamente sulle panchine. Qui succede che, dopo un *kiai*, ho bisogno di riprendere fiato, incredibilmente l'aria c'è e, come dire, mi sazia anche. Forse tutto questo è piaciuto al Maestro Kaoru Kurihara (sembra il nome di un eroe cartuniano giapponese) perché a gennaio scorso, dopo un paio di lezioni "in famiglia" dice: "Marco, maggio io stage qui" e io vidi il mio insegnante Marco Scala impallidire, ma tra il felice e l'agitato gli disse sì. Dopo quella sera di gennaio sono cominciati i preparativi. Sì, quattro mesi di preparativi (Marco è un bravo e simpatico sensei, ma non può fare a meno di esagerare sempre!). E allora cerca i tatami e sposta e carica e pensa: "Se piove!" e "Ragazzi, ma ci pensate, il primo stage di tre giorni al Sud!".

E poi il chiodo per la foto del Capo, la prenotazione al ristorante e i carboni per la brace.

E ancora Marco: "Il primo stage nel mio dojo! La mia palestra aperta da sei mesi, che occasione, che responsabilità!". Intanto chi corre a prendere i dolci, chi accompagna il Maestro.

Io sono un misero 6° kyu e prima di maggio credevo che lo stage fosse il palcoscenico inglese.

Per me, come per molti miei compagni di dojo, è stata la prima volta. Ognuno ha dato una mano e ahimè, abbiamo conosciuto da vicino lo Special training. Che sfacchinata, ragazzi! Però è stato bello, tra di noi ci siamo uniti di più, ed ho avuto grandi lezioni sul tatami e non. Certo, mentre provavo quella dal nome strano, com'è? *hijikimensae*, mi si stavano annodando le braccia e poi ho incontrato un tipo che su *mikyo* anche se battevo non smetteva, perché, a suo dire, non riusciva a fermare il suo *ki* e

un altro che su *kotegaeshi* mi schiacciava sotto il tatami, ma a parte questi inconvenienti tecnici, mi sono divertito molto. La sera andavamo dal nostro pizzaiuolo di fiducia, Gaetano O' zuzzuso e tra la mozzarella e gli *ikkyo* ci siamo ubriacati di risate, di buon cibo e anche di birra. Il sabato invece noi del dojo abbiamo organizzato una braciata all'aperto con carne, friarielli, panzerotti e, naturalmente, tanta benzina, cioè vino e birra, che hanno provocato balli dal flamenco al rock e qualche dormita dall'alito pesante sulle panchine, ma sempre molte, molte risate. Per la notte c'era a disposizione il dojo per chi come Bari e Lauria veniva da fuori. La mattina dopo, con quattro ore di sonno agitato, la testa pesante e il bosco che girava ancora, abbiamo avuto la



FOTO FIORINEVE COZZI

Roma "è l'Aikikai d'Italia".

Probabilmente quando queste mie note potranno essere lette, il problema sarà risolto, almeno nell'essenziale (sì, ma i colori della bandiera italiana?) e non saremo costretti a fare *tori-fune* sul prato antistante, nel timore che la potenza dei nostri *kiai* provochi danni, come è stato per le mura di Gerico di biblica memoria.

Tre giorni intensi, dunque, pieni di momenti esaltanti e di grande interesse, nei quali il Maestro Tada ha profuso il suo sapere, coadiuvato dai Maestri giapponesi presenti: Fujimoto, Hosokawa e Kurihara. Particolarmente godibile un'oretta circa durante la quale il Maestro Fujimoto ha deliziato le nostre ginocchia in *hanmi-hantachi waza*. Una nutrita sessione di esami ha concluso lo stage.

Poi i saluti e via, ciascuno a casa sua, con già in cuore la nostalgia di questa bellissima Pasqua, troppo velocemente lasciata alle spalle.

GIOVANNI GRANONE





magnifica notizia dei 5000 *shomen* di *suburi* (fendente portato con bastone o arma da taglio contro un avversario immaginario) che il carissimo Maestro ha pensato bene di farci fare. Il tutto è stato coronato da un *misogi* finale molto intenso e da un pranzo dove si è capito che la voglia di stare insieme, di fare casino e di fare *ikkyo* non si era ancora esaurita. Insomma, questa prima avventura a noi di Portici, come ai settanta partecipanti allo stage, è piaciuta. Con molti di loro abbiamo gettato le basi per formare un gruppo affiatato; il Maestro, ascetico e spirituale nei miei pensieri, simpaticissimo e amicone nella realtà, si è divertito. Il dojo ha superato la sua "prima volta", sembra senza traumi, e che dire, per quest'anno vi perdono, ma alla prossima non mancate!!'

SARA ROCCO
e il Dojo PANTA REI

CASTIADAS - GASHIUKU

Il Dojo Musubi No Kai di Cagliari ha organizzato per il secondo anno, durante l'ultima settimana di agosto, lo stage di aikido — hojo — kenjo gashiuku diretto dal maestro Hosokawa. Lo stage si è svolto a Castiadas, una bella località sul mare a circa 60 chilometri da Cagliari.

Le ore di allenamento (sempre all'aperto) erano all'inizio e alla fine della giornata, così che rimaneva il tempo a disposizione per conoscere meglio questa interessante zona della Sardegna.

Avevamo la possibilità di alloggiare in tenda, albergo, bungalow e agriturismo: io e molti abbiamo scelto quest'ultima possibilità, poiché forse è anche ciò che si avvicinava di più allo spirito dello stage (gashiuku significa vivere insieme, condividere le esperienze).

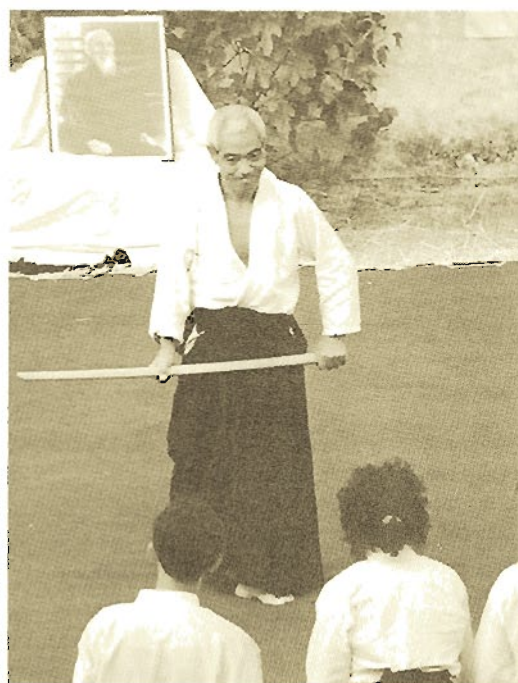


FOTO GABRIELE CREDDU



FOTO FRANCO MARTUFÌ





A destra:
la signora
Angela.
Castiadas
Agriturismo

FOTO GABRIELE CIREDDU

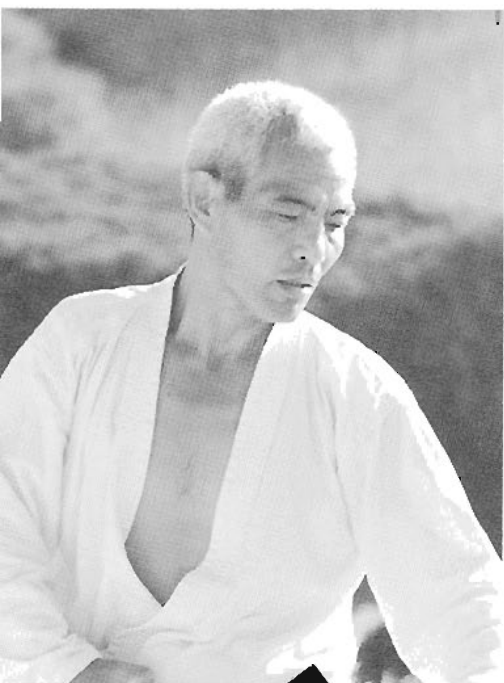


FOTO GABRIELE CIREDDU

Tra i vari compagni con cui ho vissuto questi giorni, una mia amica ha partecipato allo stage non avendo mai praticato prima aikido e hojo. Elena è una ballerina e coreografa e dirige a Milano il centro danza "Sarabanda"; da sempre è interessata alle discipline orientali e ha praticato Zazen e iaido. Per me è stato molto interessante ascoltare le sue opinioni su questa esperienza, perché mi ha permesso di avere un punto di osservazione differente rispetto a ciò che spesso tra "vecchi" praticanti è luogo comune.

Elena mi ha detto di avere sentito reale e molto forte l'importanza della relazione con gli altri e di avere percepito come la tecnica nasca non dal contrasto ma dall'unione e dall'armonia di energie; ha sentito questo anche nel rapporto col suolo, non rigido e "sicuro" come il pavimento di legno, ma imprevedibile come la sabbia, la terra o il tatami montato sulla





FIRENZE STAGE PROMOZIONALE

In mezzo ai tanti stage dall'organizzazione impeccabile che si svolgono in luoghi sempre più attrezzati ed efficienti e ci mostrano come stia crescendo e si stia organizzando la nostra Associazione, ci sono ogni tanto degli stage piccoli, in luoghi non propriamente superattrezzati, messi in piedi da piccoli gruppi di aikidoka.

È stato questo il caso dello stage promozionale di Firenze che si è svolto il 21 giugno nella palestra "Artigianelli", diretto dal Maestro Hosokawa.

È stato un raduno particolare proprio perché estremamente semplice: un tatami montato in un cortile all'aperto con la preoccupazione che non sarebbe stato sufficiente a contenere tutti i partecipanti, gli spogliatoi piccoli, essenziali, il clima incerto che faceva prevedere il peggio e spingeva gli organizzatori a spiare il cielo sperando in bene.

Poi d'improvviso le piccole tensioni organizzative si sono sciolte con l'inizio di una lezione di jo che ha trasformato l'intero cortile in dojo e ha creato subito una buona atmosfera di lavoro. Così nella concentrazione dell'allenamento questo stage diventava al pari degli altri un'occasione per imparare cose nuove e crescere.

Il pranzo consumato insieme all'interno del centro contribuiva a non interrompere questa atmosfera e a proseguire nel pomeriggio con maggiore impegno ed interesse.

Alla fine, mentre gli aikidoka fiorentini smontavano i loro tatami con sorprendente rapidità data forse dall'abitudine quotidiana, qualcuno rifletteva su questa esperienza, un'esperienza comune di piccoli gruppi di aikidoka che faticano a trovare una sede stabile che permetta loro di consolidare e aumentare il numero degli iscritti.

Anche gli amici di Firenze hanno dovuto in questi anni traslocare numerose volte ed affrontare periodi di particolare difficoltà prima di stabilirsi nell'attuale sede, nella quale già dall'anno passato hanno iniziato un'attività continuativa che ha garantito loro, quest'anno, l'arrivo di nuovi iscritti. Ma l'aikido in Italia è fatto anche da questi piccoli gruppi che con tenacia, con forza, con grande passione riescono piano piano a trovare il loro spazio per cominciare a crescere tecnicamente e numericamente. Credo,

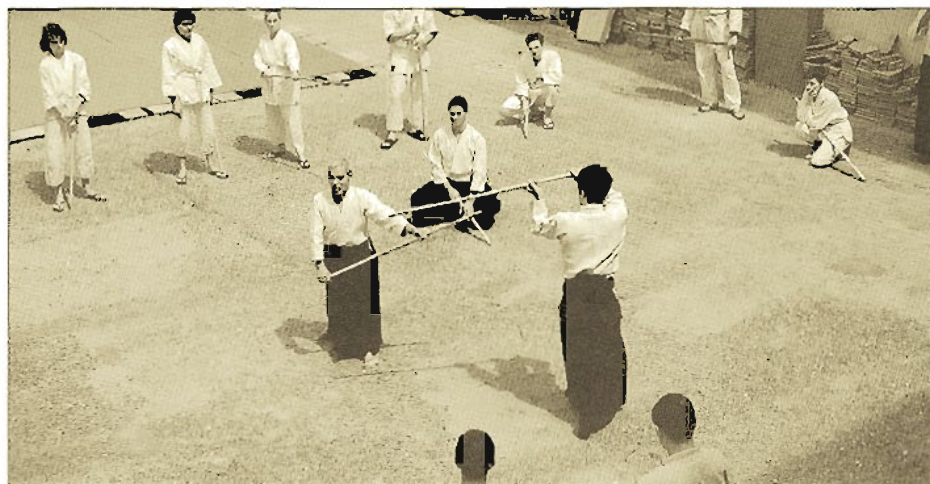


paglia. Il corpo e lo spirito si devono modellare e trovare maggiore disponibilità ed attenzione: l'importanza della difficoltà che crea riflessione e crescita, credo che questo sia uno dei punti che rende gashiuku uno stage prezioso. Gli elementi naturali sono molto forti in Sardegna: il sole, il vento, il caldo, gli odori entrano profondamente nella pratica quotidiana che allarga i suoi confini oltre il perimetro del tatami. I giorni scorrono e nonostante il giusto e gradevole clima vacanziero avverti la fatica e proprio in quel momento vorresti che questa settimana durasse molto più a lungo e non hai più orecchie per le scontentezze, le polemiche, le cose piccole della vita. Vorresti diventare sabbia, sole, mare, stelle, alberi e soprattutto portare via con te un sorriso sul viso e il cuore pieno di allegria.

ANNALISA COCCO



FOTO GABRIELE CIREDDU



quindi, che sia importante per tutti avere dei momenti d'incontro come quello dello stage di Firenze in cui ci si confronta anche con le realtà più piccole per fondere le esperienze ed avere una misura reale della nostra Associazione.

MARJAROSA GIULIANI

Quando si parla di stage promozionale si pensa immediatamente ad un nuovo dojo che, nato da poco, necessita di aiuto per decollare.

A Firenze invece l'aikido è presente da molti anni e potrebbe quindi sembrare strana come sede scelta per un promozionale.

In realtà credo che sia stata una scelta giusta perché gli amici di Firenze, nonostante il loro impegno, hanno ancora bisogno di una mano.

In questa città si sono trovate sempre grosse difficoltà: basti pensare che, nonostante la presenza dei Maestri Yamanaha prima e Nomoto poi,

non si è mai formato un gruppo considerevole. Anche i due Maestri giapponesi durante la loro permanenza hanno dovuto cambiare sede varie volte ed affrontare problemi logistici che hanno impedito il consolidarsi di un vero gruppo.

Questi problemi si sono protratti anche dopo la loro partenza rendendo la vita degli aikidoka fiorentini particolarmente difficile. C'è da ricordare inoltre che Firenze è un territorio ostile per la nostra associazione in quanto già da molti anni c'è una forte presenza dell'Aikido-Ki che raccoglie in diverse palestre qualche centinaio di iscritti e dispone di strutture e mezzi pubblicitari notevoli.

In questo quadro mi sembra quindi più che opportuno aver scelto Firenze come sede per uno stage promozionale, poiché pur non essendo un nuovo dojo è comunque una sede di difficile sviluppo per l'aikido dell'Aikikai.

MARINO GENOVESI



BUSSERO - 1° STAGE DELL'AIKIDO CLUB MARTESANA

Quando il maestro Giancarlo Bellini, insegnante del mio dojo (il Bushin di Bussero), mi ha chiesto di scrivere un articolo che in qualche modo documentasse il primo stage tenuto presso la nostra palestra in aprile, mi sono sentito onorato e nello stesso tempo un po' preoccupato. Onorato in quanto ad un allievo alle "prime armi", come me, che da soli sedici mesi si era avvicinato ad un'arte così complicata come l'aikido, chiedere di parlare, al pubblico di tutti gli aikidoka che leggono la rivista, di uno stage del Maestro Hosokawa mi è sembrato semplicemente entusiasmante. Preoccupato perché consapevole delle mie limitate conoscenze in questo campo e dell'esistenza, invece, di lettori esperti e competenti: tra i primi gli stessi maestri giapponesi, divulgatori di questa affascinante disciplina.

Ma messi da parte un poco questi timori, ho deciso di scrivere qualcosa che avesse a che fare più con le sensazioni e gli insegnamenti etici che Hosokawa Sensei aveva portato nel nostro piccolo dojo, che delle tecniche fatte durante i due giorni di stage che, seppur molto importanti, sembravano rocce accarezzate dal fluire ininterrotto di limpide acque.

Una data importante questo 11 e 12 aprile 1992, per il dojo Bushin di Bussero, un momento che riconosceva il lavoro serio e costante che il Maestro Bellini aveva fatto per dieci anni, superando tutte le difficoltà "dell'alzarsi in volo", tipiche di ogni arte nuova e poco conosciuta che, ulteriormente quando si parla di aikido, va praticata più che guardata per essere compresa.

La risposta che gli aikidoka hanno dato a questa proposta è stata significativa per qualità e quantità di partecipanti (più di quaranta in due giorni), grazie all'indiscutibile attrazione esercitata da Hosokawa Sensei.

Era la prima volta che vedevo il Maestro Hosokawa e, dall'alto della sua piccola statura e del suo grande sorriso, egli si presentava, ancor prima che come portatore di un messaggio antico, come uomo, nell'accezione più significativa e pregnante di questo termine, portatore cioè di umanità e rispetto.

La lezione che sul tatami seguiva alla sua presenza, si caratterizzava per



la semplicità del messaggio, per la precisione con cui questo veniva comunicato, dato a piccoli pezzetti, affinché tutti i presenti, di qualsiasi grado, potessero impossessarsene per inserirlo nella propria soggettiva esperienza di praticanti l'aikido.

Di estrema importanza mi è sembrata l'attenzione che il Maestro Hosokawa dedicava al contesto circostante. La presenza di molti ragazzi giovani gli permetteva di riproporre, nella maniera più delicata, i quesiti più profondi della filosofia del Budo affinché anche i più anziani non potessero dimenticare il fine ultimo, quell'armonia tra corpo e mente che l'aikido come filosofia di vita propugna.

Il momento forse più emozionante di tutto lo stage è stato la dimostrazione che Sensei Hosokawa ed una sua allieva hanno fatto di *Ho-jo*.

Il silenzio nel dojo si poteva taglia-

re a pezzi; la concentrazione di tutti era al massimo, gli occhi puntati sui movimenti felini e armoniosi dei due dimostranti, una "danza dello spirito e del corpo" che lasciava spazio solo alle emozioni, e che qui e là, in modo ritmico e profondo, la voce suggeriva.

Chiudeva lo stage il momento per molti faticoso degli esami, vissuti come sempre con grandi patemi d'animo e alcune paure.

Ho accennato prima agli insegnamenti etici che il Maestro ha dato in questo stage.

Sicuramente erano presenti in tutti i momenti dello stesso ma, l'essere maestro, io penso, non si esaurisce sul tatami dopo ogni lezione, lì inizia per continuare poi nella vita quotidiana.

E qui Hosokawa ha dimostrato proprio questo: per i fortunati che come me sono rimasti con lui a sistemare il





dojo nel dopo stage, il più grande insegnamento è venuto nelle due ore informali che abbiamo trascorso insieme tra il serio e il faceto.

Si è parlato dell'aikido, sì, ma anche dell'approccio alla vita di cui l'aikido semba essere la grande metafora; nel rispetto per gli altri e per le cose, siano essi simboli o tradizioni, si è parlato di ciò che ognuno di noi può fare delle singole esperienze, senza dimenticare che siamo noi a scegliere quale mappa usare per muoverci nell'infinito territorio delle possibilità. L'aikido certo è una di queste innumerevoli possibilità ma, per avvicinarsi ad esso, è utile svestirsi dei propri panni e dei propri ruoli per meglio permettere al nostro corpo e alla nostra mente di essere più ricettivi nell'imparare.

Mi viene alla mente un'antica storia zen che molti conosceranno, ma che io penso possa ben riassumere il messaggio che Hosokawa Sensei ha voluto dare: "uno studioso occidentale, ottimo conoscitore del proprio mondo e della filosofia che lo guida, decide ad un certo punto della propria vita, di aprire i propri orizzonti di conoscenze, appropriandosi in poco tempo di tutto il sapere orientale.

La strada più breve per ottenere questo gli pare sia costituita da un vecchio saggio orientale dal quale farsi dire tutto. L'incontro tra i due uomini viene suggellato dalla cerimonia del tè, momento molto importante per il mondo orientale.

Il vecchio saggio dopo aver ascoltato in silenzio le motivazioni dello studioso occidentale, senza rispondere e senza fretta, iniziò a versare il tè nella tazza del suo ospite senza preoccuparsi troppo che il tè, dopo aver completamente riempito la tazza, si

rovesciava sul piattino sottostante e quindi sui piedi del malcapitato occidentale.

A questi, pieno di stupore e disappunto per tale comportamento, il vecchio saggio, senza scomporsi, disse solo una breve frase: "non posso riempire una tazza già fin troppo piena!!!!".

Lascio ai lettori il commento e l'interpretazione di questa storia.

Un grazie doveroso al Maestro Hosokawa per questo iniziale insegnamento, con la speranza di poterlo rincontrare presto.

La speranza è quella di un dojo che, da aprile, è più "ricco" e motivato.

CLAUDIO LORENZETTI

AIETA - FOTO FLASH



FOTO FIORINEVE COZZI

Aieta 1992.
Satoshi Kurihara impegnato
in un tori fune con l'aiuto
della madre prima del misogi

Aieta 1992.
Spaghetti di soja al volo



FOTO FIORINEVE COZZI

VILLA BORROMEO LITTA

FESTIVAL GIAPPONESE 1992



Organizzato dal Circolo socio-culturale Microcosmo in collaborazione con il Centro di cultura Italia-Asia e patrocinato dall'Istituto di cultura giapponese di Roma, la Provincia di Milano e il Comune di Lainate, si è svolto anche quest'anno il Festival giapponese di Lainate.

L'interessante manifestazione, iniziata il 5 giugno con un ciclo di conferenze sui primi incontri tra giapponesi e italiani nel XVI secolo, sull'abito tradizionale giapponese e su un confronto tra letteratura giapponese ed italiana, è continuata il 7 giugno nella settecentesca atmosfera di Villa Borromeo Litta di Lainate dove, nonostante il maltempo, migliaia di visitatori hanno manifestato vivo inte-



FOTO SERVIZIO PIA BENCI





FOTO LUIGI BORGOMANERI

resse per gli stand che ospitavano sculture in vetro di Oki Izumi, olii su tela del pittore Fujio Nishida, ikebana della maestra Keiko Ando Mei, ceramiche "raku" di Guido De Zan, e ancora aquiloni, bonsai, oggettistica giapponese di "Surimono" e una collezione di buste, francobolli e tessere telefoniche. Curiosità e apprezzamento anche per la dimostrazione di Aikido degli allievi del Maestro Fujimoto, per quella di Shiatzu, tenuta dal Maestro Andrea Cecoli e per il concerto di Hisatsune Taeko e di Hosoda Kenjiro che hanno eseguito brani di autori giapponesi e europei.

Spazio anche per la cucina giapponese, che i visitatori hanno potuto gustare con i piatti del ristorante Poporoya.



FOTO SERVIZIO PIA BENCÌ



AGOSTO '92

ASSEMBLEA DEI SOCI

Per il secondo anno consecutivo si è svolta a Coverciano, nell'intervallo fra la prima e la seconda settimana dello stage estivo, l'assemblea dei soci della nostra Associazione. Purtroppo, la partecipazione non è stata ampia, solo 29 presenze più 20 deleghe, nonostante questo nuovo appuntamento fosse stato deliberato durante l'assemblea estiva dell'anno scorso, in quanto si riteneva importante discutere dei problemi della nostra Associazione alla presenza del Direttore Didattico Maestro Tada, impossibilitato a partecipare all'altro appuntamento annuale di febbraio. Speriamo, quindi, che dal prossimo anno, l'affluenza dei soci (parliamo sempre di soci ordinari) sia maggiore; il che significherebbe oltretutto una maggior partecipazione allo stage estivo del nostro Direttore didattico, che rappresenta l'appuntamento più importante dell'anno accademico.

Ma torniamo all'assemblea. Quest'anno il primo punto all'ordine del giorno, era il resoconto dei lavori di ristrutturazione della nostra sede sociale; il Presidente, dott. Mario Traina, ha illustrato all'assemblea la sua soddisfazione per l'andamento di detti lavori: la completa impermeabilizzazione del tetto, diventato ormai quasi un colabrodo, il rifacimento, praticamente totale, dello spogliatoio femminile (qualche allieva si ricorderà delle coltivazioni micologiche), il "restauro" dei servizi maschili, la saldatura di una fenditura creatasi su di una parete ad altri piccoli ma necessari ritocchi. Tutto questo comporta per la nostra Associazione un grande sforzo economico, a cui potremo far fronte grazie ad una soddisfacente situazione amministrativa, e grazie al fondo "lavori sede sociale", istituito con successo e a cui ha aderito in modo sostanziale la Direzione Didattica al completo; e inoltre: singoli soci, insegnanti e gruppi di insegnanti — che hanno organizzato stages a questo fi-

ne — e singoli dojo.

È intenzione del Consiglio di amministrazione continuare su questa linea per arrivare a ristrutturare completamente la sede sociale di Roma: quindi chi non avesse ancora potuto inviare il suo contributo può sempre farlo.

Riguardo al secondo punto all'ordine del giorno, che trattava la situazione economica dell'Associazione, è stata fatta presente all'assemblea la motivazione che ha spinto il C. di a., ad aumentare le quote associative (so-

lo per gli adulti) e le tasse di esame Kyu per i gradi più alti; il Consiglio vuole destinare, quasi completamente, il ricavato di quest'aumento ad attività promozionali: sono in programma, infatti, la realizzazione di un videotape promozionale, locandine, pieghevoli ecc., da fornire a tutti i responsabili di dojo, per pubblicizzare la nostra attività.

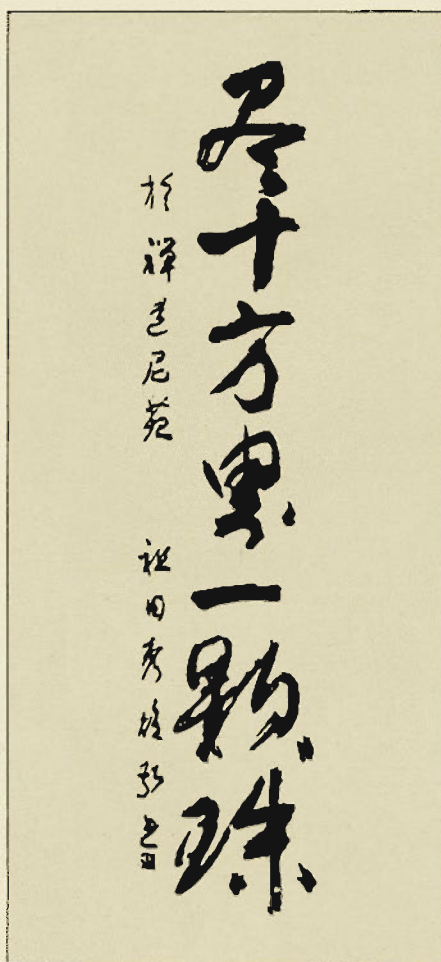
Il terzo punto all'ordine del giorno era la situazione didattico-culturale. Durante l'assemblea dello scorso febbraio il socio Serpieri, che in seguito portava a conforto della sua tesi un parere legale, denunciava come irregolarità il fatto che il nuovo Regolamento didattico non fosse stato sottoposto ad approvazione da parte dell'assemblea straordinaria dell'estate '91 e pertanto ne proponeva l'approvazione durante l'assemblea in corso.

Il Presidente, a nome di tutto il C. di a., ha ribadito che il regolamento didattico, che altro non è che un "Programma didattico", è di esclusiva pertinenza del Direttore didattico.

Il Maestro Tada, del resto, ha pienamente confermato tale interpretazione, avocando a sé ogni decisione in ambito didattico precisando che sta realizzando una nuova versione del Programma, e che vaglierà l'opportunità di inserire alcuni "suggerimenti" proposti dai soci.

Il socio Domenico Zucco ha invitato il C. di a. a studiare un sistema per favorire la frequenza degli stage da parte dei giovani praticanti.

L'assemblea si è chiusa con l'intervento del socio Esposito che ha sostenuto la necessità di risolvere i problemi di relazione interni alla situazione della Campania ritenendo utile a tal fine una visita del Presidente, affinché prenda atto dei problemi esistenti e intervenga nella misura in cui il suo ruolo e la sua autorità lo rendano possibile.



"Tutto l'Universo non è che un'unica perla brillante"

FRANCO MARTUFI

RISTRUTTURAZIONE LA SEDE DI ROMA

UN ALTRO PASSO AVANTI

Il compimento dei lavori di ristrutturazione del Dojo centrale è motivo di soddisfazione ed è di buon auspicio per il futuro dell'Associazione.

Non può non esserci soddisfazione nel constatare di avere raggiunto un obiettivo ed essa è proporzionata all'entità della meta prefissata.

Dunque, conseguentemente alla premessa, posso esprimere il piacere di poter constatare che gli sforzi compiuti per realizzare le previste opere di adeguamento della Sede di Roma hanno avuto esito positivo.

Ma la soddisfazione deriva, oltre al fatto in sé di avere potuto iniziare fattivamente il processo di ristrutturazione della Sede, resosi ormai improcrastinabile, principalmente dal potere constatare che, la nostra, non è stata una "vox clamans in deserto".

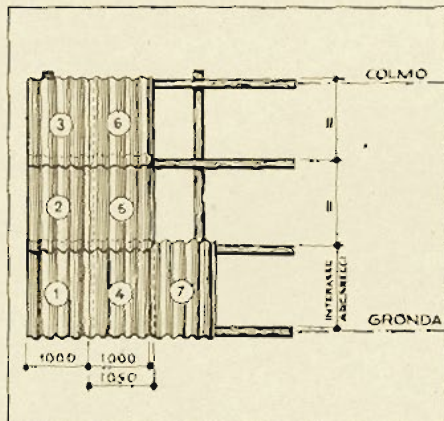
L'invito a "partecipare" attivamente, con interventi economici, da noi lanciato alcuni mesi orsono è stato, infatti, accolto da tanti: dai Maestri giapponesi, anzitutto, da alcuni soci singolarmente e da numerosi Dojo, dal Comitato di gestione della Scuola centrale, da tanti praticanti che hanno frequentato stages e lezioni organizzate "ad hoc".

A tutti invio un sentito ringraziamento ed il caloroso invito a voler considerare con orgoglio, questo, come uno dei tanti momenti cementati che contribuiscono ad edificare, ancora, la nostra Associazione stessa.

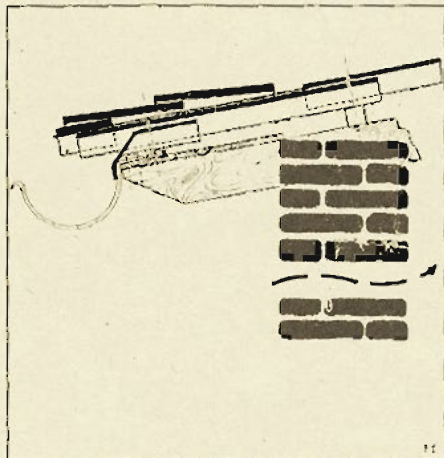
Noi, infatti, vogliamo andare avanti, vogliamo crescere nel numero e nell'approfondimento della conoscenza della nostra Arte: ricerchiamo un fluido, ottimistico dinamismo in cui trovino spazio i momenti di placida contemplazione insieme a quelli di pugnace ma produttivo conflitto.

Anche questo dei lavori a Roma, in somma, può essere e, per me, lo è, uno spunto per rafforzare la capacità di credere, non tanto nelle persone che li hanno realizzati (un po', se si vuole) quanto, soprattutto, ed è principalmente un augurio che rivolgo a tutti, in un'idea, in uno spirito di gruppo, inteso come un insieme di persone che, coscientemente, perseguono, pur tra tanti "distingui", un elevato, non pecuniario interesse comune.

MARIO TRAINA
Presidente dell'Aikikai d'Italia



Sopra: Copertura spogliatoio maschile - Bagni
Sotto: Copertura unità centrale palestra



COPERTURA DELLO SPOGLIATOIO MASCHILE E DELLA UNITÀ CENTRALE

Uno dei problemi più gravi, affrontati nel corso dei lavori di ripristino della palestra, riguardava le strutture di copertura. La tipologia di intervento, come poi sarà possibile verificare attraverso gli allegati di cui si compone questa relazione, è stata diversa. La situazione iniziale, sia nello spogliatoio maschile che nell'unità centrale — palestra — non era in stato funzionale.

La copertura effettuata in questa zona non ha destato particolari preoccupazioni: considerate le pendenze e la zona climatica di appartenenza (altitudine fino a 200 m — senza precipitazioni nevose, con pioggia e vento normali —) venivano meccanicamente determinati i parametri; fissaggio e dimensioni delle lastre. Usata molta attenzione sulle sovrapposizioni laterali e di testata il lavoro veniva ultimato senza particolari accorgimenti.

La copertura del tetto invece ha richiesto attenzione e tempo.

Smantellato il vecchio tegolato, scartate le tegole rotte, abbiamo subito constatato la mancanza di un manto di impermeabilizzazione; il tavolame ammalorato veniva sostituito e veniva costituito un manto impermeabilizzante di guaina da mm 4, con giunti sovrapposti da cm 7. Le continue infiltrazioni d'acqua stavano irrimediabilmente deteriorando le strutture di copertura.

Sostituisce le tegole rotte con quelle nuove, veniva ricostruito il tetto.

Sarebbe stato meglio sostituire le tegole con "Coverib", materiale più leggero e di maggior resa, alleggerendo così le strutture portanti, ma per ragioni indipendenti da coerenti scelte tecniche si è dovuta riprodurre lo stesso tipo di copertura.

DALLA TRADIZIONE BUDDHISTA AL MONDO DELL'EFFIMERO

LE STAMPE GIAPPONESI UKIYO-E



Kitagawa Utamaro, tre bellezze degli anni 1790 (circa 1795)

Dopo le molteplici guerre civili che intercorsero durante un lungo periodo, con il crollo del feudalesimo, si evolse una nuova società alla quale si collega la storia delle stampe in Giappone.

La casta dei samurai, resa inattiva con il finire delle persecuzioni e ormai senza causa né signori ai quali offrire il proprio servizio, da quei combattenti la cui morale era basata su un profondo codice d'onore, si trasformarono in esteti ed in amatori d'arte.

Questi artisti, che costituivano la parte migliore, il fior fiore della società, erano dotati di grande cultura ma di, ormai, impoverite risorse.

Ebbero, così, l'appoggio di quella borghesia che da quelle guerre ne aveva tratto la propria ricchezza ed ora trovandosi abbandonata ad una facile vita di piaceri, favoriva l'attività di cortigiani, attori, poeti e pittori.

Si instaurarono così fra gli uni e gli altri dei contatti che dettero modo ad entrambe di contribuire al successo della scuola di pittura Ukiyo-e (*Ukyio* = ricerca del piacevole, mondo fluttuante, *e* = pittura).

Durante questa evoluzione, altri stili si affermarono nel mondo dell'arte: fra questi la scuola Tosa, che nelle sue opere si esprimeva esclusivamente attraverso la vita nobile di corte e la scuola Kano che nei propri dipinti rappresentava la propria espressione secondo la rigida tradizione cinese.

Differentemente da questi stili diversi, i pittori dello stile Ukiyo-e, attenti osservatori del mondo che li circondava, si espressero dipingendo i diversi aspetti della vita del popolo, sensibilizzando e risaltando maggiormente la realtà degli avvenimenti.

Per reazione contro queste diverse scuole, gli artisti dell'Ukiyo-e attribuirono la loro appartenenza unicamente al solo Yamato e svilupparono, così, un'arte tipicamente giapponese rifiutando ogni altra forma di espressione.

Per questo motivo la scuola, che era disprezzata dalla nobiltà, ebbe un grande successo verso quella media borghesia alla quale si esprimeva.

Sorse così l'esigenza di una più sviluppata diffusione che precedentemente si era posta unicamente per le opere di carattere religioso e cominciarono ad attingere dall'antica tradizione buddhista una più adatta tecnica per diffondere le immagini «di una vita facile», «di un mondo effimero e mutevole»: la tecnica della stampa.

Infatti, i monaci buddhisti usavano il procedimento della stampa xilografica (xilografia o xilografia = tecnica d'incisione su legno per riproduzioni a stampa) fin dall'VIII secolo per divulgare i testi sacri che illustravano la vita buddhista e le immagini delle divinità, nonché i ritratti dei più autorevoli prior dei monasteri.

Nel secolo XVII vengono sviluppate le prime incisioni di carattere non religioso le cui illustrazioni raffigurano, nei libri Kanayoshi, opere poetiche ed antiche leggende.

Inizialmente questi libri venivano raffigurati in bianco e nero e gli stessi autori si resero conto, ben presto, che il valore estetico di queste opere sarebbe stato molto più eminente se vi si fosse stato introdotto il colore.

Questa forma d'arte incominciò a prendere un sempre più vasto campo espressivo e nell'uso della stampa xilografica si rese necessaria una stretta collaborazione fra quattro distinte personalità: il pittore, l'incisore, lo stampatore e l'editore.

La collaborazione di questi personaggi cominciò a dar vita a quello stile artistico che sarebbe diventato famoso in tutto il mondo: le stampe giapponesi Ukyo-e.

Queste quattro personalità ebbero un loro ruolo molto importante e distinto per la messa in opera delle stampe.

Il pittore eseguiva il disegno dipingendo con un pennello molto fine: la scelta dei pennelli era molto importante, essi dovevano essere morbidissimi, fatti, cioè, con pelo fine altrimenti l'artista, poteva incorrere nel pericolo di bucare la carta con lo sfregamento degli stessi e con l'umidità del colore.

I tratti che delimitavano i bordi entro i quali venivano inserite le varie tinte, erano tracciati ad inchiostro di china con accuratissima precisione, su di una carta sottilissima e quasi tra-

sparente. Quando il disegno era terminato, il foglio di carta veniva incollato su di una tavola di legno (ciliegio di montagna, oppure, qualche volta legno di bosso) che veniva prima accuratamente lisciata con la pialla.

Queste tavole assunsero, nel corso del tempo, una vera e propria unificazione di formato che le suddivise in ben otto tipi distinti: *o-oban*, *oban*, *ai-ban*, *chuban*, *koban*, *hosoban*, *hashira-e*, *kakemono-e*.

Le dimensioni delle tavole che variavano da misure di cm. 33 x 46 a cm. 58,4 x 30,4, davano modo di esprimere le composizioni in spazi necessariamente contenuti.

Gli attrezzi di cui l'incisore si serviva per la preparazione delle tavole erano enumerati in una specie di coltello appuntito con il quale delimitava i due tratti di contorno; due sgorbie che servivano per scavare i fondi contenuti fra i tratti di contorno, ed infine, con uno scalpello asportava tutto il legno superfluo lasciando viva l'immagine di quella che doveva poi divenire la stampa.



Sopra: Kitagawa Utamano davanti e dietro la tenda a rete (fine 1790)

A destra: Utagawa Toyohiro, Geisha che legge un poema scritto su un ventaglio (circa 1795)

A destra: Kitagawa Utamaro, La cortigiana Hanaôgi con una pipa mentre si aggiusta una spilla tra i capelli (circa 1795)



A sinistra: Kitagawa Utamaro, Due donne fanno toilette (circa 1795)

Nel momento in cui il disegno veniva riportato sulla tavola di legno, l'incisore lasciava libero un margine sopra il quale venivano applicate due tacche (*kento*).

Lo scopo di queste tacche era quello di servire come punti di riferimento tramite i quali durante l'esecuzione



ne della stampa si sarebbero evitate delle sovrapposizioni o degli spostamenti del disegno stesso, in quanto per ogni colore, veniva preparata un'opportuna tavola, sempre in riferimento alla prima contenente il tratto completo del disegno.

Terminata l'incisione di tutte le tavole, veniva applicata su di esse la carta per la stampa definitiva: la prima, spalmata d'inchiostro per il disegno e le successive inzuppate dei vari colori comprendenti l'opera.

A questo punto si rilevava l'importanza dei *kento* che avrebbero permesso allo stampatore di poter eseguire tutte le varie operazioni di stampatura (che poteva essere eseguita sia a mano che con il torchio) con estrema precisione.

La stampa veniva eseguita su di un tipo di carta composta di fibre della paglia di riso, di uno spessore abbastanza consistente, che presentava una superficie vellutata e di una tessitura fine e morbida come quella di un tessuto.

Questo tipo di carta era molto resistente nonostante l'apparenza di una visibile fragilità e dotata di un ottimo potere assorbente, donando così all'opera una buona compattezza dei colori e della stampa stessa.

Per la stampatura, l'artigiano si serviva generalmente di un torchio, curando attentamente che la carta toccasse il fondo delle tacche; strofinava con un tampone (*baren*) di forma rotonda e piatta ed infine passava alla torchiatura.

Questa operazione era molto importante nel ruolo dello stampatore in quanto, in base alla pressione che egli applicava, la stampa poteva assumere varie gradazioni e diverse intensità di colore.

I colori erano di natura solamente vegetale e diluiti con acqua assumevano una facile penetrazione nella carta.

Le stampe *sumizuri-e*, che fecero la loro comparsa nella metà del secolo XVII, furono le prime in bianco e nero e vennero poi colorate a mano usando del colore rosso cinabro (*tan*), del giallo, del blu e del verde.

Questa nuova esecuzione, che dette alle stampe il nome di *tan-e*, avvenne tra il 1680 ed il 1700.

L'insufficienza di questi colori, ad iniziare dal 1700, indusse gli artisti a scoprire e ad usare il procedimento della «laccatura» delle stampe.

Questo procedimento comportò la

variazione e l'aggiunta di altri colori: il rosso cinabro fu sostituito da un rosso molto tenue (*beni*), il quale fu usato con del verde e del giallo zafferano nelle stampe *benizuri-e*; si aggiunsero il marrone, il violetto ed alcune volte delle spruzzature ottenute con lamine di rame.

I colori venivano mescolati con della colla che dava loro un risalto brillante al punto che le parti colorate con dei neri molto carichi, assimilavano l'effetto della lacca.

Possiamo così dire che, fra il 1700 ed il 1740, queste opere dette *urushi-e* segnarono un notevole progresso nello sviluppo, lento e graduale, di una forma sempre più completa e perfetta delle stampe a più colori (polirome).

Nella primavera del 1769, con l'invenzione del tipo di stampa *nishiki-e*, «pittura broccato», fu apportato un ultimo perfezionamento che segnò una rivoluzione nella tecnica.

Con i soli riferimenti dei *kento*, fu possibile stampare contemporaneamente e con grande precisione una gamma completa di colori su di un unico fondo.

Le stampe erano ormai affermate e per la fragile bellezza alla quale erano potute giungere riuscirono ad esprimere chiaramente e totalmente quell'effimero mondo che l'Ukiyo-e si era preposto di immortalare per loro tramite.

Grandi pittori ebbero modo di esprimersi liberamente e di apportare alle stampe, per mezzo delle loro sempre più perfette esperienze, un sempre più alto valore artistico.

E non bisogna dimenticare la particolarissima visione della vita, che in due secoli, l'opera di pittori giapponesi può aver offerto alla riflessione degli impressionisti ed a noi stessi.

La forza di primitivi, la grazia e la bellezza delle dame del XVIII secolo, la vita degli attori, la bellezza mutevole dei paesaggi (molto famose le stampe del più grande paesaggista giapponese, Ando Hiroshige, 1797-1858): tutto ciò è l'anima del Giappone che, attraverso le stampe Ukiyo-e ci viene offerta, ed è proprio attraverso la completa espressione delle stampe che possiamo imparare ad amare.

FABBRETTI ROBER

(da: "Spirito del Giappone", ANNI VII - VIII - N. 11-12 AUTUNNO 1979).

KOSHO UCIYAMA ROSHI

LO ZEN DI DOGEN COME RELIGIONE

Da un'opera ancora inedita in Italia, pubblichiamo il pensiero di Kosho Uchiyama Roshi, Maestro Soto Zen, sul significato e sulle diverse implicazioni che la pratica dello zazen ha assunto nelle Scuole Soto e Rinzai.

Nonostante molti occidentali abbiano compreso le motivazioni storiche e teoriche dello Zen, esiste tuttavia una tendenza fortemente radicata che associa lo Zen e lo zazen, che di esso

è la forma compiuta, ad alcuni aspetti della tradizione culturale di quelle regioni in cui è sorto e maggiormente si è diffuso.

Le conseguenze di questo equivoco si palesano in Occidente nel rigido attaccamento alle forme esteriori, sebbene non se ne comprenda il significato ultimo né la ragione. Non di rado, infatti, si incontrano personaggi smarriti nel mito di un Oriente improbabile e nel compiacimento dei propri atteggiamenti esotici, vissuti talvolta come il fondamento della propria ricerca interiore.

Il superamento di questo equivoco è la premessa per la restituzione di un'immagine dello Zen decontamina-

ta da influenze culturali, così come era in origine, e costituisce uno dei punti centrali della corrente di pensiero prefigurata dall'opera letteraria e dalla vita di Uchiyama Roshi (1).

Quello che segue è un capitolo, tradotto dall'inglese, di uno scritto del Maestro, dal titolo "Lo Zen di Dogen come religione" (2), ancora inedito in Italia. Il carattere semplice e colloquiale di Uchiyama Roshi non ci deve trarre in inganno poiché è implicito che molti dei concetti qui accennati hanno il loro fondamento unicamente nella pratica quotidiana, dalla quale non possono essere disgiunti. In ultimo, l'interessante collegamento storico con le arti giapponesi e la spiritualità dello Zen Rinzai costituisce il mezzo per un eccellente chiarimento delle divergenze tra una religione autentica e quello che Uchiyama Roshi definisce uno "Zen d'élite".

LO ZEN COME ESPANSIONE MASSIMA DELLE PROPRIE POSSIBILITÀ.

Oggigiorno in Giappone le persone associano strettamente lo Zen al *satori* (illuminazione o realizzazione), ma come ho detto prima, la pratica di zazen come vera religione non può essere semplicemente pensata come un mezzo per ottenere il *satori*.

I giapponesi sono giunti a pensare a zazen e *satori*, come a mezzo e fine,

(1) Kosho Uchiyama Roshi, nato a Tokio nel 1912, dopo aver studiato filosofia occidentale nel suo Paese, diviene monaco Zen nel 1941, discepolo di Kodo Sawaki Roshi (1880-1965). Dopo la morte del Maestro, diviene abate del tempio di Antaiji a Kioto e ricopre questo ruolo fino al 1975.

(2) Si ringrazia l'Associazione Stella del Mattino per aver fornito ai traduttori il testo inglese dell'opera.

(3) Shibayama Zenkei Roshi (1894-1974), Maestro Zen Rinzai, si recò più volte negli Stati Uniti per insegnare zazen agli americani.

(4) La Scuola Obaku, fondata dal Maestro



poiché sono stati profondamente influenzati dallo Zen Rinzai.

Il defunto Roshi Shibayama Zenkei (3), il precedente abate di Nanzenji, un monastero della Scuola Rinzai, una volta mi disse:

"I seguaci della Scuola Rinzai, praticano zazen per ottenere il *satori*. Il *satori* è la cosa più importante. Al contrario, nello Zen Soto, la cosa più importante è lo zazen. Tuttavia, i praticanti Rinzai e non i monaci Soto sono quelli che hanno praticato zazen costantemente. Perché è accaduto questo?"

Nei tempi moderni, nella Scuola Soto, la prima persona che sostenne fortemente l'autentico *shikantaza* insegnato da Dogen Zenji fu il mio defunto Maestro Sawaki Kodo Roshi. (Non vorrei che ciò suonasse, per coloro che non conoscono la situazione, semplicemente come un apprezzamento nei confronti del mio Maestro).

La maggior parte dei monaci Soto, prima di Sawaki Roshi, non praticava lo Zen di Dogen. Triste ma vero.

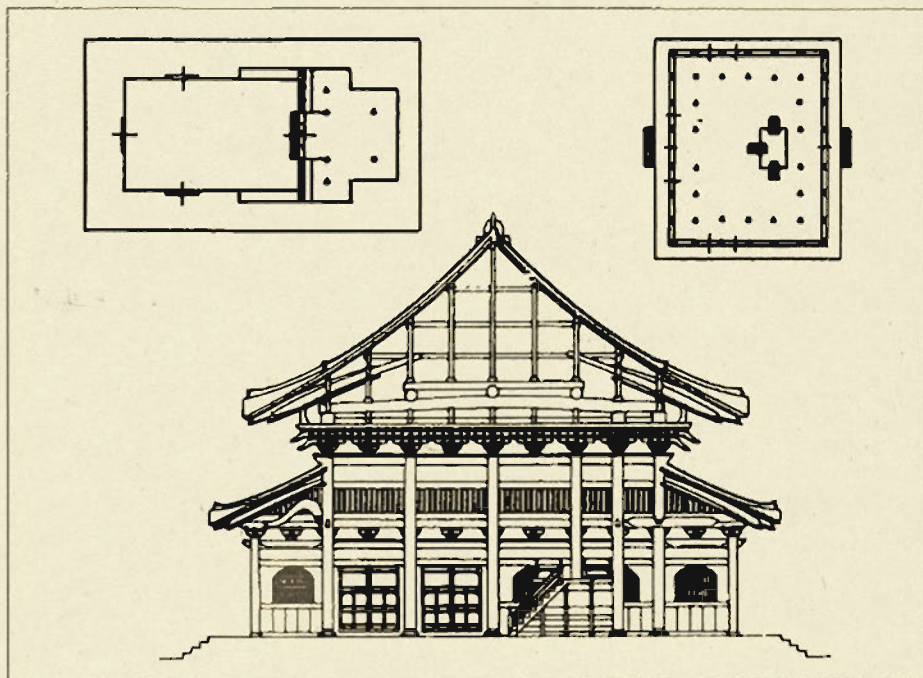
Quando ero uno studente al secondo anno delle scuole superiori (1926), mio padre mi mandò assieme a mio fratello maggiore a Tenryuji a Kyoto, dove restammo per le vacanze estive. Mio padre era in buoni rapporti con l'abate del monastero, Seki Seisetsu Roshi. In realtà noi risiedevamo a Jisai-in (l'abate era il Rev. Murakami Dokutan), uno dei templi minori che dipendevano da Tenryuji.

Un giorno udii per caso alcuni monaci (che erano là per un periodo di tirocinio) che dicevano: "Dopo tutto lo zazen è praticato soltanto nei monasteri Rinzai. Sebbene Soto e Obaku (4) siano anch'esse scuole Zen i praticanti di quelle scuole vengono nei monasteri Rinzai se vogliono praticare zazen". Quando udii queste parole pensai che stavano semplicemente facendo apprezzamenti sulla loro Scuola.

Zen cinese Ingen Ryuki (Yinyuan Longqi) (1592-1673) che venne in Giappone con trenta discepoli nel 1654. La venuta di Ingen in Giappone influenzò sia i praticanti Rinzai che Soto. Obaku (cinese: Huaguo) era il nome della montagna su cui Ingen viveva in Cina prima di venire in Giappone. Obaku è anche il nome del Maestro di Rinzai.

(5) Komazawa è un'Università gestita dalla Scuola Soto e fondata con lo scopo di educare i monaci Soto.

(6) Il monastero di Sojiji, fondato da Keizan Zenji, è uno dei due principali monasteri della Scuola Soto. L'altro è Eihei-ji, fondato da Do-



Piante e sezione trasversale di una tipica sala di meditazione di un tempio Zen.

In seguito, quando io stesso divenni monaco Soto e seguace di Dogen Zenji, mi accorsi che la situazione era proprio come i monaci Rinzai di Tenryuji avevano detto.

Sawaki Roshi divenne professore dell'Università Komazawa (5) e anche Godo del monastero Sojiji (6) nel 1936 e iniziò a sostenere ampiamente lo Zen di Dogen. A quel tempo, quasi tutti i Maestri Soto, contemporanei di Sawaki Roshi, andavano nei monasteri Rinzai per praticare (7). Lo *shikantaza* di Dogen Zenji aveva subito nell'ambito della Scuola Soto un declino fino a quel punto.

Perché era successo?

Io penso che il vero *satori* come *dharma* di Buddha sia così profondo che affermare l'esistenza del *satori* è un errore, e allo stesso modo affermare la non esistenza è pure un errore. Le persone erano molto confuse su queste cose fino ad arrivare al punto

di abbandonare quasi completamente la pratica di zazen.

Questa era la situazione in cui si trovava la Scuola Soto a quel tempo. Al contrario i praticanti Rinzai, misero da parte la profondità, issarono la bandiera del *satori* e continuarono a praticare zazen come mezzo per raggiungere l'illuminazione. In effetti, molte persone capaci si misero a diffondere questo insegnamento. Di conseguenza, l'idea di zazen con lo scopo di ottenere il *satori* divenne così popolare che le persone automaticamente associavano zazen e *satori*. Naturalmente questo può andare bene. Ma trovo discutibile chiamare questa pratica di zazen per la ricerca del *satori*, autentica religione.

E' risaputo che lo Zen Rinzai giapponese deriva da quello cinese e che il fondatore di questa Scuola in Cina fu il Maestro Rinzai Gigen (8). Rinzai era un erede nel *dharma* di Nangaku

gen Zenji. Il Godo, in un monastero è colui che si occupa dell'educazione dei monaci.

(7) Un esempio fu Harada Sagaku Roshi, abate di Hosshinji, il quale, benché fosse un monaco Soto, non fu in grado di trovare un buon maestro in quella Scuola e così andò per il suo tirocinio in due monasteri Rinzai. In uno di questi, a Nanzenji, egli colse il segreto più profondo dello Zen, sotto la guida di Dokutan Roshi, un grande Maestro Rinzai.

(8) Rinzai Gigen (cinese: Linji Yixian) (?-867) disse anche: "Non c'è Buddha, non c'è *dharma*, non c'è pratica e non c'è illuminazione. Che cosa stai inseguendo così ardentemente?

Mettendo una testa sopra la tua testa tu ingannavi gli sciocchi? La tua testa sta bene dove si trova. Che cosa ti manca? O seguaci della Via, colui che opera proprio davanti ai vostri occhi, non è diverso dal Buddha e dai Patriarchi.

Ma voi non lo credete, e così vi rivolgete "al di fuori" per cercare. Non ingannatevi. Se vi rivolgete "al di fuori" non c'è *dharma*. Neppure c'è qualcosa da ottenere "dal di dentro".

Piuttosto che attaccarvi alle mie parole è meglio calmarvi e non cercare più niente. Non attaccatevi a quello che è stato (il passato), neppure desiderate quello che non è ancora venuto (il futuro). Questo è meglio di un pellegrinaggio di dieci anni".

Ejo il quale era, come ho già detto, un discepolo del Sesto Patriarca. Nangaku aveva detto che non è corretto affermare che pratica e illuminazione non sono necessarie, ma tuttavia non bisogna contaminare. Ma se noi praticiamo zazen per raggiungere il *satori*, non contaminiamo forse pratica e illuminazione? Secondo la definizione di Dogen Zenji, contaminazione non è sforzarsi di smettere di discriminare, di cercare qualcosa o di fuggire da qualcosa. Assenza di contaminazione è non cercare intenzionalmente di costruire un tale stato di non-discriminazione. Questa è la non-contaminazione che è al di là del discriminare, dello scegliere o del rifiutare. Ma la pratica di zazen allo scopo di ottenere il *satori* non è nient'altro che aspirare all'illuminazione, gettare via le illusioni e cercare di affermare il *satori*. Questa è quindi una pratica basata su scelta e rifiuto.

Le mie argomentazioni si basano sulla definizione di non contaminazione di Dogen Zenji e io non credo di poter applicare questa allo Zen Rinzaï di oggi.

Tuttavia l'attuale Zen Rinzaï non rientra nella mia definizione di religione, che è salvezza e pace per tutte le persone.

Anche se le mie affermazioni sono basate soltanto sulla mia definizione di religione, non posso fare a meno di dire che lo Zen di Scuola Rinzaï, oggi, va in una direzione diversa dallo zazen inteso come religione autentica.

Vi prego di non fraintendere le mie intenzioni. Non sto parlando male della pratica Rinzaï. Sto semplicemente dicendo che procede in una direzione diversa da quella di una religione autentica secondo la mia definizione. Come mai ciò è accaduto?

Quando nel periodo Kamakura, lo Zen fu introdotto in Giappone dalla Cina, fu calorosamente accolto dalla classe guerriera che stava guadagnando sempre più potere. I guerrieri erano costantemente impegnati a combattere e rischiavano la loro vita sul campo di battaglia, quindi scelsero lo Zen come modo migliore per disciplinare il loro spirito in preparazione alla morte.

I Maestri avevano molti discepoli laici tra la classe dei guerrieri e li influenzarono così profondamente che nacque il *bushido* (la Via del guerriero).

Nello stesso tempo i Maestri Zen furono influenzati a loro volta e mo-

dificarono la pratica Zen in una disciplina spirituale per coloro che rischiavano costantemente la vita. Questa disciplina divenne il modo di portare le proprie capacità ad un limite estremo. Lo Zen Rinzaï giapponese creò una cultura Zen unica.

Nei periodi Muromachi e Sengoku (Stati contendenti) essi intrapresero la strada di applicare questa specie di disciplina ad arti e professioni. Arti e professioni svolte o sostenute ancora dai guerrieri, come le arti marziali, la danza No, la cerimonia del tè la calligrafia e la pittura a inchiostro.

Di conseguenza essi affermarono il *satori* come spirito fondamentale e cuore di queste arti.

Anche se lo Zen Rinzaï giapponese ha avuto origine dalla pratica del *koan* dello Zen cinese, il suo grande sviluppo e la sua affermazione sono dovuti a Maestri Zen giapponesi. Dovremmo esserne orgogliosi come di una cultura internazionale creata dai giapponesi.

Lo Zen Rinzaï, con questa caratteristica, è una religione oppure no? Dipende dalla vostra definizione di religione. Per esempio, se definiamo la religione come il mezzo per ottenere la pace spirituale di fronte alla morte, allora lo Zen Rinzaï è una religione perché è un modo per addestrarsi ad abbandonare la vita. Ma se noi crediamo che la via della religione autentica sia di permettere a tutte le persone di vivere in pace e di trovare la salvezza attraverso la compassione infinita o l'amore assoluto, allora lo Zen Rinzaï non può essere ritenuto tale.

Molti laici, oggi, si dedicano alle arti marziali (*budo*), alla cerimonia del tè (*chado*), alla calligrafia (*shodo*), o agli sport. Essi praticano lo Zen Rinzaï pensando che il *satori* o la spiritualità Zen del Giappone (9) sia l'obiettivo finale della loro educazione. Ma anche se molti si addestrano per portare le loro arti al livello più alto, soltanto pochi raggiungono questo obiettivo e sono considerati maestri nel loro campo.

Inoltre, questi monaci che praticano per il *satori* dello Zen Rinzaï, che è al nocciolo di queste varie manifestazioni artistiche, devono sottoporsi ad un tirocinio molto arduo per ricevere l'*Inka* (riconoscimento come Maestro Zen). Evidentemente questo è un obiettivo non raggiungibile da persone comuni. In tal caso questo Zen non può essere considerato una religione autentica, che deve invece

essere come una porta di salvezza aperta a tutti (10).

Come ho detto prima, requisito essenziale della religione, d'ora in poi, dovrebbe essere che ciascuno può salvarsi in qualsiasi momento indipendentemente dal denaro, dalla posizione sociale, dalla forza di carattere e, inoltre, indipendentemente dalle proprie doti, capacità o realizzazioni.

Dal punto di vista religioso, l'unica via che può essere chiamata religione autentica, è quella della compassione incondizionata o dell'amore infinito da cui ogni persona può essere salvata ed ottenere la pace spirituale.

Se invece devono sottoporsi ad un tirocinio ancor più difficile di un esame universitario di alto livello, se devono competere gli uni con gli altri ed alla fine solo pochi possono ottenere la palma del *satori*, allora non tutti gli esseri senzienti possono essere salvati. Io penso che lo Zen Rinzaï, oggi, si discosti per lo meno dal criterio di religione autentica. Ripeto che non alcuna intenzione, per questo, di guardare allo Zen Rinzaï con disprezzo. Voglio chiamarlo Zen Estremo (11), una grande cultura prodotta e sviluppata in Giappone.

Lo Zen Rinzaï è una religione oppure no? In fondo lo Zen Rinzaï non è una religione autentica, aperta a tutte le persone. Tuttavia poiché poche persone elette possono veramente raggiungere la pace spirituale, dovrebbe essere chiamato Religione per Eletti. In altre parole, uno Zen d'Elite.

KOSHO UCHIYAMA ROSHI

Per gentile concessione
dell'Associazione
Stella del Mattino.

Traduzione del testo inglese "Dogen Zen" a cura di Giovanna Colombo e Massimo Beggio.

(9) Questa è una traduzione del termine *nihonteki-reisei* (spiritualità giapponese), usata da D.T. Suzuki.

(10) La parola usata da Uchiyama Roshi è *yumen*, che significa la porta o cancello universale, aperto a tutte le persone per permettere di risvegliarsi alla saggezza del Buddha. *Fumonhon* è il titolo del 25° capitolo del Sutra del Loto in cui è spiegata la salvezza compassionevole del Bodhisattva Kannon (Avalokitesvara).

(11) In inglese: "ultimate Zen".

MUSASHI: CHI ERA COSTUI

Abbiamo più volte su queste pagine parlato di Miyamoto Musashi. Qualche volta ne ho parlato anch'io, eppure pensando a lui continuo a rivolgermi l'eterna domanda di don Abbondio, : "Musashi... chi era costui?"

Abbiamo tentato in passato di presentarlo attraverso la sua storia, abbiamo tentato raccontando alcune delle sue leggende, ma qualcosa continua a sfuggirci. Forse sarà il caso di lasciar parlare lui: chissà che dalla sua viva voce non si riesca a sapere qualcosa di più



FOTO SERVIZIO PAOLO BOTTONI DA "A BOOK OF FIVE RINGS", OVERLOOK PRESS

A sinistra: dipinto su inchiostro opera di Miyamoto Musashi, raffigurante il mitico monaco Hotei intento ad osservare alcuni uccelli.

Sopra: ritratto ottocentesco di Miyamoto Musashi, nella posizione di guardia chiamata Happa Biraki.

DAL LIBRO DEI CINQUE ANELLI:

DALL'INTRODUZIONE:

Ho praticato per molti anni la Via dell'Heiho¹ chiamata Ni Ten Ichi Ryu², ed ora penso di dovere per la prima volta spiegare qualcosa per iscritto. Sono ora i primi dieci giorni del decimo mese del ventiduesimo anno di Kanei. Ho scalato i monti di Iwato ed Higo in Kyushu per rendere omaggio al cielo, pregare la dea Kwannon e riflettere sul Buddha³. Sono un guerriero della provincia di Harima, Shinmen Musashi No Kami Fujiwara No Genshin, ed ho sessanta anni.

...Ebbi il mio primo duello all'età di tredici anni, battendo un maestro della scuola di Shinto, Arima Kahei... e non sono mai stato battuto nel corso di oltre sessanta duelli... All'età di trent'anni guardai nel mio passato. Le mie vittorie non erano dovute alla maestria nell'arte. Era forse abilità naturale, volere divino, o forse l'arte delle altre scuole era inferiore. Da allora studiai dalla mattina alla sera alla ricerca del principio, ed all'età di cinquanta anni arrivai a realizzare la Via della strategia.

Ho vissuto da allora senza seguire una particolare Via. Così, per virtù della strategia, io pratico molte arti e tecniche - tutto senza maestri. Per scrivere questo libro non ho usato la legge del Buddha o gli insegnamenti di Confucio, né le cronache delle antiche guerre né i manuali di arti marziali. Ho frugato nella mia memoria per spiegare il vero spirito della Ichi Ryu, come si rispecchia nella via del cielo e della dea Kwannon. È ora la notte del decimo giorno del decimo mese, ora della tigre⁴.

DAL LIBRO DEL VUOTO:

La Via della Strategia del Ni To Ichi è racchiusa in questo Libro del Vuoto.

Quello che viene definito spirito del vuoto, è quando non c'è nulla. Non è cosa comprensibile agli uomini. Naturalmente il vuoto significa il nulla. Conoscendo ciò che esiste, si può comprendere cosa non esiste.

Questo è il vuoto.

La gente del mondo guarda alle cose in modo errato, e pensa che quello che non capisce sia il vuoto.

Kuniyoshi: Dipinto raffigurante Miyamoto Musashi, dalla serie di stampe intitolata Fedeltà nella vendetta (1848 ca.)

Quello non è il vero vuoto. È solo confusione.

Anche nella Via della strategia, gli aspiranti guerrieri pensano che qualunque cosa non riescano a comprendere sia il vuoto.

Quello non è il vero vuoto...

...Ma guardando le cose obiettivamente, dal punto di vista delle leggi del mondo, possiamo scorgere varie dottrine scaturire dalla vera Via...



Allora cominciamo a pensare alle cose in un senso più vasto, accettando il vuoto come la Via, e comprendendo che la Via il vuoto.

Nel vuoto risiede la virtù, senza malvagità. La saggezza è una cosa tangibile, il principio è una cosa tangibile, la Via è una cosa tangibile, ma lo spirito è immateriale.

Dodicesimo giorno del quinto mese, secondo anno di Shoho
Teruro Magonjo

SHINMEN MUSASHI



A sinistra:
particolare
dipinto di
Kuniyoshi
raffigurante
Miyamoto
Musashi in lotta
coi draghi che
infestavano i
monti di Echizen
(1834 ca.)

Sotto a sinistra:
calligrafia di
Musashi con il motto
"La luna nel freddo
ruscello come uno
specchio", che
rappresenta lo spirito
guerriero (Senki).
A destra Musashi:
ritratto di Daruma

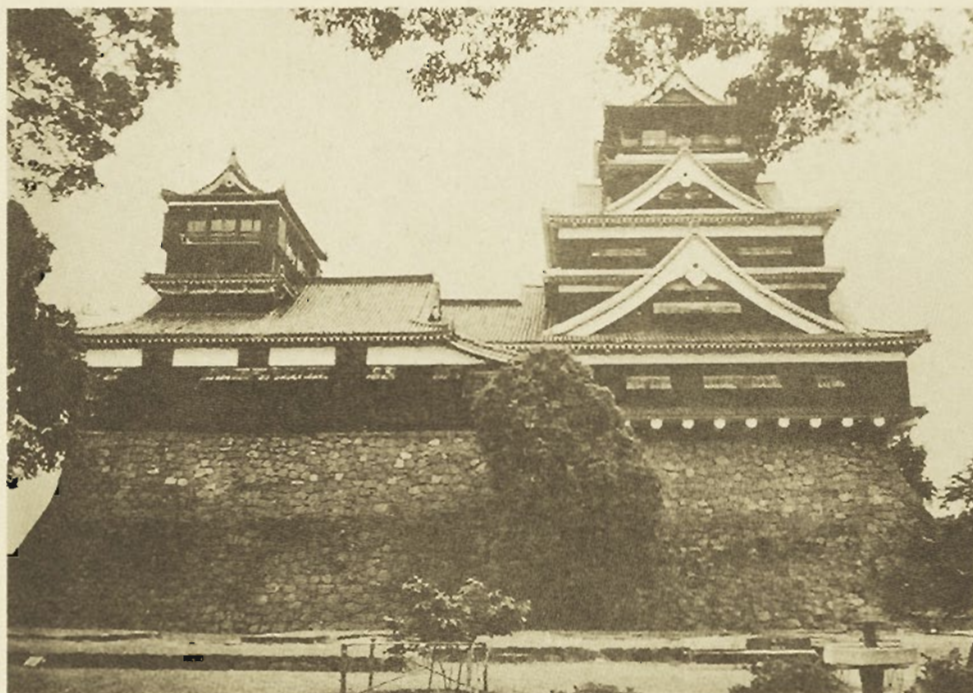


Tra questi due brani, tratti dall'introduzione e dall'epilogo, scorrono due anni di vita e di riflessione del Maestro, racchiusi in non più di una trentina di pagine. Non mi sembrerebbe corretto carpire ancora qualcosa per offrirlo alla curiosità sincera ma forse superficiale dei nostri lettori: chi vuole conoscere di più sul Kensei Musashi 5), credo debba fare lo sforzo di affrontare con rispetto l'edizione integrale del Libro dei Cinque Anelli.

PAOLO BOTTONI

Il castello di Kumamoto, sede degli Hosokawa, al cui servizio Miyamoto Musashi passò gran parte della sua vita

A sinistra: particolare di pannello dipinto da Kuniyoshi: Musashi tra le fiamme del locale da bagno incendiato per sfuggire all'attacco del suo nemico Genzoyemon (1836 ca.)



Sotto: Tsuba opera di Miyamoto Musashi, raffigurante un pesce gallo nella parte superiore ed una zucca in quella inferiore



1) Hei significa guerriero, ed ho, come penso tutti sappiano dalla pratica dell'aikido, esercizio o forma.

2) L'Unica Via dei Due Cieli. Così si chiama anche la scuola di spada di Musashi, che firmò molte delle sue opere con lo pseudonimo di Niten.

3) Sentendo avvicinarsi la morte Musashi, che viveva allora nel castello di Kumamoto al servizio degli Hosokawa, si ritirò in una grotta chiamata Reigendo, dove visse gli ultimi due anni della sua vita. Lì cominciò la stesura del suo Libro dei Cinque Anelli.

La data dell'ultimo capitolo, il Libro del Vuoto, precede di pochi giorni quella della sua morte, avvenuta il 19 maggio del 1645.

4) Le 3 circa della mattina, in una notte dell'ottobre 1643.

5) Letteralmente Santo della Spada: l'appellativo con cui viene frequentemente indicato in Giappone Miyamoto Musashi.

FOTO SERVIZIO PAOLO BOTTONI DA "A BOOK OF FIVE RINGS", OVERLOOK PRESS

LA SCHEDA DI MIYAMOTO MUSASHI:

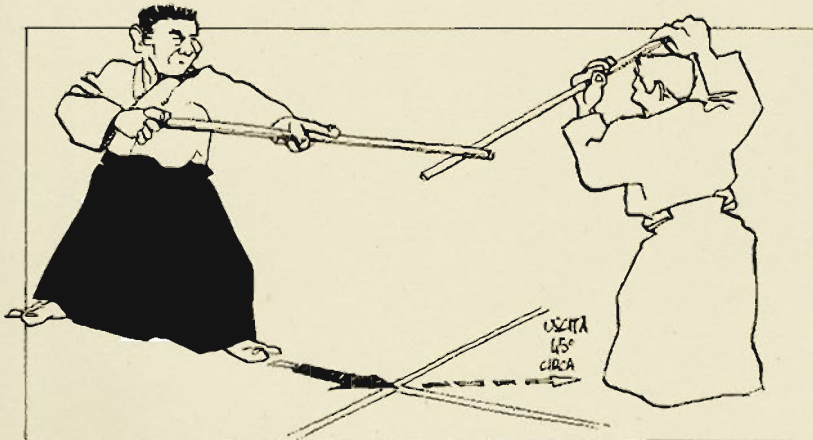
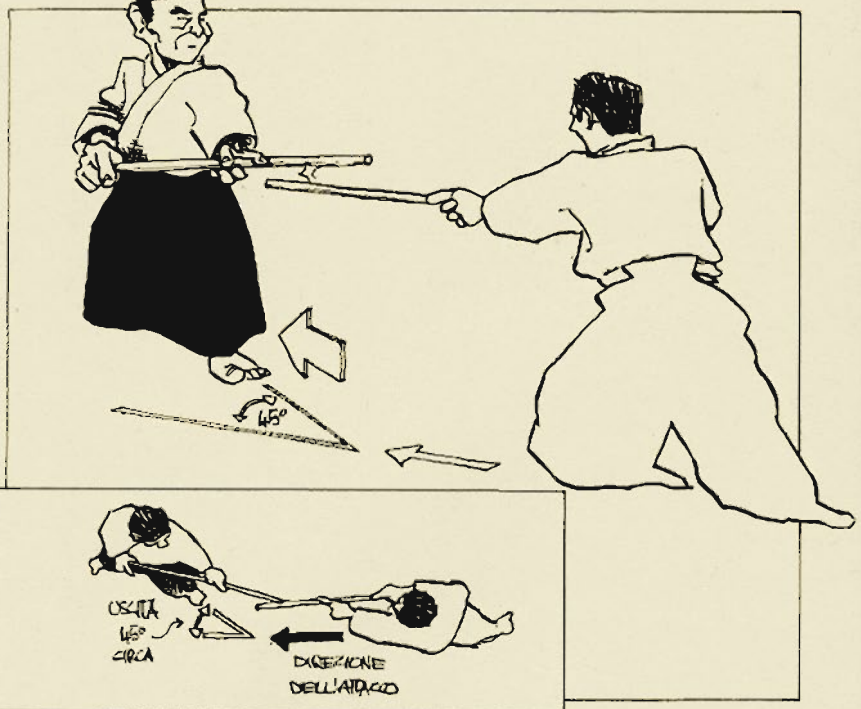
Miyamoto Musashi è forse il più noto ed ammirato dei samurai, e certamente il più conosciuto fuori dal Giappone. Fu uno dei tanti *ronin* travolti dalla sconfitta degli Hideyoshi nella battaglia di Sekigahara, e ridotti dalla *pax Tokugawa* ad una vita randagia e senza padrone (da qui l'appellativo di *ronin*, *uomini onda*). Musashi approfittò della sua condizione di uomo libero da ogni avere e da ogni legame per praticare le arti marziali come unico scopo di vita, e nel suo girovagare per tutto il Giappone affrontò ed uccise in duello, armato sempre del solo *bokken*, sessantatré samurai appartenenti alle più famose scuole di arti marziali. Ebbe come abbiamo visto il primo duello ancora giovanissimo, e l'ultimo che non era ancora trentenne.

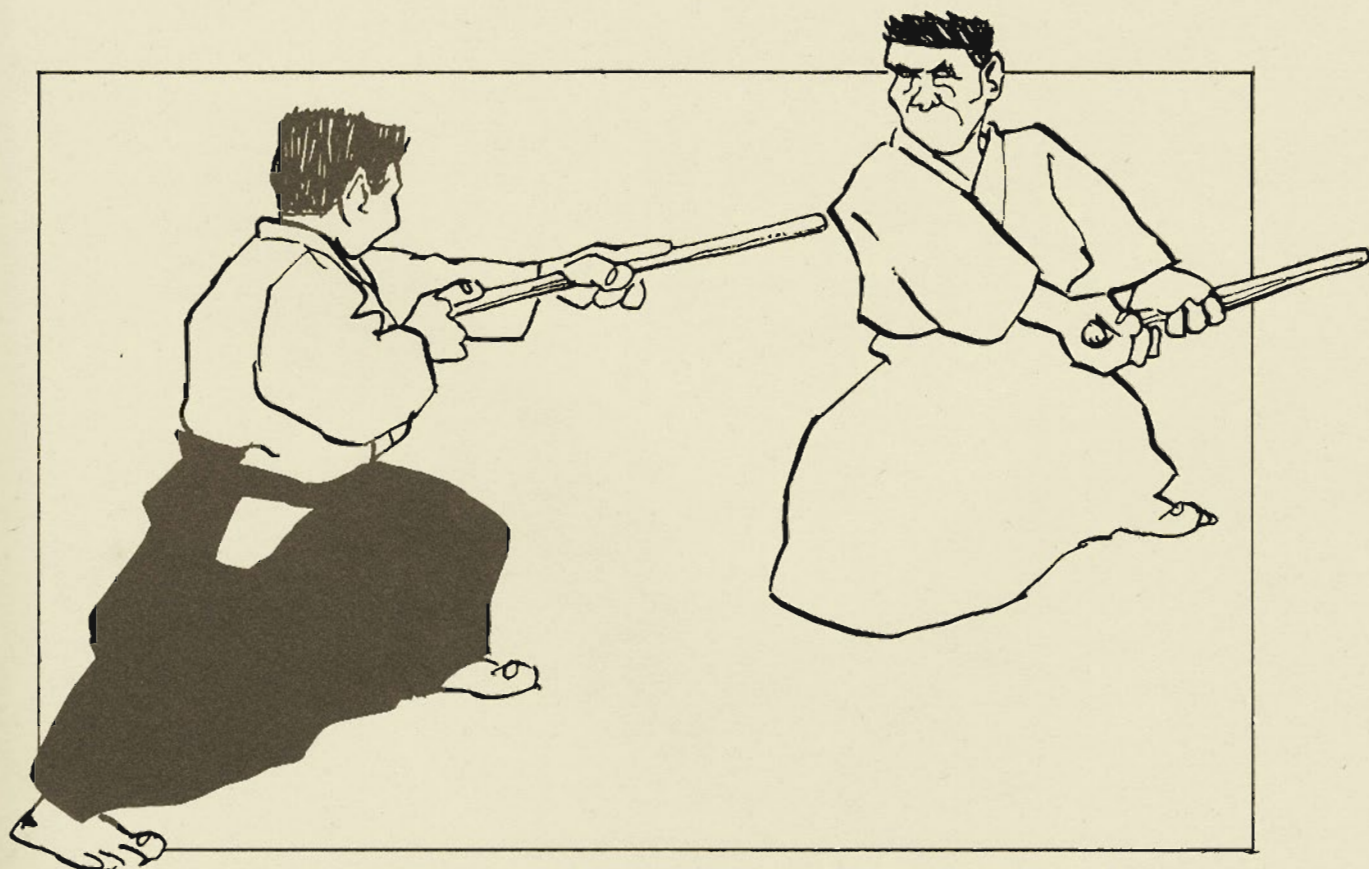
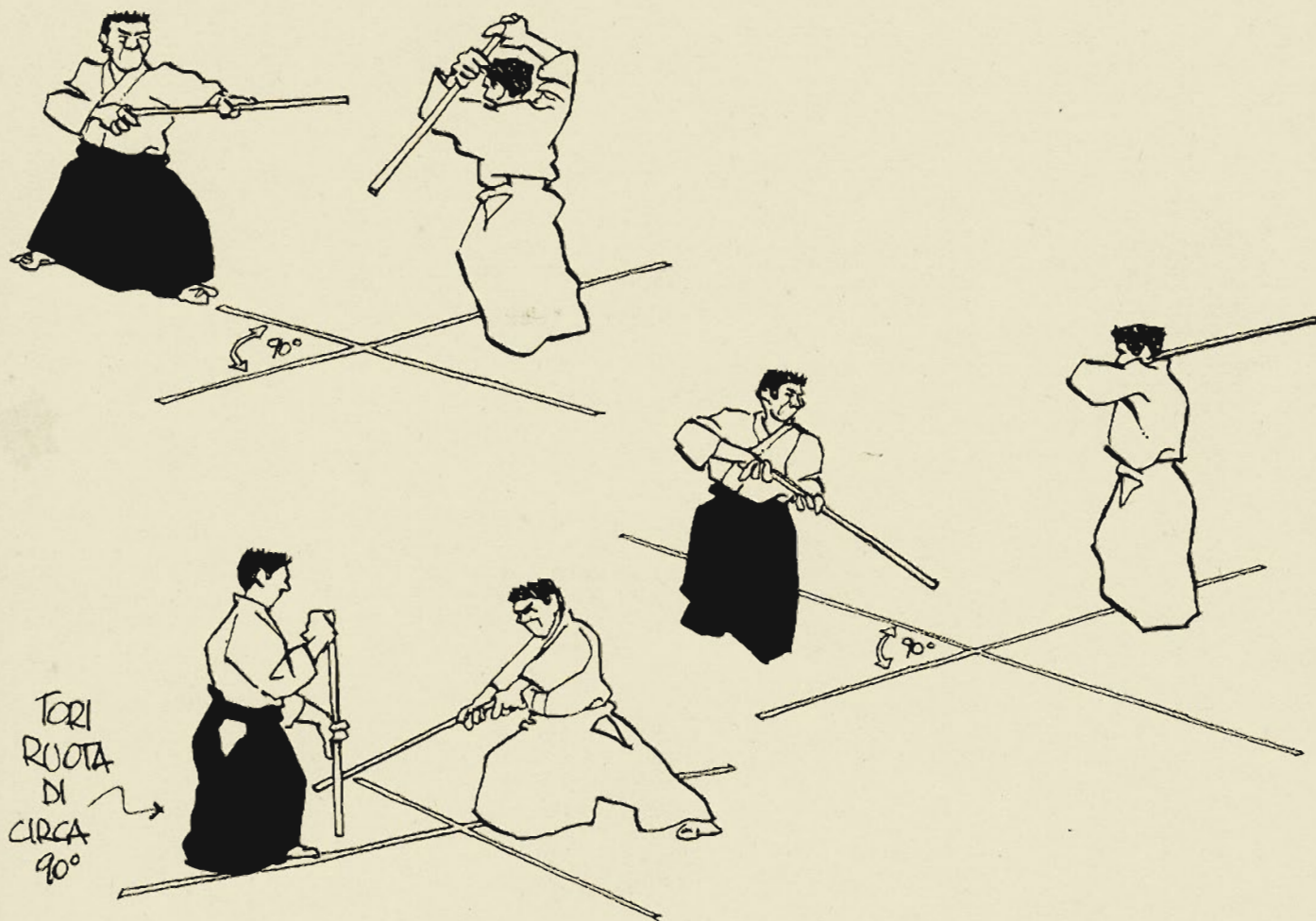
Accettò allora l'incarico di istruttore presso il *daymio* Churi Hosokawa, fondando la sua scuola di spada (ancora viva in Giappone), l'unica basata sull'uso contemporaneo di *katana* e *wakizashi*, ma si dedicò soprattutto ad arricchire la propria cultura e la propria personalità, fino ad allora volutamente trascurate per lasciare il maggiore spazio possibile all'arte marziale. Studiò e praticò intensamente tutte le maggiori arti figurative del suo tempo, e di lui ci rimangono calligrafie, poesie, pitture, sculture.

Dopo circa trenta anni di tranquilla vita di studio, decise di ritirarsi in una grotta in attesa della morte e di vergare per iscritto il suo testamento spirituale: il *Gorin No Sho* (Libro dei Cinque Anelli). L'opera si divide in una introduzione e 5 sezioni (gli *anelli*):

Il Libro della Terra
Il Libro dell'Acqua
Il Libro del Fuoco
Il Libro del Vento
Il Libro del Vuoto

Ne esiste una ottima versione italiana curata dalle Edizioni Mediterranee. Il presente articolo utilizza, anche per le illustrazioni, la versione in inglese edita dalla Overlook Press, Woodstock, New York 1974 (ISBN 0-517-41528-3), curata da Victor Harris.





NESSUN DORMA!

Chiudo i rubinetti della doccia, anche questa sera sono passate due ore di pratica nel dojo, mentre mi asciugo stendo mentalmente la mappa dei nuovi lividi e dei dolori che mi accompagneranno per qualche giorno, finché una nuova sessione di allenamento non ne porterà altri che si sostituiranno a quelli odierni in un ininterrotto passaggio di testimone, credo infatti di non ricordare un giorno in cui non mi facesse male qualcosa...!

Lo spogliatoio è quasi deserto, come al solito sono l'ultimo ad uscire dalle docce (eccezione fatta per il Maestro...), il fatto è che non riesco ad abbandonare il tatami di punto in bianco, c'è sempre qualche tecnica d'esame da provare o qualcuno che intende sperimentare misteriose (e spesso disastrose!) variazioni di movimenti visti durante la lezione; comunque, per motivi che a me rimangono ignoti, gli altri si sono già vestiti ed io indosso ancora l'accappatoio...!

Mi siedo su di una panca, sono ancora frastornato dalla frenetica attività della lezione da poco terminata, la mente è ancora sul tatami...; finalmente anche il Maestro esce dalle docce e la conversazione che nasce sembra che risenta ancora della mancanza di fiato che ho accusato alla fine dell'allenamento.

Sono già passate le 23:00, le nostre operazioni procedono comunque al rallentatore, sembra quasi che la borsa da palestra non riesca più a contenere indumenti, cintura ed un keikogi che pare appesantito da diversi chili di liquidi che, solo alcune ore fa, erano miei! (Ho a questo proposito una inquietante teoria: uno di questi giorni il keikogi peserà più di me, si animerà e prenderà il mio posto nella vita quotidiana...).

Improvvisamente alcune grida perentorie che provengono dal corridoio mi riportano alla realtà: — Vi volete muovere? Abbiamo fameee!! —

Esco intimidito e mi trovo di fronte

al famigerato gruppo di tiratardi che, sotto l'insonne guida del Maestro, mi trascina per pizzerie e ristoranti.

Questa simpatica consuetudine del "andiamo a bere qualcosa?" è diventata per me un fatto d'onore, guai a mancare, sarebbe come andarsene a metà lezione; usciamo dal dojo, formiamo gli equipaggi (guidatunoguidoio, noguidatuchenontrovolechiaviddellamacchina...) e poco dopo siamo all'entrata della pizzeria (sempre quella, convezionata Aikikai), è quasi mezzanotte ed il cameriere quando ci vede simula biecamente uno svenimento: noi però non ci facciamo impressionare e guadagnamo rapidamente un tavolo, si ordina da bere e da mangiare, la fantasia viziata dalla fame si sbizzarrisce nell'inventare pizze dagli improbabili accostamenti e dall'impossibile digestione.

L'arrivo delle birre e delle bibite placa la sete figlia dell'allenamento, dopo il brindisi di rito vi è un attimo di silenzio, poi, incominciano a fiorire gli aneddoti e i ricordi, alcuni vecchi di ore, altri di anni; molti li abbiamo già sentiti raccontare ma non importa, siamo abbastanza bravi come narratori da rinnovarli al punto tale che è come se li ascoltassimo per la prima volta. In aikido gli stages vengono

progettati, vissuti e poi mitizzati ed è attraverso "i racconti della pizzeria" che le esperienze si trasmettono fra noi; di solito nel gruppo vi è qualche principiante il quale rimane irrimediabilmente affascinato dalle narrazioni dei compagni di pratica più anziani, anche se spesso la stanchezza e la birra, oltre ad una memoria creativa (!!) contribuiscono non poco a disorientare questi poveretti!

Mi sono chiesto tante volte che cosa sia che ci spinge a questi raduni conviviali, certo vi è in noi il gusto del raccontare ma non è tutto qui; durante queste conversazioni ci trasmettiamo le emozioni che ognuno di noi prova durante la pratica marziale; il mio modo di vivere l'aikido si mescola con quello del mio vicino: se sul tatami il contatto fra due persone può chiamarsi *katatetori*, qui, seduti attorno al tavolo fra pizze e spaghetti, l'interscambio fra di noi continua con la parola e con gli sguardi, non è intenzionale ma avviene, semplicemente.

Così ci accorgiamo che, in realtà, non abbiamo ancora smesso di praticare anche se non vestiamo più tutti di bianco, l'esperienza aikidoistica si vive a vari livelli ed anche questo è un modo per saldare il cerchio di esperienze e di amicizia che ci unisce.

Il rumore della saracinesca che si abbassa è il segnale che la lezione, per questa sera, è proprio finita; si indugia ancora un po' sulla porta del locale e poi si ritorna alle macchine; salgo e metto in moto: l'orologio sul cruscotto segna le 02:30, oddio!! E domattina come riuscirò a svegliarmi?? Non posso continuare così!!... Beh, magari faccio suonare la sveglia dieci minuti più tardi...

FABRIZIO QUERZOLA

Dedicato a tutti quelli dell'Aikido Kai di Bologna e Ferrara che si sono riconosciuti in questa situazione e che sono irrimediabilmente contaminati dal virus aikidoistico...



STORIA SEMISERIA DI UNA PUBBLICAZIONE

MA L'AIKIDO COS'È?

È già difficile per un profano capire cosa sia e in che cosa consista l'aikido vedendone una dimostrazione o un allenamento per la prima volta, figuriamoci poi spiegarglielo a parole!

Eppure non c'è segreteria di dojo che non si scontri con questa difficoltà ogniqualvolta si presenti qualcuno a chiedere informazioni.

Il rito contempla da un lato una non sempre ben mascherata, ma legittima, noia del povero segretario — o chi per lui — condannato a fornire chiarimenti nella ormai consolidata consapevolezza della loro scarsa utilità, dall'altro un aspirante aikidoka che, magari annuendo con un sorriso imbarazzato, tradisce dallo sguardo un bel: "Sì, sì, va bene, ma in fin dei conti cos'è questo aikido, cos'ha di diverso dal judo o dal karate?".

La soluzione viene di solito trovata mandando l'aspirante a vedersi una lezione e poi si riprenderà il discorso. Qualcosa, ad ogni buon conto, bi-

sogna pur chiarirgliela, qualche risposta insomma va data, come buona creanza insegna.

Ecco, per questi motivi, per dare un piccolo contributo se non proprio alla diffusione dell'aikido, almeno alla sua spiegazione, avevamo già da tempo pensato che magari un opuscolo, qualche paginetta alla buona e senza presunzione di completezza e impeccabilità avrebbe potuto concorrere a soddisfare le domande più ricorrenti nei principianti e a contenere fastidiose sindromi da coazione a ripetere nei segretari.

La difficoltà stava nel fatto che le idee, siano esse misere o brillanti, per trasformarsi in carta stampata necessitano sempre di quattrini e così tutto è rimasto posteggiato al "buoni propositi parking" fino alla fine di giugno quando un bel giorno — si fa per dire — il Maestro chiama. E quando il Maestro chiama: signori si corre! (La parentesi abbisogna: 1° — il Maestro chiama a rapporto di preferenza quando sei nello spogliatoio in mutande, sei sceso dal tatami fradicio di sudore o, se telefona, ti becca nella fase più smoccolante di qualche riparazione domestica che rinviavi da mesi; 2° — dal *hara* del chiamato monta una piedigrottesca esplosione di inquietanti interrogativi accompagnati da quel che da piccoli ci hanno insegnato essere il nome di dio nominato invano; 3° — è certo come l'esistenza di Tangentopoli che la chiamata si tradurrà in qualche ora — nel migliore dei casi — o in qualche pomeriggio volontariamente dedicati a qualche nuova corvée sotto il sacro simbolo dell'Aikikai).

Nella fattispecie la lieta novella consisteva nell'inaspettato arrivo di 5.000.000 di lire italiane antesvalutazione promozionalmente elargiteci grazie ai buoni uffici del dottor Cicolella, dirigente della Policolor - Akai che già era figurata tra gli sponsor della megamanifestazione al Palalido.

Poiché una forchettatina di serietà non guasta, va detto senza piaggeria che il quattrino in questione non era stato rimesso all'Aikikai d'Italia, ma personalmente e senza vincoli di sorta al Maestro Fujimoto Yoji il quale, fatto salvo l'impegno, diciamo morale, nei confronti dello sponsor, avrebbe benissimo potuto investirlo — perché no? — a totale ed esclusivo beneficio del suo dojo o, secondo un costume italiota di questi tempi ben manifesto, insaccocciarselo in attesa di future occasioni promozionali.

E invece no! Il Maestro che — absit iniuria verbis — sulla faccenda dello sviluppo dell'aikido è proprio un po' fissato (e se fossi in confidenza la cosa la definirei una monomania, ma non posso), ecco, dicevo, che con quella sua espressione coinvolgente di quando ti sta per incastrare, tira fuori la nostra vecchia pensata dell'opuscolo per i principianti. L'idea l'avevamo avuta, la lira quasi pesante



AIKIKAI D'ITALIA



FRANCESCO DESI ©



adesso c'era, signori ufficiali, per lui era fatta! Picchiò una biro in mano al disgraziato di turno e lo fece sedere davanti a un bel foglio bianco con la quasi pretesa, li sui due piedi, non di una scaletta degli argomenti, no, bensì di un minuziosissimo elenco di tutto ciò che avrebbe dovuto essere affrontato e spiegato nell'opuscolo.

Delle richieste avanzate mancava soltanto una particolareggiata cronaca della carica di Isbusenskij, alcune annotazioni sui codici miniati di non ricordo quale abbazia benedettina, la ricetta delle cozze alla rovigotta, e il ventaglio dello scibile umano sarebbe stato quasi completo. Il tutto tra un via vai di *keikogi* vocianti. A quel punto non restava che tornarsene a casa, consultare i sacri testi e, ordinate le troppe e confuse idee, cominciare a scrivere. Chicca finale: a disposizione c'erano solo cinque giorni di tempo di cui tre vennero spesi per stendere il testo e due per trasformarlo e ritrasformarlo difendendolo, di volta in volta, da ulteriori richieste, aggiunte, omissis e chi più ne ha più ne metta, che sembravano sgorgare dalla mente del Maestro con la velocità e l'intensità del vapore prodotto da un soffione boracifero islandese.

Come nostra signora dei miracoli

volle, si addivenne comunque a una bozza definitivamente concordata e, a quel punto, stando ai prezzi di mercato, con i nostri cinque milioni avremmo potuto tirare poco più di quattromila copie, testo corredato da qualche fotografia in bianco e nero, ma l'intervento della lampada di Aladino-Acciarri (anche lui rafficato da inesauribili e incontenibili richieste da parte del Maestro) ha finito per spuntarne ottomila e ottocento (!) con quattro pagine di copertina a colori più sette fotografie e tre disegni del nostro Dessi in bicromia. Niente male, eh?

Per inciso è grazie a Franco Acciarri, oltre al volontariato della redazione, che la rivista continua a uscire con un bel risparmio di soldini e a costi che più che stracciati hanno dell'incredibile.

Morale: a dispetto degli impegni di ciascuno di noi, della pausa delle vacanze estive e dei tempi tecnici necessari, domenica 14 settembre le prime mille copie venivano distribuite ai responsabili di dojo intervenuti allo stage milanese per yudansha, e venerdì 18 altre quattromila arrivavano a Roma affinché il dojo centrale potesse prontamente procedere alla loro distribuzione tra i dojo dell'Italia meri-

dionale. Dal punto di vista del contenuto quel che siamo, bene o male, riusciti a fare non è niente di particolare e sarà sicuramente migliorabile con i suggerimenti, i consigli e le critiche di chi vorrà aiutare non noi ma l'Aikikai nel rendere più adatto alla bisogna quello che, nelle nostre intenzioni, voleva principalmente essere un aiuto a tutti quei dojo che operano in condizioni e situazioni ben più difficoltose delle nostre.

Vi abbiamo raccontato un po' burlescamente la nascita e il "miracolo economico" di questa pubblicazione non per apparire come i primi della classe — figuriamoci! — né per farci dire che siamo stati bravi — questo ce lo diciamo già da soli* — ma semplicemente perché convinti che il socializzare le esperienze possa servire a tutti noi. Abbiamo saputo che con i proventi dei ritocchi apportati alla tassa d'esame dei kyu più alti si finanzieranno un videotape, locandine e pieghevoli aventi le stesse finalità che ci eravamo proposti con il nostro opuscolo. Ne siamo contenti, anche perché ci piace pensare che in questi futuri prodotti promozionali l'Aikikai d'Italia colmerà le inevitabili lacune, le inesattezze e gli errori di cui, al di là dei nostri sforzi, pecca il nostro lavoretto.

Comunque, inter nos, un po' di soddisfazione ce la concederete ugualmente, no?

BORGIO

* L'inciso va letto con spirito umoristico [nda]



UN'ESPERIENZA AMERICANA

AIKIDO A SUON DI... VIOLINI



Rigore, iaido e zazen al Berkeley Aikikai del Maestro Shibata

"Un museo di S. Francisco mi ha richiesto un lavoro, dovrò trasferirmi là per due mesi. Vuoi venire a trovarmi?" ha buttato lì Morgan O'Hara negli spogliatoi del dojo di Milano. Ed io, senza pensarci due volte: "Certo, perché no?".

Così è cominciata l'avventura.

Facendo buon uso del mio libretto universitario, e di quello degli assegni, ho ottenuto un biglietto aereo a tariffa ridottissima ed il 17 giugno, incurante delle superstizioni e forte del fatto che fosse mercoledì, son partita con grandi aspettative. Non ultima quella di poter praticare aikido nel dojo del Maestro Shibata, il Berkeley Ai-

kikai. Una metà del mio bagaglio era occupata dal necessario per la palestra, l'altra da libri di scuola, nel caso mi fossi annoiata... Naturalmente i libri si sono rivelati inutili, mentre il keikogi essenziale, perché la mia progettata vacanza turistica si è trasformata in una aikidoistica. Ma come potere resistere alla tentazione, abitando anche a pochi minuti dal dojo?

Il Berkeley Aikikai è molto spazioso (american size!) e curatissimo. Il Maestro tiene molto all'ordine. Una volta l'ho visto arrabbiarsi seriamente con l'addetto alle pulizie perché aveva trovato un pezzettino di filo sul tatami! Anche la disciplina è ferrea: non si accede agli spogliatoi con le scarpe, non si parla mai a voce alta, non si fa la doccia se la lezione successiva è già cominciata, si assiste alle lezioni solo in seiza.

L'inizio della lezione è segnalato da un gong, tutti schierati in assoluto silenzio si aspetta l'entrata del Maestro, che a volte si fa attendere anche dieci minuti. Lo stesso a fine lezione: nessuno si muove finché il Maestro non è scomparso nel suo stanzino e una delle sue sinfonie preferite si leva.

Lui adora la musica classica e a volte non disdegna il fare lezione a suon di... violini.

Ci sono lezioni mattutine, pomeridiane, serali; aperte a tutti, per principianti, per kyu avanzati. Cambiano il grado di difficoltà delle tecniche e il ritmo di allenamento. Il Maestro è molto chiaro nelle sue spiegazioni e dà indicazioni precise sia su come impostare il movimento che su come indirizzare l'energia del tanden in modo da essere bilanciati ed efficaci allo stesso tempo.



Di differenze tecniche ce ne sono parecchie, ma non sono sostanziali. Personalmente ho incontrato le maggiori difficoltà nel fare la parte di uke, nel trovare cioè il giusto mezzo tra l'opporre la massima resistenza ed il subire la tecnica senza mettere in pericolo le articolazioni.

Ho scoperto, quasi con maliziosa soddisfazione, che l'aria di totale serietà e concentrazione che si respira all'interno del dojo si dilegua davanti al rituale boccale di birra di fine allenamento. Gli aikidoka si sono dimostrati da subito molto amichevoli e curiosi di sapere come si fa aikido dall'altra parte dell'Oceano.

C'è molto affiatamento tra loro e tutti si dichiarano determinati ad andare a fondo nella conoscenza dell'aikido. Per questo molti hanno aderito al "Kenshusei Program", attuato dal Maestro Shibata a Berkeley e dal Mae-

stro Chiba a San Diego.

Purtroppo non conosco tutte le caratteristiche di questo programma. So che dura cinque anni e che tra i doveri del *kenshusei* figurano: il partecipare ad un minimo di 15 ore di allenamento settimanali, occuparsi dei principianti e della pulizia della palestra, prendere parte alle lezioni e riunioni speciali e soprattutto, in parole povere, prendere un sacco di botte!

Infatti, solo i *kenshusei* possono venir chiamati a fare da uke al Maestro, e meno male, perché ogni errore viene "corretto" con sonori atemi. Il Maestro, poi, si diletta anche a provare la loro resistenza al dolore con leve e chiusure micidiali. In cambio hanno col Maestro un rapporto molto più stretto ed egli li guida come un padre nell'apprendimento dell'arte.

Parte integrante dello studio dell'aikido sono ritenute dal Maestro Shi-

BERKELEY AIKIDOKAI
1812 SAN PABLO AVE
415.545.1518

SHIBATA
CHIEF INSTRUCTOR

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
7:00-7:30 AM Beginner	7:00-7:30 AM Beginner	7:00-7:30 AM Beginner	7:00-7:30 AM Beginner	7:00-7:30 AM Beginner	7:00-7:30 AM Beginner
8:00-8:30 AM Beginner	8:00-8:30 AM Beginner	8:00-8:30 AM Beginner	8:00-8:30 AM Beginner	8:00-8:30 AM Beginner	8:00-8:30 AM Beginner
9:00-9:30 AM Beginner	9:00-9:30 AM Beginner	9:00-9:30 AM Beginner	9:00-9:30 AM Beginner	9:00-9:30 AM Beginner	9:00-9:30 AM Beginner
10:00-10:30 AM Beginner	10:00-10:30 AM Beginner	10:00-10:30 AM Beginner	10:00-10:30 AM Beginner	10:00-10:30 AM Beginner	10:00-10:30 AM Beginner
11:00-11:30 AM Beginner	11:00-11:30 AM Beginner	11:00-11:30 AM Beginner	11:00-11:30 AM Beginner	11:00-11:30 AM Beginner	11:00-11:30 AM Beginner
12:00-12:30 PM Beginner	12:00-12:30 PM Beginner	12:00-12:30 PM Beginner	12:00-12:30 PM Beginner	12:00-12:30 PM Beginner	12:00-12:30 PM Beginner
1:00-1:30 PM Beginner	1:00-1:30 PM Beginner	1:00-1:30 PM Beginner	1:00-1:30 PM Beginner	1:00-1:30 PM Beginner	1:00-1:30 PM Beginner
2:00-2:30 PM Beginner	2:00-2:30 PM Beginner	2:00-2:30 PM Beginner	2:00-2:30 PM Beginner	2:00-2:30 PM Beginner	2:00-2:30 PM Beginner
3:00-3:30 PM Beginner	3:00-3:30 PM Beginner	3:00-3:30 PM Beginner	3:00-3:30 PM Beginner	3:00-3:30 PM Beginner	3:00-3:30 PM Beginner
4:00-4:30 PM Beginner	4:00-4:30 PM Beginner	4:00-4:30 PM Beginner	4:00-4:30 PM Beginner	4:00-4:30 PM Beginner	4:00-4:30 PM Beginner
5:00-5:30 PM Beginner	5:00-5:30 PM Beginner	5:00-5:30 PM Beginner	5:00-5:30 PM Beginner	5:00-5:30 PM Beginner	5:00-5:30 PM Beginner
6:00-6:30 PM Beginner	6:00-6:30 PM Beginner	6:00-6:30 PM Beginner	6:00-6:30 PM Beginner	6:00-6:30 PM Beginner	6:00-6:30 PM Beginner
7:00-7:30 PM Beginner	7:00-7:30 PM Beginner	7:00-7:30 PM Beginner	7:00-7:30 PM Beginner	7:00-7:30 PM Beginner	7:00-7:30 PM Beginner
8:00-8:30 PM Beginner	8:00-8:30 PM Beginner	8:00-8:30 PM Beginner	8:00-8:30 PM Beginner	8:00-8:30 PM Beginner	8:00-8:30 PM Beginner
9:00-9:30 PM Beginner	9:00-9:30 PM Beginner	9:00-9:30 PM Beginner	9:00-9:30 PM Beginner	9:00-9:30 PM Beginner	9:00-9:30 PM Beginner
10:00-10:30 PM Beginner	10:00-10:30 PM Beginner	10:00-10:30 PM Beginner	10:00-10:30 PM Beginner	10:00-10:30 PM Beginner	10:00-10:30 PM Beginner
11:00-11:30 PM Beginner	11:00-11:30 PM Beginner	11:00-11:30 PM Beginner	11:00-11:30 PM Beginner	11:00-11:30 PM Beginner	11:00-11:30 PM Beginner
12:00-12:30 AM Beginner	12:00-12:30 AM Beginner	12:00-12:30 AM Beginner	12:00-12:30 AM Beginner	12:00-12:30 AM Beginner	12:00-12:30 AM Beginner

(1) Kenshusei and members permitted by Chief Instructor only.
(2) Permission of Chief Instructor required for attendance.
(3) 3rd kyu & above (except Kenshusei and Teachers).
Other classes are open.

Dojo Closed all Local Holidays

bata discipline come lo iaido e lo za-zen, cui dedica alcune ore settimanali. Non mancano le lezioni di jo e boken, praticate con guantoni imbottiti per proteggere almeno le nocche.

Purtroppo non sempre sono sufficienti...

Ligio poi alle tradizioni del paese di adozione, il Maestro Shibata organizza partite domenicali di baseball, soprattutto in vista della sfida estiva Berkeley - San Diego, che ancora non ha vinto una volta. Il Maestro va molto fiero della sua abilità di lanciatore, così quando mi sono lasciata scappare che in campo sono "un po' buffi" (senza sbilanciarmi neanche troppo) lui ha domandato tra il risentito e il minaccioso: "Quando vieni in palestra la prossima volta?"

Non so se a salvarmi l'osso del collo sia stata l'azione diplomatica di qualcuno o la bottiglia di Cabernet che gli ho regalato prima di rimettere piede sul tatami.

FEDERICA DI MARINO



FOTO PIA BENCI

DALLE TRE CARAVELLE ALLA YOTEI MARU

IO VADO A GENOVA

Cinquecento anni fa un genovese, Cristoforo Colombo, dopo un viaggio che allora sembrava impensabile, scoprì l'America.

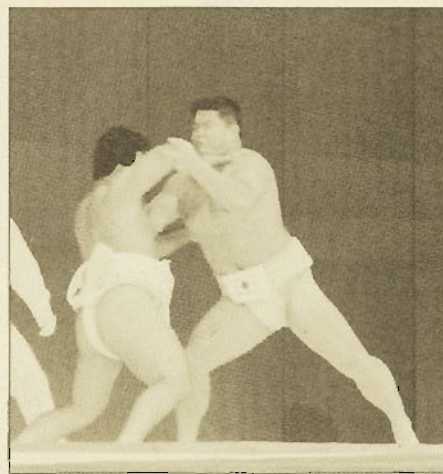
Oggi Genova vuole celebrare il coraggio e la tenacia del suo figlio più illustre mettendosi in ghingheri ed ospitando nelle strutture, riadattate e tirate a lucido, del suo antico porto, un'esposizione internazionale del mare, nella quale fa bella mostra di sé un padiglione allestito dal Giappone, diviso in due parti, una a terra, al secondo piano di quelli che furono i magazzini del cotone, oggi dotati di saloni stratosferici e persino di scale mobili, e l'altra a bordo di una nave fantascientifica, la Yotei Maru.

Non vi descriverò l'Expo in generale ma è interessante, almeno per i lettori di Aikido, che vi parli della sezione giapponese che, a parte le personali propensioni, si è dimostrata in assoluto la più vitale ed attiva, a prescindere della tecnologia di cui fa sfoggio con proiezioni oleografiche ed altro, a prescindere anche dalla tradizione che è ricca e vivissima persino nel negozio della Yotei, dove è possibile acquistare dagli *iai-to* di buona fattura alle magliette stampate, dagli *yukata* ai fazzoletti con stampe di Hiroshige, dalle immancabili bambole alle armature in miniatura, complete in

FOTO S. PETRUZZI



FOTO GIOVANNI GRANONE



ogni dettaglio, maschera di ferro compresa. Insomma, un'immagine del Giappone, per quanto possibile completa, almeno nell'affascinante contrasto di modernità e tradizione.

Nei giorni 14, 15 e 16 luglio, inoltre, si sono svolte numerose manifestazioni di elevato valore artistico, nell'ambito della "Giornata nazionale del Giappone".

Mi sono perso il concerto della cantante lirica Michie Nakamaru ma, per il resto, ho visto tutto in più o meno sei ore consecutive di spettacolo e di indescrivibile calca, fra il salone delle manifestazioni della Yotei Maru ed il Centro congressi dell'area espositiva.



FOTO GIOVANNI GRANONE



L'UNIVERSO DELLA DANZA DELLE MARIONETTE DI HIROSHI HORI

Hiroshi Hori fabbrica personalmente i burattini che poi manovra sul palcoscenico.

Tali burattini sono costruiti a grandezza naturale, e nelle opere teatrali recitano come veri attori su un palcoscenico i cui allestimenti teatrali sono quelli di un normale teatro.

Prodotti per essere esibiti in pubblico, tutti i materiali utilizzati per i loro vestiti, così come tutti gli ornamenti, sono autentici: seta filata a mano, antiche stoffe, spille da capelli, gioielli. Nel caso che necessitino di nuovi costumi, è lui stesso a disegnarli e a scegliere le delicate tonalità di colore per le stoffe, che manda poi a far tingere a Kyoto. In tal modo, riesce a produrre opere di raffinata accuratezza.

Gli occhi e la bocca delle marionette non si muovono. Nelle loro espressioni c'è qualcosa che le accomuna alle maschere del teatro No. Quando vengono manovrati da Hori, prendono vita come rianimati e riescono così a comunicare al pubblico anche quei sentimenti estremamente delicati che non possono trovare espressione nelle parole e nelle battute.

Dirò a questo punto che ciò che mi ha più profondamente colpito per la poesia delle immagini e la drammaticità delle storie rappresentate, è stato il Bunraku (teatro dei burattini) di Hiroshi Hori, che ha presentato tre bellissime storie piene di pathos.

Un altro elemento di alta spettacolarità è stato offerto dai percussionisti dell'Osuwa-daiko, accompagnati dal flauto di canna e dal *shakuhachi*, nonché dal suono inquietante delle buccine.

Forse questo è stato lo spettacolo più coinvolgente ed anche un profano insensibile, come lo scrivente, si è trovato ad ascoltare il rullare di quegli enormi tamburi, come se provenisse dalle profondità di sé stesso.

È seguita una lunga manifestazione degli atleti del Kendo ed una ancora più lunga di quelli del Karate. In entrambe queste discipline erano presenti anche atleti italiani che bene



FOTO S. PETRUZZI

hanno saputo figurare.

Da ultimo, *dulcis in fundo*, il Sumo. Qui, dopo una esilarante dimostrazione di ciò che non si deve fare in gara, da parte di due giganti (130 Kg) che hanno mandato in visibilio il pubblico con finti e scorrettissimi combattimenti, c'è stato un vero torneo con eliminatorie, semifinali e finale che i presenti hanno apprezzato veramente, sottolineando con scroscianti applausi le belle tecniche esibite dai sumotori.

Entrato all'Expo alle 13 circa, ne sono uscito alle 20! Peccato. Avrei voluto restare ancora ma lo spettacolo era finito.

GIOVANNI GRANONE

Box informativi tratti da materiale illustrativo dell'esposizione nella Giornata Nazionale del Giappone

FOTO S. PETRUZZI

FONDAZIONE PER LA PROMOZIONE DELLE MUSICHE POPOLARI GIAPPONESI

Noi della Fondazione per la Promozione delle Musiche popolari giapponesi svolgiamo un'attività mirante alla conservazione e alla diffusione della musica tradizionale del nostro Paese. Un esempio di tale musica ci è offerto dall'Osuwadaiko (il tamburo giapponese di Suwa), arte popolare nata a Suwa, proprio al centro del Giappone.

Sin dai tempi più remoti i tamburi hanno espresso i sentimenti degli uomini: la gioia, la tristezza, la speranza. Si dice che i tamburi siano stati fra i primi strumenti usati dagli esseri umani, e quindi all'origine della musica.

In Giappone il suono di tali tamburi mise radici nella vita popolare mantenendo nel tempo un rapporto profondo con i sentimenti della gente, e si continuano a suonare ancor oggi in quanto strumenti particolarmente adatti ad esprimere "l'anima e la vitalità".

Fra essi l'Osuwadaiko, che ha ereditato lo stile della musica di tamburi tramandata dai tempi antichi presso il Suwataisha (il grande tempio shintoista di Suwa), consistente in un'esecuzione simultanea da parte di vari tamburi, per natura di ritmo, in una formazione ad orchestra. Tale formazione, composta di soli strumenti a percussione ad eccezione del flauto e della conchiglia horagai, è unica nel suo genere. Le esecuzioni di tale orchestra sono veramente spettacolari. Essa è composta da diciotto tipi diversi di strumenti a percussione: due tamburi grandi e due piccoli con la funzione di strumenti principali, e poi gli altri: il gong, lo hyoshigi, ecc...

FOTO S. PETRUZZI



GIAPPONE MEDIEVALE

PENSIERO E SENTIMENTO RIFLESSI NELL'ARTE

(1) *Segue dal numero precedente*

Il trapasso dalla società aristocratica alla perenne guerra del Samurai (che aveva impersonato il governo popolare in provincia) era stato assai brusco.

Poco dopo la conclusione di questo grave sconvolgimento nazionale e l'insediamento del nuovo sistema politico, il Giappone dovette far fronte a un grave pericolo che non aveva mai conosciuto fino allora: l'invasione mongolica. Gengis Kan (che aveva creato nel 1216 il suo dominio nelle steppe dell'Asia centrale) conquistò molto rapidamente tutto il mondo orientale e Kubilai Kan, imperatore mongolo della Cina, attaccò due volte (con una grande flotta di circa centomila soldati, negli anni 1274 e 1281) Kyushu, nel Giappone meridionale. Fortunatamente il Giappone superò questa crisi e riuscì ad essere l'unico stato asiatico non colonizzato dall'imperatore mongolo.

Ciò nonostante, questa grave crisi nazionale ha lasciato profonde tracce psicologiche nei giapponesi di quel tempo: esasperazione del nazionalismo, come non si era mai visto, accanto ad un abito mentale rigorosamente realista. Le numerose opere plastiche, grandiose semplici e realistiche dell'epoca Kamakura sono nate in questo ambito sociale. L'eleganza e la raffinatezza della cultura dell'epoca Heian furono sostituite dalla forza e dal realismo.

Scultori come Unkei, Koben ed altri, hanno creato la statua di Kongorikishi (nel tempio Todaiji) dinamicamente e virilmente espressiva, la statua di Muchaku-Bosatsu (Kofuji) di straordinario realismo naturalistico e molte altre eccelse opere.

Lo stesso è a dirsi della pittura: il ben noto ritratto di Yoritomo (dipinto da Takanobu con poche incisive pennellate, nel tempio Jingoji) rappresenta con eloquenza le correnti pitto-

riche del tempo. In esse confluiscono da una parte il rinascimento dell'arte Nara e dall'altra l'influsso della «nouvelle vague» che irrompe irresistibilmente.

Molti intellettuali, artisti e religiosi, specialmente buddhisti Zen fra cui Magaku-Sogen, si rifugiarono (portando con sé libri, opere di arte, strumenti di lavoro) in questo stato isolano provenienti dal continente invaso dalla nordica razza barbarica.

Un po' prima i religiosi e i filosofi che avevano studiato il nuovo buddhismo Zen in Cina, quali Eisai (1140-1215) e Dogen, tornarono in patria e cominciarono a diffondere le nuove correnti di pensiero e le nuove forme d'arte in Giappone.

Fra le principali espressioni di pensiero dobbiamo sottolineare la grandissima importanza dello Zen in rapporto all'arte nell'epoca Kamakura e nella successiva epoca Muromachi. L'influsso dello Zen è stato ampio e profondo: abbraccia le più svariate espressioni artistiche (pittura, scultura, architettura, letteratura, teatro, giardinaggio, ecc.) e ogni aspetto della vita nel suo complesso.

Lo Zen ha sinteticamente impersonato la spiritualità buddhista che ha precise esigenze pratiche; tale caratteristica pratica e realistica dello Zen è messa in evidenza nella nuova architettura, nella scultura e nella pittura. Per esempio, fino alla diffusione dello Zen il centro di un tempio era stato la torre in cui era custodita la reliquia e l'edificio Kondo — tempio aureo — dove si trovava la statua di Buddha; lo stile architettonico dei nuovi templi è molto diverso; in primo luogo la torre è scomparsa insieme alla reliquia e peraltro acquistò maggior valore la porta principale (Sanmon) che immette solennemente nel sacro recinto.

Possiamo rendercene conto mettendo a confronto le grandiose e sobrie porte dei templi Kencho-ji e Enkaku-

ji con le porte tipiche delle precedenti epoche Nara e Heian, in secondo luogo l'edificio più importante di tutti non è più Kondo ma Hoto, dove i bonzi praticano lo Zen.

Si può osservare che la testimonianza della fede non è resa dalla presenza di una statua di Buddha ma dall'approfondirne lo spirito; la stessa interpretazione si deve dare della scomparsa della torre.

Allorché questa istanza puritana raggiunge il culmine, lo Zen assume perfino caratteri iconoclasti.

Dal punto di vista artistico questa nuova architettura buddhista mostra alcuni interessanti aspetti caratteristici, si fa riferimento ad una semplice struttura architettonica, detta Hojo e al giardino che si sviluppa integrandosi ad essa. Per Hojo s'intende il limitato spazio destinato alla vita intima del bonzo, mentre il giardino simboleggia la natura circostante.

L'Hojo rendendosi indipendente dal tempio si è trasformato nel Chashitsu (il padiglione del tè) e quello che era stato un giardino vincolato inizialmente al Hojo seguì parallelamente uno sviluppo proprio.

Abbiamo già detto che il buddhismo Zen attribuiva tale importanza alla pratica religiosa da far diventare la vita quotidiana una rigorosa osservanza dello Zen, osservanza detta Shingui e divenuta talmente popolare da essere la norma informatrice di tutta la vita giapponese.

Nella scultura — lo abbiamo già detto — un maggior verismo ed un'espressivo dinamismo predominarono sull'armonia e sull'eleganza classiche: in questo senso non appare assurdo parlare di barocco giapponese riferito all'arte in quest'epoca. In luogo delle delicate statue di Buddha e di Bosatsu in meditazione tipiche della precedente epoca Kamakura, temi prediletti della nuova scultura sono stati il Nio che si brucia adirato per l'ingiustizia e la debolezza umane op-



pure i mali recanti tracce commoventi della postrema tristezza: in breve un realismo fortemente espressionista.

Anche per la pittura vale lo stesso discorso; nelle epoche Kamakura e Muromachi furono dipinti eccellenti ritratti, raffiguranti l'umanità senza idealizzarla, pur accentuandone l'ascetismo. La diffusione delle autentiche pitture paesistiche e di genere risale a quest'epoca.

Fermo restando che ci sarebbe difficile intenderle prescindendo dalla tradizione Yamatoe dell'epoca Heian, le caratteristiche della pittura sono mutate. I grandi rotoli della storia pittorica del venerabile Ippen fatta da Eni (a. 1299) costituiscono un autentico esempio figurativo di paesaggio e di genere: nello Zen i due principi fondamentali erano lo spiritualismo ed il naturalismo, come nell'etica di San Francesco di Assisi.

Qualsiasi cosa di minima importanza in questo mondo (un albero, un filo d'erba, un masso e perfino un alito di vento) suggeriscono l'esistenza di Buddha, anzi, non sono mere proiezioni ma la presenza stessa di Buddha. Il nostro grande naturalista Dogen (1199-1253) nella sua opera Shobogenzo (circa il 1246), classico testo Zen, ne parla in questi termini: secondo lui la natura presente è l'«autorealizzarsi di Buddha»; «limitarsi a credere che la caratteristica di Buddha non sta nei cinque sensi, né nell'attività psichica» costituisce (egli afferma) un errore dovuto al non sapere che «l'apparenza fisica in sé, è la caratte-

ristica di Buddha»; e così prosegue «la realtà è... questo stesso aspetto, questo stesso corpo, questo stesso mondo, queste stesse nuvole e piogge, questa stessa vita quotidiana, questi stessi sentimenti di gioia, tristezza, angoscia e serenità...». Come si vede, in Dogen si fondono lo spiritualismo e il naturalismo dello Zen.

Disegnare e dipingere gli oggetti presenti così come sono, ha fatto sì che oggetti naturali insignificanti cominciarono ad essere scelti come temi pittorici autonomi: in questo senso la pittura Zen anticipa la raffigurazione della natura nell'arte moderna. Ciò nonostante dobbiamo rammentare che la natura raffigurata nella pittura Zen è una rappresentazione non realisticamente fedele ma simbolica densa di suggestioni; per così dire è «una natura spiritualizzata».

D'altra parte, nel medioevo i colori numerosi e sgargianti della precedente epoca Heian, sono stati esclusi dall'uso pittorico; possiamo osservare anche qui l'influsso del puritanesimo Zen rigorosamente repressivo di ogni sensualità: ma questo era anche il riflesso dello spirito del tempo, espresso simbolicamente dal citato Teika nel suo breve poema sulla desolata immagine di una capanna sulla riva del mare.

Allo stesso tempo occorre non dimenticare che si è avuto un grande mutamento non solo nei temi pittorici ma nel modo di trattarli. Buddha non era più raffigurato in serena meditazione su un fiore di loto nel pieno della propria bellezza fisica; nel-

l'epoca che ci interessa gli artisti preferirono rappresentarlo nel momento più drammatico della sua vita, discendente da una montagna dopo grandi privazioni.

I Rakan (i discepoli di Buddha) vengono rappresentati in modo orrido e persino mostruoso: in questo stile raffigurativo è il fermo intento di ricerca realistica e un preciso rifuggire da idealizzazioni; la scelta prioritaria di personaggi demenziali o eccentrici quali Kanzan e Jottoku, si spiega nello stesso modo.

C'è dunque stato un radicale mutamento nei valori estetici, nel gusto e nella sensibilità; la nuova concezione estetica nasce dalla tendenza ad apprezzare la bruttezza o la deformità, cioè l'intento di scorgere nuovi valori estetici in cose prive di bellezza secondo i canoni tradizionali; si cercò di scoprire una inconsueta bellezza in una deserta e solitaria «capanna sulla riva del mare». E' l'estetica di un'epoca di crisi, in cui tutte le cose mostrano una desolazione invernale.

Anche nell'epoca Heian abbiamo già un'opera così singolare quale Choju Jinbutsu Guida (Rotoli raffiguranti persone ed animali in un intrecciarsi di gioco e contese) ad opera di Tobasojo nel 1140, il vero inizio delle pitture realizzate esclusivamente in inchiostro nero con esclusione di qualsiasi nota cromatica, ebbe luogo con l'adozione in Giappone durante l'epoca Kamakura, della nuova pittura cinese Suibokunga; un avvenimento che costituì una data importante nella storia dell'arte nipponica.

E' infatti significativo che nel momento in cui decade la tradizionale pittura policroma (Yamatoe) siano sorti il nuovo spiritualismo Zen e la nuova pittura Suibokuga, soddisfacendo le esigenze della pittura nipponica. In ispecie furono molto ben accolte le opere del pittore Mokkei (Mokkei) e questa accettazione determinò la successiva evoluzione pittorica giapponese: cominciò così a formarsi la brillante tradizione della Suibokuga in Giappone: Kao, Shubun, Josetsu, Soami, Sesshu (1419-1506) ed altri.

La dottrina buddhista divide il mondo — che include l'uomo — in due parti: la prima è detta «il colore» ossia la sfera materiale, mentre la seconda è detta «il vuoto» oppure «il acromatico» ossia la sfera spirituale; esiste una trasfusione e simbiosi de-

stante tra le due sfere. Non c'è dubbio che quel che ci colpisce è che nel «colore» viene inclusa una vasta parte della attività psichica umana; il desiderio, l'ira, l'angoscia, la tristezza, il raziocinio, la volontà, la speranza o la disperazione, ecc...

Pertanto il mondo dell'«acromatico» («il vuoto») deve essere un mondo esclusivamente spirituale in senso stretto, libero da ogni attività psichica; inoltre il buddhismo suppone che questo mondo trasparente dell'uomo sia direttamente legato all'attività originale dell'universo. Nell'ambito di questa concezione i pittori più sensibili allo spirito del tempo, scelsero la Suibokuga (l'immagine acromatica) quale mezzo migliore per esprimere simbolicamente il proprio mondo spirituale.

L'anelito alla spiritualità non ha solamente cancellato i colori e gli elementi decorativi, ma si è ingegnato di semplificare le espressioni stesse.

Questa tendenza raggiunse del pari la letteratura e il teatro creando una composizione poetica detta Haiku fondata su diciassette sillabe in cui qualsiasi verbosità fu eliminata. Si tratta di una composizione quasi silenziosa che tuttavia cerca di aumentare il valore espressivo e il significato di ogni parola al punto di raggiungere un effetto quasi esplosivo, reprimendo e condensando l'espressione letteraria. Le migliori espressioni della poesia Haiku irradiano un magnetismo che respinge ogni verbosità, anche se questa forma poetica raggiungerà la perfezione con il grande poeta Basho. D'altra parte nel medioevo nacque anche il No, teatro simbolico mirante a concentrare i significati e le allusioni, riducendo al minimo movimenti e gesti attraverso una stringata sobrietà della espressione. I tratti complessi e delicati della stessa maschera indossata dagli attori del teatro No (maschera a prima vista inespressiva) spiegano in modo eloquente il singolare carattere di questo teatro. Bisogna aggiungere che la musica (elemento importante del teatro No) è stata a sua volta molto incrementata. Gli strumenti musicali quali Tsuzumi (una specie di tamburo), Koto (arpa giapponese), Shakuachi (strumento musicale ad aria) trattarono ogni suono come un corpo vivo con cadenze varianti dalla estrema lentezza alla velocità più vertiginosa, con lunghe pause di concentrazione in determinati momenti della compo-

sizione. Nella pittura, la moderazione espressiva si attuò con la semplificazione dei dettagli, la sobrietà delle linee e delle pennellate. Possiamo citare fra i migliori: il «ritratto di Kanzan» ad opera di Kao, il «paesaggio» (Museo nazionale di Tokyo) dipinto da Sesshu e infine «il falcone da caccia» dipinto da Miyamoto-Niten. In queste opere quel che importa è il tratto della pennellata, molto più del tema o della composizione, perché proprio le pennellate riflettono immediatamente e fedelmente lo stato d'animo dell'artista nel momento della creazione; è appunto l'abito mentale dei pittori della corrente citata.

Quando il simbolismo pittorico è giunto in qualsiasi modo alle estreme conseguenze, oltrepassando un certo limite di coerenza, le linee e le forme astratte perdono il loro senso espressivo. Abbandonando quindi il ruolo narrativo per rifarsi a qualcosa di estraneo a loro stesse, cominciano a imporsi per il loro andamento ritmico, le loro mutevoli tonalità, il vivido tratto, ecc... Un punto, una linea, una macchia di inchiostro giungono ad acquistare vita propria; in tal modo queste figurazioni astratte sono giunte ad essere l'espressione immediata dell'abito mentale dell'autore. L'astrattezza sempre crescente della pittura fece sì che questa si avvicinasse gradatamente alla calligrafia, considerata in ogni epoca un'attività eminentemente spirituale.

Le zone lasciate in bianco (dette Yohaku, il rimanente bianco) sono uno spazio intenso in cui l'oggetto raffigurato consegue la pienezza vitale. Con ciò non si vuol dire unicamente che la parte rappresentata insinui in noi il mondo non rappresentato, ma si vuol dire che stabilisce una relazione intima e dinamica fra la parte rappresentata e la parte non rappresentata (Yohaku). Se mancasse questa relazione intima e tesa fra entrambe le parti, l'opera perderebbe la propria forza espressiva, la propria vita. La pittura che rappresenta solamente le cose necessarie e sufficienti — frammezzando uno spazio in cui possano «respirare» — in modo che l'atto negativo del non dipingere si risolve nell'aspetto positivo della creazione pittorica.

Fra le mode e i costumi nati nel medioevo e che determinarono in grande misura i successivi gusti del popolo giapponese, è da annotare la cerimonia del té (Sado). Di questa tipica

usanza, già nel 1906 si aveva notizia negli Stati Uniti e in Europa grazie al libro Okakura Tenshin (The book of tea) pubblicato a New York nell'anno citato.

Senza dubbio il sapore amaro e rinfrescante del té si inserì perfettamente nel gusto dell'epoca: a partire dal medioevo l'abitudine il té si diffuse rapidamente in tutte le classi sociali dell'Impero.

La cerimonia del té può definirsi lo spirito dello Zen organizzato ed applicato alla vita sociale; alla sua origine è la filosofia pratica Zen stando alla quale la vera vita religiosa deve essere presente in ogni momento della vita quotidiana; per esempio nell'abitudine semplice e quotidiana di sorbire il té...

Questo fu il punto di partenza. Ovviamente quando la citata abitudine — allontanandosi dalla sfera religiosa — si diffuse fra la classe sociale dominante, modificò grandemente il proprio aspetto formale, pur mantenendo essenzialmente il proprio carattere originario: divenne una cerimonia meno religiosa, si trasformò in arte di vivere e soprattutto offrì un incantevole ambiente sociale agli amatori d'arte. Le persone che si riunivano nel padiglione del té (Cha-Shitsu) erano «l'aristocrazia del gusto» dalla raffinatissima sensibilità; è appunto all'intervento di questi esteti di prim'ordine, che si deve il già citato sviluppo della architettura del Cha-Shitsu e dei giardini «Wabi» e «Sabi» — termini notoriamente usati dal grande Rikyu — possono essere intesi come un ben misurato estetismo raggiunto attraverso il congelamento e la cristallizzazione delle passioni.

Esistono tre criteri estetici fondamentali nella cerimonia del té:

1) semplicità; 2) naturalezza; 3) armonia.

I finissimi esteti già citati non solo applicarono questi tre criteri estetici a qualsiasi modo di produrre, scegliere, apparecchiare, adoperare o apprezzare i coperti da té — di cui più importanti sono la tazza (Chawan), il cucchiaino di bambù (Chaiyaku) (Chagama) ecc... — i dipinti, le composizioni floreali e altri oggetti artistici, ma addirittura tentarono di controllare la propria conversazione, la propria condotta e la propria vita interiore. Ma la realizzazione più felice di questa estetica del té, è stata senza dubbio raggiunta nell'architettura e nella disposizione dei giardini.

La bellezza architettonica da essi scoperta è quella della pura e semplice struttura, libera da elementi decorativi.

L'armonia di cui parliamo qui è un concetto un po' complesso: consiste nell'armonica bellezza dell'insieme; nessuna cosa può esistere isolatamente e ogni cosa esiste in relazione alle altre. L'armonia fra due cose (per non trovarsi isolata) ha bisogno di allargarsi dalla attuale combinazione a qualsiasi altra e così fino a tutte le possibili combinazioni. La maggiore difficoltà per quei «praticanti la cerimonia del tè», consiste nello stabilire una correlazione armoniosa e bella, ma non monotona dell'insieme, combinando fra loro cose (parti) individuali. Pertanto la loro massima preoccupazione si concentrò nella migliore disposizione delle cose. Per ottenere una bellezza perfetta dell'insieme, una parte viene supposta imperfetta: le parti in sé imperfette ma reciprocamente supplementari, si completano e compongono un'insieme perfetto, un complesso organico unitario. Se una parte è in sé perfetta, si isola dalle altre e distrugge l'armonia del complesso: questa idea estetica si è manifestata per esempio, nella struttura generale degli edifici e dello spazio circostante, nella distribuzione dello spazio interno, ecc...

Partendo da questa idea di base, essi (i «praticanti la cerimonia del tè») giunsero a scomporre la simmetria in tutti i settori delle arti, dato che la simmetria implicava la ripetizione di una medesima formula: preferivano lo stato dinamico tipico dell'asimmetria a quello statico della simmetria. Dobbiamo qui ricordare che nel profondo dell'estetica si celava la loro filosofia della vita: la bellezza era anzi tutto privilegio dei vivi, era cioè lo splendore della vita; la staticità della morte, per quanto possa essere equilibrata, non meritava il nome di bellezza. Un'armonia vitale suppone costanti mutamenti: nell'idea di questi esteti troviamo sempre un certo sentimento dei mutamenti e della fluidità della vita; sia per il loro pensiero che per il loro sentimento, una simmetria perfetta non era accettabile perché eccessivamente stabile e autosufficiente, tanto da far loro presagire un'assenza di vita.

A questo proposito, il tema della morte, che è stato sempre uno dei più importanti nell'arte occidentale — comprese l'egizia e la bizantina — e

che ha originato le opere più grandi e più belle dell'arte mondiale, non ha mai avuto grande importanza nell'arte giapponese, eccezion fatta per alcune opere trattanti la morte di Buddha, il Nirvana (per esempio al tempio Kongobuji). Questo fatto è fortemente legato alla psicologia e alla mentalità cui ci siamo riferiti; al contrario in letteratura la morte ha un ruolo assolutamente preminente.

L'assimmetria è notevole particolarmente nella disposizione dei giardini: si può dire che un giardino giapponese sia agli antipodi di un giardino europeo, dalla caratteristica rigorosamente geometrica.

Si suppone che il giardinaggio nipponico sia cominciato relativamente presto, fin dagli inizi dell'epoca Heian. I giardini rappresentati nei rotoli illustrati (Emaki-mono) dell'epoca citata, appaiono come copie delle bellezze naturali circostanti l'antica capitale giapponese (Kyoto). Questo giardinaggio naturalistico si sviluppò contemporaneamente all'architettura residenziale detta Shinden-rukuri nell'epoca Heian. Tale tradizione senza dubbio si evolse grandemente quando fu ereditata dai templi Zen del XIII secolo; un giardino non era ormai una semplice imitazione della natura, ma una nuova creazione simbolica dell'universo; questa corrente artistica è debitrice del proprio grande sviluppo ai «praticanti la cerimonia del tè» nell'epoca Muromachi (secc. XIV, XV e XVI): ne sono esempi tipici il giardino Musugo nel tempio Saihoji (1339) e il giardino di massi del tempio Ryoan-ji (1450).

Quest'ultimo — cui è vietato l'accesso — è una ben nota opera d'arte fatta esclusivamente per la contemplazione. Nella placida campagna di ghiaia, solcata da linee delicate e da morbide ondulazioni, sono collocate quindici pietre nere, in apparenza senz'ordine ma con incomparabile precisione. In tale tipo di giardino, detto Karesansui, vale a dire «natura pietrificata», vi è un'intenzione di rappresentare la natura vividamente, in modo simbolico, impiegando solo materiali inorganici: massi, ciottoli, ecc.

Comporre un piccolo universo attraverso un'adeguata disposizione di massi, sabbia, alberi, acqua, ecc: gli architetti di giardini tentarono — più che di esprimere un'idea — di captare la struttura intima dell'universo; essi erano ad un tempo naturalisti oltre che simbolisti; dovevano essere

simbolisti proprio per poter essere naturalisti e spiritualisti allo stesso tempo.

La spiritualità non ostacola la natura: e questo abito mentale non è circoscritto al solo medioevo, ma ha predominato in Oriente essendo particolarmente notevole in Giappone. L'idea è che lo spirito conquista la propria vera libertà non quando si allontana dalla natura ma in perfetta comunione con questa; i praticanti la cerimonia del tè vollero — attraverso la loro arte — essere in comunione con questa: i praticanti la cerimonia del tè vollero — attraverso la loro arte — essere in comunione con la vita cosmica; vollero inserirsi nel ritmo universale attraverso l'architettura, il modo di disporre i giardini, la pittura, la ceramica, l'armonica disposizione degli oggetti artistici e degli utensili, i fiori magistralmente disposti, ecc. Loro ideale era raggiungere le vette della naturalezza ritmica dell'universo, la grande libertà.

Secondo il loro convincimento, l'uomo è privato della libertà spirituale non dalla natura ma dall'eccessivo razionalismo e dalla sua stessa artificialità, quando egli divorzi dalla natura.

Ma chi osservi attentamente le opere umane (siano esse l'architettura, i giardini) vi troverà cristallizzati le più mature riflessioni e il virtuosismo umano: vale a dire, la «natura» loro è frutto di virtuosismo portato all'estremo. I praticanti la cerimonia del tè erano convinti che solo in virtù di pazienti tentativi per captare i ritmi naturali e in virtù di ingegno straordinario, gli uomini potessero arrivare paradossalmente alla totale libertà cosmica, superando tutti i condizionamenti umani, così come la totale libertà nella scherma di spada può essere conseguita dopo lungo periodo di studio e di acquisizione di esperienza.

In fondo a tutte queste idee si trovano la devozione assoluta alla provvidenza e un profondo amore della natura: sul filo della storia dell'arte e della letteratura, la dedizione del popolo giapponese alla natura è una delle caratteristiche fondamentali.

La primeva fede dei poeti del Kijiki e del Manyo, che l'uomo viva in una illimitata armonia con la natura, costituisce ancora una delle radici essenziali del popolo giapponese medievale.

Dott. YASUNARI KITAURA

(traduzione dallo spagnolo del dott. Luciano Gulli)

IL GINOCCHIO DI ACHILLE

LE LESIONI TRAUMATICHE DEL GINOCCHIO

Abbiamo esposto nel numero precedente i principali aspetti anatomici e funzionali del ginocchio: considereremo qui le lesioni traumatiche che più frequentemente si riscontrano nella pratica dell'aikido, facendo frequenti riferimenti alle cognizioni di anatomia e fisiologia esposte nell'articolo precedente. Data la complessità delle strutture anatomiche che assicurano l'integrità funzionale del ginocchio, sarà facile capire come queste lesioni possano essere molto diverse tra loro, a seconda delle modalità traumatiche e delle strutture anatomiche coinvolte. Opereremo pertanto qualche semplificazione, dato che il nostro scopo qui è di capire, da non "addetti ai lavori", quale sia la gravità relativa di certi tipi di lesione e, soprattutto, come conviene comportarsi, da praticanti, di fronte ad un ginocchio traumatizzato.

D'altra parte, la diagnostica differenziale delle lesioni del ginocchio è talvolta molto difficile anche per lo specialista: basti ricordare che fino a pochi anni fa il ginocchio veniva ancora definito "la tomba dell'ortopedico", proprio per le difficoltà diagnostiche che spesso presenta; difficoltà che si sono peraltro recentemente attenuate di molto grazie all'introduzione di efficaci pratiche diagnostiche non invasive come l'ecografia, la to-

mografia assiale computerizzata (TAC), la risonanza magnetica nucleare (RMN).

Per questi motivi e per altri, che risulteranno chiari al termine della lettura dell'articolo, bisogna sottolineare l'importanza di una diagnosi medica corretta e di un trattamento competente, efficace e soprattutto tempestivo medico di tutti i traumatismi, anche apparentemente minori, di questa articolazione così importante.

LE LESIONI INFIAMMATORIE

Comprendiamo sotto questa definizione, per certi versi un po' impropria dal punto di vista strettamente scientifico, una serie di sindromi da sovraccarico del ginocchio, che determinano un'inflammazione delle sinovie, i tessuti siosi che rivestono la cavità articolare del ginocchio e le sue borse per l'appunto dette sinoviali. Questo tipo di infiammazione si manifesta attraverso la formazione di liquido esudativo nella cavità articolare del ginocchio ("sinovite") o nelle borse prepatellare o infrapatellare ("borsiti"): il ginocchio si gonfia, tutto o in parte (fig. 1), diventa caldo, spesso arrossato, duole alla palpazione e, soprattutto, è limitato nei suoi movimenti di flessione e di estensione dal dolore. In realtà, il ginocchio si difen-

de dal sovraccarico con la produzione di liquido che, distendendo le sinovie e le terminazioni nervose dolorifiche, tende ad impedire, attraverso il dolore e la limitazione antalgica del movimento, ulteriori dannose sollecitazioni meccaniche. Questa è una modalità tipica di funzionamento di tutte le strutture dell'apparato locomotore: il dolore rappresenta *sempre* un segnale biologico che la struttura che origina il dolore stesso viene sollecitata al di là di quella che è la sua capacità di sostenere lo stress meccanico in quel momento. Dovrebbe essere quindi accolto ed accettato come un prezioso meccanismo di autoprotezione dell'organismo e mai ignorato o peggio sedato farmacologicamente allo scopo di permettere comunque l'esecuzione di un'attività fisica che in quel momento il corpo segnala di non essere in grado di affrontare...

Queste infiammazioni del ginocchio sono dunque in genere provocate da affaticamento specifico, da sovraccarico acuto o cronico, da microtraumi ripetuti e così via.

Vanno curate con la messa a riposo, applicazioni di ghiaccio ed argilla, eventualmente farmaci antinfiammatori.

Personalmente ritengo che in questo caso l'agopuntura cinese sia la terapia di maggior efficacia, a fronte della totale assenza di effetti collaterali indesiderati, che sono invece purtroppo molto frequenti con i farmaci antinfiammatori. Negli stessi ambienti ortopedici è molto in declino la popolarità, in passato assai maggiore, delle infiltrazioni intrarticolari di cortisonici che rappresentano un trattamento sintomatico spesso risolutivo solo sul breve periodo e ricco di effetti collaterali indesiderati. Come vedremo, peraltro, un'inflammazione sinoviale con produzione di essudato nella cavità articolata, tende ad accompagnare quasi tutte le lesioni traumatiche acute del ginocchio.

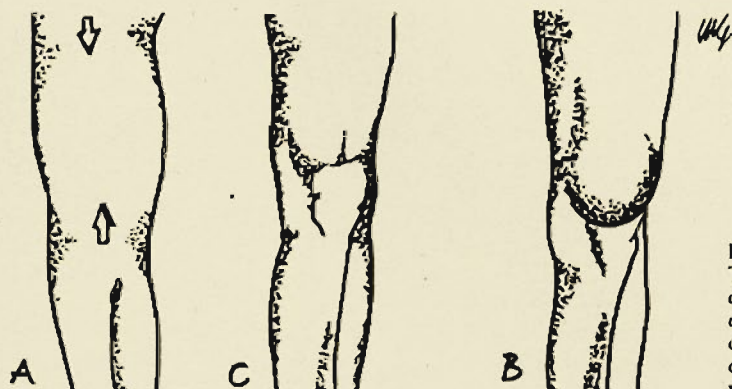


Figura 1:
Tumefazione
da sinovite
del ginocchio
confrontata
con borsite
prepatellare.

LA DISTORSIONE

Si tratta di una lesione acuta caratterizzata da una brusca sovradistensione della capsula articolare e dei legamenti senza perdita dei normali rapporti anatomici tra femore e tibia. I capi articolari si allontanano cioè tra di loro per un brevissimo istante per tornare immediatamente alla loro posizione normale: il risultato è uno stiramento della capsula articolare, dei legamenti, dei muscoli e di tutti i tessuti periarticolari.

A seconda dell'entità di questa distensione si potranno avere anche microlesioni più o meno diffuse di tutti questi tessuti con conseguente risposta infiammatoria e tumefazione dell'articolazione con meccanismo analogo a quello sopradescritto. Tali lesioni potranno colpire maggiormente uno dei comparti del ginocchio a seconda dell'asse meccanico, cioè della direzione in cui sarà avvenuto questo allontanamento dei capi articolari (vedi oltre, a proposito delle lesioni legamentose) e quindi manifestarsi con quadri differenziati di interessamento delle diverse strutture anatomiche che compongono l'articolazione.

È importante comprendere a questo proposito qual è il comportamento dei muscoli in questi frangenti: quando un muscolo, come avviene nel caso di una distorsione, viene sottoposto ad un brusco allungamento, risponde con una reazione che i fisiologi hanno denominato "stretch reflex" (riflesso di allungamento). Il muscolo, cioè nei minuti/ore immediatamente susseguenti al trauma svi-

luppa uno spasmo riflesso che ne determina un accorciamento spesso assai consistente, che anche qui va interpretato come una reazione di tipo difensivo, tendente ad opporsi ad un ulteriore allungamento, potenzialmente lesivo, del muscolo stesso. Se questo spasmo/retrazione del muscolo non verrà adeguatamente trattato, mediante adeguate tecniche di stretching nella fase di recupero della distorsione, finirà per stabilizzarsi nel tempo e condizionare un funzionamento non fisiologico delle articolazioni su cui agisce, predisponendole ad ulteriori danni.

È molto importante che le distorsioni vengano trattate con ghiaccio e riposo quanto prima possibile: quando si riesce ad applicare del ghiaccio per qualche ora immediatamente dopo il trauma, l'articolazione si gonfia molto meno; il freddo infatti rallenta la circolazione localmente e limita la produzione di essudato intrarticolare, rendendo quindi molto più rapido il successivo recupero ad un normale funzionamento. Il ghiaccio è inoltre un potente anestetico ed in casi come questo una buona sedazione del dolore limiterà gli spasmi muscolari e gli atteggiamenti disfunzionali antalgici conseguenti al trauma.

Poiché la distorsione è il trauma più frequente che si può verificare in un dojo di aikido, è importante che nel corredo di pronto soccorso sia assicurata la disponibilità immediata di ghiaccio, o sotto forma di frigorifero o sotto forma di quegli "ice packs" (ghiaccio a produzione istantanea) che sono presenti nella borsa di qualsiasi massaggiatore sportivo e si ac-

apparecchio di contenzione. È inoltre utile istituire anche qui una terapia antinfiammatoria: nella nostra esperienza la maggior parte dei casi risponde molto bene all'applicazione quotidiana di argilla ed al trattamento con agopuntura.

È peraltro molto importante che la ripresa dell'attività fisica, specie se sportiva, avvenga a ginocchio completamente guarito: gli "eroismi sportivi" in questo caso rischiano di produrre danni purtroppo molto seri e molto lunghi da curare!

Bisogna anche ricordare qui che la potenza muscolare decade con grande rapidità quando il muscolo viene messo a riposo: basti pensare che per ricostruire la potenza del quadricipite femorale di un arto che sia stato ingessato per tre settimane sono in genere necessari da tre a sei mesi di duro lavoro fisioterapico.

Il quadricipite ed il suo tendine rotuleo sono la struttura principale che garantisce la solidità del ginocchio: molte sequele patologiche che si osservano purtroppo spesso nella pratica clinica, sono determinate, soprattutto in atleti di alto livello, da una ripresa di attività fisica, dopo immobi-

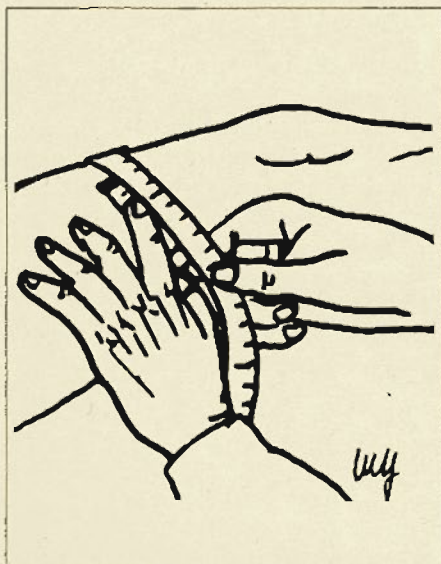
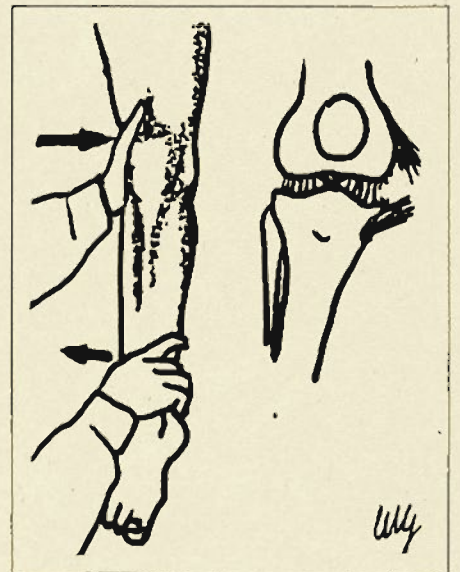


Figura 2:
Il sistema più semplice per valutare il tono di un quadricipite consiste nel misurarne la circonferenza con un metro a nastro e confrontarla con quella del muscolo controlaterale

Figura 3:
Ipermobilità alla sollecitazione in valgismo di ginocchio con lesione del legamento collaterale mediale



quistano ormai in qualsiasi farmacia.

La terapia delle distorsioni si avvale principalmente del riposo funzionale del ginocchio, che deve essere risparmiato dal carico da un minimo di qualche giorno ad un massimo di due-tre settimane nei casi più gravi; la maggior parte degli ortopedici preferisce tuttora provvedere anche ad una immobilizzazione del ginocchio distorto tramite doccia gessata o altro

lizzazioni anche di durata relativamente breve, non preceduta da un adeguato lavoro di ricostruzione della potenza del muscolo (fig. 2). Il ginocchio con un quadricipite indebolito è meno stabile e quindi maggiormente atto a subire nuovi infortuni: questi, colpendo un'articolazione ridotta da un trauma recente, magari non ancora interamente recuperato, produrranno ulteriori complicazioni e

ritardi nella guarigione; si originerà così una sequenza di avvenimenti patologici che invariabilmente tenderanno alla degenerazione artrosica dell'articolazione, punto d'arrivo comune di tutte le patologie croniche articolari.

LE LESIONI DEI LEGAMENTI

Per i motivi anatomici descritti in precedenza, una distorsione del ginocchio interessa sempre in qualche grado le strutture legamentose che ne assicurano la stabilità. Ma quando tale tipo di trauma è più grave è in genere la lesione di uno o più legamenti a dominare il quadro sintomatologico ed a destare le maggiori preoccupazioni nel medico.

Tali lesioni possono andare da un semplice stiramento del legamento alla rottura vera e propria del legamento stesso, con interruzione di tutte le fibre che lo compongono: quest'ultimo caso è di stretta pertinenza chirurgica e richiede interventi che, soprattutto nel caso di rottura di un legamento crociato, sono molto complessi tecnicamente e necessitano di rieducazioni fisioterapiche che possono richiedere fino ad un anno per una ripresa funzionale completa.

Le lesioni che più frequentemente si incontrano nella pratica dell'aikido sono fortunatamente le lesioni minori dei legamenti collaterali specie di quello mediale, determinate dalla distorsione del ginocchio verso l'interno: trattandosi di traumi minori esse sono raramente accompagnate da interessamento del più robusto legamento crociato anteriore, che si trova sulla stessa linea di tensione (vedi articolo precedente). La rottura contemporanea del collaterale mediale e del crociato anteriore è uno dei traumi più importanti che possono colpire il ginocchio e ne richiede una vera e propria ricostruzione chirurgica (vedi i casi di Deborah Compagnoni, Carlo Ancellotti, Filippo Galli e molti altri famosi sportivi).

Le lesioni minori di cui si è parlato determinano fortunatamente solo una diminuzione di stabilità del ginocchio; si manifestano con i soliti segni di infiammazione articolare accompagnati da dolore spiccato alla palpazione del legamento interessato e delle sue inserzioni ossee, oltre che da una mobilità patologica del ginocchio verso l'esterno (collaterale mediale, fig. 3) o l'interno (collaterale laterale) o della tibia che si anteriorizza rispetto ai condili femorali (segno "del cassetto"

anteriore, per la lesione del crociato anteriore, fig. 4) o si posteriorizza nel caso di lesione del crociato posteriore ("cassetto" posteriore).

Vanno curate con i soliti provvedimenti di applicazione immediata di ghiaccio, riposo, eventuale immobilizzazione e trattamento antinfiammatorio già illustrati.

Un grosso progresso dal punto di vista dei tempi di recupero è stato assicurato dall'introduzione delle cosiddette contestazioni dinamiche tramite tutori articolati, mezzi di contenimento che impediscono i movimenti di lateralità o di slittamento del ginocchio, permettendo invece quelli di flessione-estensione, in modo da impedire il decadimento della forza muscolare.

Anche qui è molto importante che la ripresa dell'attività fisica avvenga solo a guarigione completa: un ginocchio con legamenti lassi è un ginocchio poco stabile, destinato, se viene sottoposto a sollecitazioni appena più che normali, ad infiammarsi e dare problemi che, sommandosi nel tempo, possono diventare anche molto seri.

In molti casi non si riesce ad ottenere un recupero completo del legamento lesa, che continua così a presentare un minimo grado di lassità che non è abbastanza importante da giustificare un intervento di correzione chirurgica, ma può essere sufficiente a determinare una certa instabilità permanente del ginocchio che deve consigliare l'interruzione o la limitazione delle attività fisiche che impegnano maggiormente l'articolazione.

LE LESIONI MENISCALI

Le rotture, complete o incomplete dei menischi sono in genere provocate da bruschi aumenti del carico articolare in torsione a ginocchio semiflesso. Il menisco può così venire compresso tra i condili femorali ed il piatto tibiale ed essere così lesionato con varie modalità (fig. 5). Le rotture dei menischi non guariscono spontaneamente, poiché i tessuti cartilaginei sono dotati di scarsissime capacità rigenerative ed assai poco vascolarizzati. La terapia è quindi solo chirurgica e consiste in genere nella cosiddetta regolarizzazione del menisco, che prevede l'asportazione delle porzioni meniscali che non sono più solidali con il corpo del menisco, in modo da lasciare in sede quanto più tessuto meniscale sia possibile. Si cerca cioè di preservare al massimo la fun-

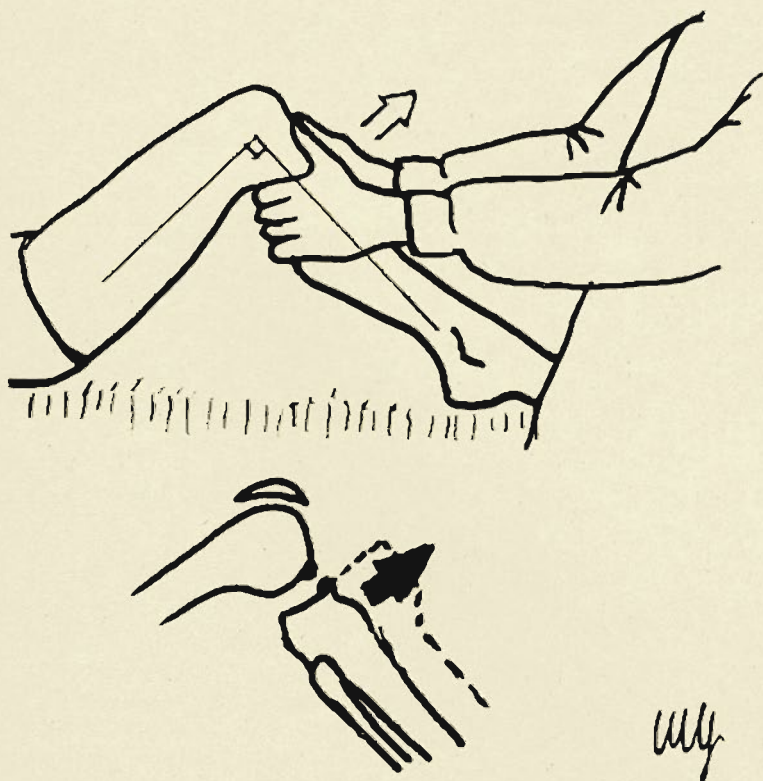


Figura 4:
Segno
del cassetto
anteriore

zione di ammortizzatore del menisco: una volta asportato questo, infatti, i condili femorali lavoreranno a contatto diretto con il piatto tibiale (vedi anatomia) e questo produrrà inevitabilmente l'usura delle cartilagini articolari e l'avvio della degenerazione artrosica del ginocchio.

La diagnosi viene in genere formulata clinicamente: il ginocchio si presenta gonfio, con limitazione sia della flessione che dell'estensione e presenta spiccato dolore in sede meniscale alle manovre di torsione in compressione sul menisco leso. Nelle lesioni "a manico di secchio" si ha spesso il blocco del ginocchio in semiflessione. Nei casi dubbi la diagnosi si può precisare con assoluta certezza tramite la TAC o la RMN.

La terapia chirurgica si effettua oggi nella stragrande maggioranza dei casi con la tecnica artroscopica; in anestesia locale o generale si penetra nella cavità articolare con un sottile tubo a fibre ottiche che permette di osservare direttamente la lesione e di regolarizzarla mediante piccoli strumenti che passano e vengono manovrati attraverso l'artroscopio stesso. Questa tecnica presenta, rispetto alla chirurgia tradizionale "a cielo aperto" il grandissimo vantaggio di non dovere aprire ampiamente la cavità articolare e di permettere quindi tempi di recupero brevissimi dopo l'intervento: dopo poche ore dall'intervento il paziente può già camminare e in pochissimi giorni iniziare la rieducazione.

A fianco di queste lesioni franche dei menischi si incontrano nella pratica clinica le cosiddette meniscopatie,

stati cioè di sofferenza infiammatoria in genere cronica di uno o più menischi: sono in genere determinate dalla sommazione nel tempo di lesioni minime dei menischi, piccole intaccature, sfrangiature dei bordi menisicali che determinano dolore ed infiammazione da sforzo ma raramente necessitano di un intervento chirurgico, in quanto rispondono bene al riposo ed alla terapia antinfiammatoria.

Negli individui di razza bianca o nera queste lesioni menisicali riguardano più frequentemente i menischi mediali, in quanto questi sono più deboli e sottili, e data la loro struttura fisica, i traumi di torsione mediale in carico sono relativamente più frequenti di quelli in torsione laterale; per lo stesso motivo d'altronde le lesioni del collaterale mediale e del crociato anteriore sono più frequenti di quelle degli altri legamenti del ginocchio.

Un altro motivo di natura anatomica riveste secondo noi grande importanza nel determinare questa maggior frequenza di incidenti a carico del menisco mediale: sul suo corno posteriore si inserisce infatti un'espansione fibrosa del tendine distale del muscolo bicipite femorale, che si trova spesso in retrazione, insieme agli altri muscoli ischio-crurali, negli atleti che non praticino regolarmente esercizi di stretching di questi muscoli.

Questo fatto determina quindi una diminuzione di mobilità del menisco mediale, che viene quindi più facilmente imprigionato e leso tra condili femorali e piatto tibiale.

Il bicipite femorale si inserisce distalmente sul capo prossimale della fibu-

la: questo osso fornisce distalmente un'ampia inserzione ai legamenti laterali dell'articolazione tibiotarsica. In caso di distorsione della caviglia questi legamenti trascinano verso il basso anche la fibula, dando spesso origine ad uno "stretch reflex" sul bicipite femorale, che va quindi ulteriormente in spasmo (fig. 6): questo spiega la relativa frequenza di problemi menisicali che seguono, magari a distanza di mesi, distorsioni della caviglia nel trattamento delle quali non ci si sia curati di ristabilire i corretti equilibri muscolari dell'arto inferiore causati dall'adattamento al trauma.

Nella maggior parte degli aikidoka gli ischiocrurali tendono ad andare in retrazione fibrotica per compensare "tonicamente" l'ipertrofia del loro principale antagonista, il quadricipite femorale, che viene in genere invece molto potenziato dalla pratica dell'aikido: questo per sottolineare ancora una volta, se ce ne fosse bisogno, l'importanza degli esercizi di stretching per la prevenzione degli infortuni nella pratica dell'aikido (vedi *Aikido* n. 2, novembre 1991). Questi esercizi infatti garantiscono elasticità e flessibilità a muscoli, tendini e legamenti e permettono quindi alle articolazioni di affrontare nelle condizioni migliori le sollecitazioni a volte importanti a cui esse vengono sottoposte nella pratica dell'arte marziale: inoltre facilitano molto il pieno recupero dopo l'allenamento, evitando quella sommazione nel tempo di microlesioni e disfunzioni minori che molto spesso predispongono ai traumatismi più importanti.

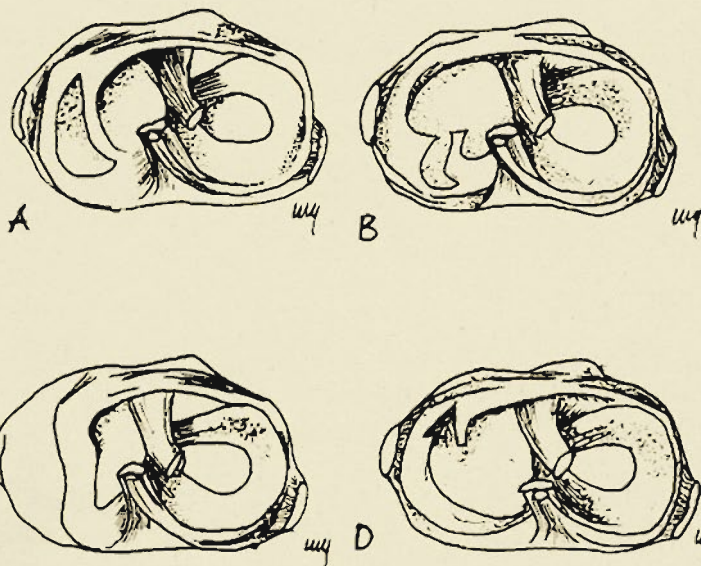
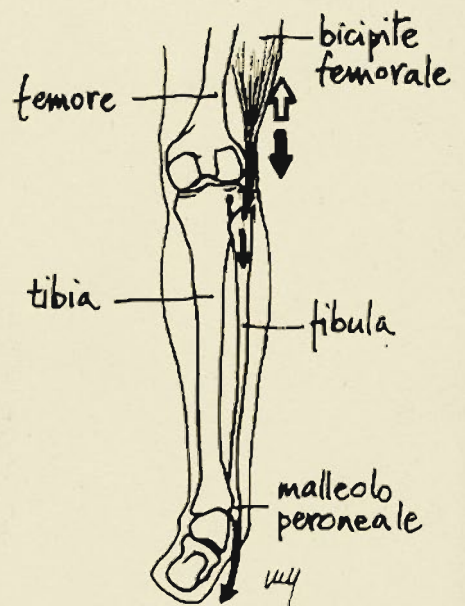


Fig. 5:
Vari tipi di lesione meniscale:
a. lesione "a manico di secchio";
b. lesione del corno posteriore;
c. lesione del corno anteriore

Fig. 6

Tutte le illustrazioni a corredo dell'articolo sono di Maurizio Gandini.

Dott. UMBERTO MOSCA



CON L'OCCHIO DI ZENO

DISORDINE NEL CASSETTO

Negli ultimi numeri della rivista è stato dato grande spazio, forse troppo, alla commemorazione nostalgica di stage organizzati su e giù per l'Italia. Le anime laboriose e pie degli organizzatori dopo il lavoro di mesi raccontano l'un l'altro, dandosi grandi pacche di approvazione sulle spalle: "è stato difficile ma..., non pensavamo di farcela però grazie al lavoro di tutti...".

Stage indimenticabili, maestri trascinatori esemplari, esperienze al limite del sublime tra tatami, rinfreschi, targhe ricordo, e cascate. Il lettore attonito di fronte al lento trascolorare dell'inferno organizzativo iniziale si sente trascinato nel paradiso del Budo ed avvilito si tuffa all'indietro ricercando nelle sue abitudini rimembranze qualcosa di simile. Niente!!

"Ma è possibile che me le perdo tutte io le cose indimenticabili?" sussurra il nostro aikidoka alla moglie ormai addormentata da un pezzo.



Bene, è proprio per tutto il popolo del limbo dell'aikido, nel quale del resto mi identifico, che ho deciso di rivivere in fotogrammi rapidi e scoordinati lo stage o, in stile più medio, l'incontro tenutosi a Merano sotto la guida del Maestro Fujimoto il 20 e 21 giugno.

Lo sguardo del narratore è uno sguardo sveviano, uno Zeno Cosini dell'aikido per interci, privo di dannunziani voli su Vienna ma ricurvo ad analizzare e a rielaborare la contorta esperienza quotidiana.

Al di là delle coordinate temporali la prima cosa che affiora alla mia memoria sono i grandi, valorosi tatami ambulanti dell'Aikikai d'Italia.

Il singolo tatami, lungo due metri e largo uno, pesa circa venti chili, è di colore verde con alcune eccezioni rosse, porta sul bordo la scritta "Fujii" e grazie al Sig. Tagliati (mantovano D.O.C.) gira in camion l'Italia centro-settentrionale da Firenze a La-

ces. Nei periodi freddi credo soggiornino a Mantova sotto lo sguardo vigile del Sig. Veneri. Alcuni di questi valorosi "materassini" mostrano i segni del tempo e presto verranno messi in pensione, altri invece sono ancora baldanti e pieni di "pesante" energia.

Merano ore 7.45, incontro con il Sig. Tagliati: camion, duecentoseitanta tatami, quattro scaricatori tra i quali un'esile donna (Claudia). Ore 11.30: il puzzle è ultimato, la maxi palestra

meranese ormai avvezza ai giochi di palla si guarda stupita nella sua nuova veste di dojo giapponese. Stenta a riconoscersi e non riesce ancora a capacitarsi di essere, in piena estate, coperta da un ingombrante piumino. Il camion riparte ma, il giorno dopo, domenica 21, paziente alla entrata ce ne è un altro, ahimè più piccolo, messo gentilmente a disposizione dalla falegnameria Ferrazin di Merano e guidato dal primogenito (Max) dell'omo-



nima famiglia. Cinque lunghi viaggi Merano-Laces, luogo prescelto per una villeggiatura montana dagli amati tatami.

Merano ore 16.00, inizio attività trasporto: Laces ore 22.30 stanca pizza collettiva, con difficoltà nell'uso del coltello dovuta all'intorpidimento degli avambracci.

Lasciamo per il momento al meritato riposo Max camion e tatami, e ripescando nell'intricato immaginario, emerge una sagoma non ancora definita che sembra tuttavia conosciuta. Chiudo gli occhi, scusate un attimo, si avvicina non è più così lontana ed ecco ora chiaramente dalla nebbiolina dell'oblio emerge Raimondo di Milano. Ma cosa sta facendo? richiudo gli occhi mi avvicino... ora vedo, sta svuotando con naturalezza la vescica nel parco della casa che lo ospiterà la notte, vicino attende il fedele scudiero ormai avvezzo alle improvvise incontinenze del cavaliere. Ha ultimato l'incombenza e riprende il gioco della "napolitana" vocante e bur-

lona. D'improvviso tace si fa scuro in volto (lo scudiero assopito si risveglia di soprassalto) pensa alla rivista, stende programmi, scatta foto, chiede collaborazione... "Sì, ci vuole un articolo su questo stage, pensaci tu". Walter e l'inseparabile Diana, auguri per i venticinque anni di felice unione, cercano anche loro la macchina fotografica del Maestro dimenticata dallo smemorato Raimondo al ristorante. Diana è sfinita ma non molla, Walter dal canto suo sembra non sentire stanchezza, sono quasi le 2 di notte e, al mio seguito, si butta in una caccia alla borsa dimenticata per le vie meranesi.

La troviamo e tra una battuta e l'altra, ho il tempo di godermi la descrizione della nuova casa in campagna ed in particolare del lavoro nell'orto.

Altri volti altre immagini in questo percorso a ritroso, gli aikidoka di Mantova ai quali mi sento legato da una sincera amicizia, lo spirito festoso di Gigi e Alina di Ivrea, lo splendido esame dei bambini di Chierchini, la folta presenza della palestra di Bolzano, gli aikidoka di Verona, la storia d'amore di Rosa (Mestre) con il nostro Oreste (nome scaturito dall'italianizzazione del teutonico Horst). È meglio che mi fermi qui altrimenti rischio di affondare in un vortice di nomi delle quasi cento persone giunte per l'occasione a Merano.

Prima di abbandonare le suddette carte ancora un ultimo proustiano risveglio di memoria. Il baffo gentile dell'istruttore di Trento, Helmut, che si incupisce alle prese con i miei nervosi cambiamenti di umore e i rimproveri a riguardo dell'anima ponderata e materna dell'Aikikai Merano, Ganesh. Insomma mio caro lettore una vera e propria giostra di sentimenti, niente di più probabilmente di quelli avvertiti dai partecipanti agli stage, ahimè contemporanei, di Firenze e di Torino. Semplici e colorati sentimenti dicevo che in fondo sono alla base dei genuini rapporti umani caratterizzanti la grande famiglia dell'Aikikai dai suoi vertici fino a noi semplici praticanti. E il Maestro?

No, non l'ho dimenticato, ho comperato un'intera scatola di cartucce per la mia infaticabile penna stilografica e se il prossimo anno deciderà di tornare ho in serbo un fiume di emozioni da raccontare.

MARCO ALIPRANDINI

DIARIO D'ESAME

UN'ASPIRANTE TROTTOLA VORTICOSA



FOTO PIA BENCI

GIOVEDÌ 11 GIUGNO 1992

Ormai mancano pochi giorni all'esame di aikido. Sono stanca e anche discretamente a pezzi. Le ginocchia mi "dolgono" tutte le volte che mi abbasso. La schiena è indolenzita. Polsi, spalle ed alluci mi danno un po' fastidio. Il collo si sta ingrippando.

Però ce la metto tutta! Le tecniche sembrano prender forma, giorno dopo giorno, anche se la perfezione, o meglio, la decenza, è ben lontana, e la velocità non esiste proprio.

Ho scoperto, anzi ho ritrovato, la forza di volontà di un tempo, dei tem-

pi duri. La forza di superare sé stessi e le proprie possibilità.

Anna è la mia "compagna fissa" in questi giorni di preparazione esami. Insieme condividiamo momenti di gioia, entusiasmo, depressione e smarrimento. Alla fine della preparazione o ci "ameremo" alla follia o ci odieremo tremendamente o chissà? Forse troveremo il giusto equilibrio.

Nel dojo il clima esami è al massimo. Volti impegnati, stravolti e demoralizzati si aggirano come zombi per gli spogliatoi. Qualcuno sorride. Si sarà iscritto agli esami o no?

Il Maestro Fujimoto cerca di mette-

re "a punto" le nostre tecniche. Che impresa! Si scoprono cose mai viste!! Anche di dover portare per gli esami di quinto kyu *suvarivaza iriminage!* Non è giusto! Non ci aveva avvertiti prima! O forse ero distratta?

Inoltre, ogni tanto, si diverte a metterci un po' di spauracchio con frasi del tipo: "Se fate questi errori non passate esame". Anna a questo punto dice di voler ritirare la domanda d'esame, perché quando il Maestro lancia questi messaggi vuol dire che ti boccherà veramente.

Così ci vuole Cristina che la incoraggi... e si ricomincia da capo.

E tra uno *shomenuchi nikiyo* che viene troppo frazionato, i piedi che non stanno puntati quando devono e viceversa — di notte sogno il Maestro che mi dice: "Piedi puntati!!" — l'*ate-mi* che si dimentica sempre, la chiusura che fa pena... aspettiamo il 17 — giorno fausto o in-fausto? Chissà come andrà a finire?

Il Maestro Ueshiba Kisshomaru nello Spirito dell'Aikido dice: "L'allievo di aikido deve dedicare la maggior parte del suo allenamento ad approfondire le tecniche di rotazione sferica, e attraverso l'applicazione costante arriverà a capire il principio base. Nel movimento egli, od ella, diviene come una trottola vorticoso, stabile al centro senza mai perdere l'equilibrio. Anche se l'allievo può non esserne completamente consapevole, l'unità ki-mente-corpo, che è unita anche con l'universo, è stata raggiunta".

Ora mi chiedo:

— Diventerò mai "io" una trottola vorticoso che non perde l'equilibrio?

— Raggiungerò mai l'unità ki-mente-corpo?

VENEDÌ 12 GIUGNO

(Censura)! Impreco ad altissima voce a due passi dal dojo — mi sono tirata la portiera dell'auto sul ginocchio. — Varcata la soglia sei occhi — tra cui quelli del Maestro — sono puntati su di me. Sapevano già chi stava entrando. Avevano riconosciuto la mia voce o le mie imprecazioni?

Il Maestro dice: "Esame sarà duro con queste parole!" È una minaccia? O un avvertimento?

...La morale è: mai dire parolacce prima di un esame!!!

SABATO 13 GIUGNO

La tensione sta scemando. Si ripresenterà mercoledì 17!

Oggi non siamo in molti sul tatami.

Un foglio — scritto da Lorenzo — applicato all'entrata dice: "Preparazione esami dalle 14 alle 17" e tra parentesi: "chi tardi arriva meno si allena". Appena arrivata vedo pochi "affezionati" che si stanno allenando, appiccicosi e sudaticci. Il tasso di umidità è altissimo.

Mi fanno e rifanno sempre le stesse tecniche, con lo stesso ritmo, con le stesse persone e chissà, forse anche con gli stessi errori. Però oggi si ride!!!

Tra un *kataletori ikkyo* e un *ryotetori shihonage* e chissà cos'altro, c'è chi si siede semi-in-coma ai bordi del tatami.

Alcuni confabulano in un angolo. Altri annaspiano alla ricerca di un po' d'acqua, ma c'è chi imperterrito — anche se più grondante — prosegue il suo allenamento.

Alle 17 mi avvio stremata verso gli spogliatoi per farmi una "meritata doccia". Tatan! Mi sono dimenticata l'accappatoio. Addio meritata doccia!! Se ci fosse il Maestro avrebbe certamente una battuta pronta in merito alla mia ineguagliabile memoria.

LUNEDÌ 15 GIUGNO

Siamo quasi giunti al traguardo. Oggi c'è già profumo di esami.

Negli spogliatoi vedo Chiara con un'aria un tantino depressa. "Ma come — le dico — fino a qualche giorno fa dicevi di sentirti pronta?". "Ora no!" risponde sempre più depressa.

Francesca come al solito sorride. Ha trovato una rondine che non riesce più a volare, e con l'aiuto del Maestro l'ha "ricoverata" in un angolo del dojo, circondata da tre portaombrelli.

Le due Anne oggi si allenano con me. Anna B. — la mia fedele, o infedele compagna — continua a chiamarmi "secchiona" o "nana malefica". Lei, in compenso, si aggira come un'ossessa per il tatami alla disperata ricerca del suo libretto "personale" degli esami. E vuole solo ed esclusivamente il suo. Perché? Perché ha tradotto pari pari ogni parola gioppinese inerente le tecniche da portare all'esame: es. *kataletori* = presa ad un polso ecc. ecc. Ed è tutto scritto bello e ordinato... da paranoia totale.

Oggi però ha dimenticato il libretto. Mio Dio! Spero non le vengano le convulsioni!

Gli *yudansha* danno gli ultimi consigli. Hanno l'aria di non poterne proprio più di questa preparazione esami, così come tutti quelli che di esami non ne devono proprio dare e così come noi che oramai non vediamo l'ora di finire. Però sono dei santi — dei santini! — spiegano e rispiegano le tecniche con una pazienza "quasi" infinita.

MERCOLEDÌ 17 GIUGNO

Giorno faticoso!

Il primo volto sorridente che vedo

entrando nel dojo, è quello di Francesca. Perché sorride? Primo perché, come ho già detto, Francesca è quasi sempre sorridente e poi perché ha già dato l'esame. Con lei "sorriscono" per lo stesso motivo, Fabrizio, Lorenzo e Brescia.

Negli spogliatoi Anna non sorride affatto. Fa quasi paura! Entrano l'altra Anna e Pia. Sono cianotiche e anche un tantino ansimanti.

Hanno già dato!!

Beate loro!! Basta, ora salgo sul tatami. Il Maestro durante gli esami è solitamente malefico, ma con moderazione. Lancia frecciate taglienti a destra e a manca. C'è n'è per tutti.

Fa fare e rifare tecniche, *ukemi* e *shikko* di vario tipo. Ogni tanto ride e dice anche: "Di solito ci si diverte a vedere esami, oggi proprio no!" E così chi sta facendo l'esame diventa più pallido — o più cianotico, a seconda del soggetto — e sempre più sudaticcio.

C'è chi è veramente esausto. E poi finisce tutto. Seduti in *seiza*, pronti per il saluto e via altro giro altro regalo.

Dietro "le quinte", ovvero dietro le colonne, nella zona neutrale, si assiste agli esami. Qui il clima è molto più rilassato, ma non per tutti! Infatti, mentre molti hanno già sostenuto l'esame, altri stanno ancora aspettando. I primi si parlano nelle orecchie, riddacchiano, oramai sollevati. Gli altri soffrono in silenzio.

Chiedo a qualcuno come è andata. Parlo con il mio compagno d'esame Roberto — gli ho quasi lussato una spalla durante una tecnica! — Ora finalmente ridiamo.

"Che faccia cattiva avevi" mi dice Francesca "potevi sorridere ogni tanto a quel povero ragazzino!" Già, solo che il povero ragazzo, tanto buono e simpatico, pesava 35 kg. più di me. E il Maestro... mi diceva: "Più veloce, più veloce! Così fai cadere solo marito" — mio si intende!

E se la mia faccia era cattiva cosa dire dell'espressione da esaminatore cinico del Maestro? È un'espressione che prepara con cura già una settimana prima degli esami. Ci sarebbe molto da dire in proposito. Forse ci si potrebbe scrivere un'articolo. La prossima volta lo studio con più attenzione. È tutto.

Arrivederci sul tatami da un'aspirante trottola vorticoso!!

rita bellussi

LIBRI

GILLES KEPEL
La rivincita di Dio
Rizzoli L. 32.000

Libro necessario ai più giovani e a chi pensa di aver cercato se non trovato la propria via a partire da un atteggiamento strettamente religioso. Il libro, pur essenzialmente indirizzato all'esame della espansione dei movimenti religiosi (cristiani, ebrei, musulmani), a partire dalla metà degli anni settanta, non trascura di esaminare le motivazioni dei singoli all'interno di diverse religioni. L'autore osserva che i nuovi convertiti "non sono reclutati in misura preponderante negli ambienti oscurati nella popolazione (analfabeti, vecchi, gente di campagna ed altri), ma contano una notevole quantità di diplomati nel sistema scolastico secolare, giovani o meno giovani con una spiccata propensione per le discipline tecniche".

L'atteggiamento religioso sarebbe quindi mutuato, sui banchi di scuola, dalla cultura di professori che hanno come "caratteristica comune e rilevante quella di contestare l'organizzazione della società nei suoi fondamenti laici". I figli del sistema scolastico e della modernità si rivoltano contro la società cui "rimproverano il suo sfaldamento, la sua anomia, l'assenza di un progetto d'insieme a cui aderire".

I cristiani, gli ebrei ed i musulmani partono quindi dall'attacco alla ragione per cercare di riconquistare un mondo dilaniato. Le modalità sono comuni e vanno dal rifiuto della società in cui si vive ad un'ipotesi di società fondamentalista mutuata dai Testi Sacri (Bibbia, Vangeli e Corano). Il libro sviluppa su queste ipotesi un'analisi storico-sociologica che muove dalle elezioni del governo Begin in Israele nel 1977, si sposa nel 1978 con l'elezione di papa Wojtyła, passa per il ritorno di Khomeyni a Teheran nel 1979 e culmina con l'elezione di Reagan, in cui confluiscono

i voti degli evangelici e dei fondamentalisti. In questo intrigo di coincidenze di date e fatti Kepel ritrova "un forte valore simbolico e un comune movimento" che attraversa le religioni e tutta la società soggette all'angoscia della modernizzazione e dell'allontanamento di Dio.

L'autore finirà per spezzare più di una lancia a favore della velusta e martoriata ragione che forse sola può ancora contrastare i mille centri del disfacimento sociale siano essi i puri movimenti religiosi, i nazionalismi impazziti o le ventate di xenofobia e di razzismo.

Ognuno potrà ritrovare qualcosa in questo libro che indaga nel buio sociale dei nostri giorni. Da parte nostra per equilibrare questa fin troppo seria lettura possiamo consigliare dei brani dell'Enciclopedia del Rock anni 60 a cura di Bertonecelli. Infatti nell'epoca delle esternazioni e dei falsi storici è luminante la mitica e sofferta biografia del cantante Ricky Shayne (ma si proprio lui: "uno dei mods") che si professava apolide nato a Beirut da padre libanese e madre americana (ecc. ecc) e

che in realtà era un ruspante pugliese al 100%.

Epifanica.

RAIMONDO DE NICOLA

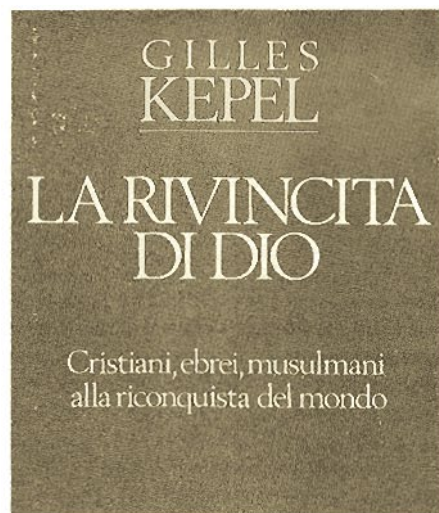
MICHEL RANDOM
Giappone - La strategia dell'invisibile
Ed. ECG - Genova

L'autore ha soggiornato lungamente in Giappone dove ha portato a termine numerosi reportage televisivi e fotografici, anche per conto di una importante emittente francese, rimanendo affascinato dalla cultura di quel lontano Paese.

Si è interessato in particolare dell'ambiente delle arti marziali ed ha pubblicato un magnifico libro con foto, uniche nel suo genere: "Les arts martiaux du Japon". Egli afferma, nell'analisi molto attenta che fa nella "Strategia dell'invisibile", che comprendere il Giappone significa non tanto andare alla ricerca di possibili similitudini con il mondo occidentale cui siamo abituati, quanto piuttosto rilevarne le differenze. Per suffragare questa tesi, peraltro molto significativa, egli analizza tutto ciò che possiamo sapere del Paese del Sol Levante: l'economia, la storia, le religioni, l'arte e la filosofia, non trascurando le arti marziali e l'aikido, di cui riporta qualche inedito aneddoto sulla vita di O-Sensei.

Non so quale accoglienza possa avere questo libro tra i giapponesi che lo volessero leggere ma, per quanto mi riguarda, è un testo, forse unico nel suo genere, di grandissimo interesse e tale dovrebbe apparire a tutti coloro che volessero approfondire la conoscenza e la comprensione di un Paese e di un popolo che sono agli antipodi geografici e culturali rispetto all'Europa.

GIOVANNI GRANONE



LA POSTA DEI LETTORI

Gentile Direttore,

non so se lei vorrà o potrà pubblicare questa mia lettera, sollecitarmi, nell'ultima rivista, da una serie di indicazioni sull'organizzazione dell'Associazione a livello nazionale ed europeo, nonché dalla lettera a lei indirizzata dal Sig. Giovanni Granone. Chiarisco che la messa in forse della possibilità di leggere questa mia sull'autorevole rivista dell'Associazione, non è dovuta ad una sfiducia nei suoi confronti, ma alla constatazione che, in tutti questi anni, non si è mai voluto aprire un dialogo serio con coloro che vengono definiti dal Sig. Granone una "congrega" di mugugnatori, ipercritici ed, in un altro articolo, privi di coraggio nell'affermare le proprie idee.

Mi trovo a rispondere, non perché come si dice a Roma "ho la coda di paglia", ma perché sono stato l'unico socio a mettere per iscritto le mie idee e ad inviarle all'Associazione, ben sapendo che sarebbero state visionate anche dalla Direzione didattica. Purtroppo, non ho potuto spiegarle nell'assemblea perché impedito, per la prima volta, a parteciparvi da gravi motivi familiari. *[Lo scrivente non si riferisce all'assemblea tenutasi a Coverciano il 2 agosto scorso, ma a quella precedente - ndr].*

Si possono condividere le mie posizioni od esserne contro, ma non si può dire che, in tutti questi anni, io non abbia partecipato ed espresso le mie idee a viso aperto, anche alla Direzione didattica. Non ricordo di aver mai sentito la presenza significativa del Sig. Granone nelle assemblee, né in luoghi e momenti più riservati. Personalmente, ribadisco alcuni concetti guida, che ho espresso sempre con molta serenità e che, peraltro, hanno suscitato nei miei confronti, spesso, posizioni di ingiustificato rancore ed aggressività. Ho avuto modo di esternare queste mie idee, al direttore della rivista che l'ha preceduta, Simone Chierchini, in una intervista registrata un anno e mezzo fa, e mai pubblicata. Sembrano strani, quindi, questi appelli alla partecipazione costruttiva, che assomigliano più ad obbligatorie espressioni di consenso.

Le posizioni della FEA, che emerge nel suo ultimo congresso, va nella direzione più volte espressa da me nelle assemblee, cioè quella di un'azione di pacificazione tra le varie scuole che hanno come riferimento il Fondatore della nostra disciplina. Non si tratta, anche qui, di rinunciare alla propria entità di associazione e alla propria storia. Tra l'altro, personalmente sono fiero di essere stato uno dei primi allievi del Maestro TADA quando ancora non esisteva il Dojo centrale di Roma e si praticava aikido in una piccola ex autorimessa. Quindi, posso anch'io vantare qualcosa, se non altro l'aver condiviso la

povertà di quegli anni e l'entusiasmo insieme al primo gruppo dei vecchi allievi del Maestro TADA, amici che non ho mai inteso tradire, anche quando hanno fatto altre scelte e poteva risultare "conveniente" farlo per la mia carriera di aikidoka. È singolare l'idea espressa dal Sig. Granone sulla democrazia e la Direzione didattica. Non era affatto necessario scomodare Mencio o Confucio, bastava ricordarsi che tutti gli uomini sono uguali davanti a Dio e la Direzione didattica non fa eccezione in tal senso. Significa alla fine, proprio se si vuole aiutare gli insegnanti che ci guidano, non confondere il rispetto dovuto con la concezione espressa: "Direzione didattica = Entità e Legge". Se si commette questa operazione possono esserci solo due motivi: il primo, un malessere individuale tipico di chi ha bisogno di certezze; il secondo, la malafede di coloro che incensano per ottenere consenso nelle forme più svariate. Il Giappone antico e moderno, è pieno di questi casi che hanno causato tragedie e fallimenti.

Per ulteriore chiarimento in merito a questi argomenti, mi ritengo disponibile ad affrontarli, se lei crede, attraverso degli articoli specifici, ad interviste che sia io che altre persone che condividono queste mie idee, possano rilasciare senza nessun problema. La mia visione futura dell'aikido italiano non va confusa con la posizione politica di tenere i piedi in una, due, tre stalle, ma di immaginare un futuro nel quale ogni aikidoka possa riconoscersi in termini di armonia, di studio e di arricchimento didattico, indipendentemente dal gruppo di appartenenza.

Un altro principio chiaro, da me più volte espresso, è l'inserimento nella Direzione didattica degli italiani, ed il riconoscimento della pari dignità dei gradi in ogni occasione, nonché un riequilibrio del Consiglio nazionale, con un diverso regolamento elettorale, che consenta la rappresentatività di tutte le regioni, evitando squilibri che possano minare, alla lunga, l'unità dell'Associazione.

Questo le dovevo a suo chiarimento, nella speranza e nell'augurio che lei possa, sempre, esprimere liberamente le idee di tutti gli aikidoka, senza nessun condizionamento.

La ringrazio.

FABIO MONGARDINI
Dojo "Shimabara" - Palestrina
Palestrina, 20.11.1991

Caro Direttore,
l'ultima assemblea dell'Associazione che si è tenuta a Coverciano il 2 agosto scorso, esaurito l'ordine del giorno, ha preso

uno strano andamento quando il Socio Mongardini ha rivolto al Presidente una vibrata protesta per il mio editoriale "Il Dojo delle volpi", apparso sul numero di aprile '92. Egli sosteneva che lo scritto in questione è ingiurioso nei suoi e nei confronti di altri Soci che, pur trovandosi all'opposizione, sempre si sono adoperati per il bene dell'Associazione ma, soprattutto, lo è nei confronti di persone che di essa non fanno più parte, essendo passate ad altre Associazioni di Aikido e che leggono la nostra rivista, a quanto pare, molto attentamente e si sono offese a dismisura. Il Socio Mongardini ha anche chiesto al Presidente di fornirgli il suo formale impegno perché simili "vergognosi episodi" non si debbano mai più ripetere, minacciando, in assenza di una risposta positiva, un'immediata denuncia a nostro carico.

Indipendentemente dalla risposta fornita gli dal Presidente e dall'interpretazione che ne può aver ricavato l'interpellante, debbo ammettere che mi sfugge il nocciolo della questione: se il mio editoriale, come è stato interpretato, stigmatizza in particolare i dissidenti, cioè, coloro che dell'Associazione non fanno più parte, perché qualcuno sente la necessità di alzarsi in loro difesa? Esiste forse una connessione reale tra le parti che il mio scritto ha sfiorato e che la reazione suscitata ha messo in luce? Se anche così fosse, non ravviso, dopo attenta rilettura di quanto ho scritto, gli estremi di alcuna offesa, semmai, visto come si sono svolti i fatti, denuncia di un dato, confermato dalle dichiarazioni e dalle pretese degli interessati. Ho scritto, da quando la rivista Aikido esiste, un numero ormai grandissimo di articoli in alcuni dei quali ho già trattato, magari solo di sfuggita, l'argomento dei dissidenti, senza nascondere la mia disapprovazione nel loro confronti. Debbo tornarvi, ahimè, in questa mia e preferirei non farlo. Ho anche usato metafore più o meno zoologiche come quella della "Lumaca avventurosa", che erano altrettanto provocatorie, senza suscitare reazioni di sorta (ma non si sa mai, qualche lumaca tardiva può ancora arrivare); mi sono spesso accusato, nelle mie metafore, di essere protagonista dei sette peccati capitali ed al lettore non può essere sfuggito che in realtà, pur senza voler escludere la mia persona, parlavo di lui. Solo la metafora delle volpi ha fatto breccia nella sensibilità di chi, presumibilmente, ha la coda di paglia.

Ma veniamo ai dissidenti: conosco alcuni che non praticano più l'aikido, pur essendo stati fra i migliori. Costoro ora fanno dell'altro: giardinaggio, ad esempio, i missionari di una fede religiosa ed altro. Hanno fatto una scelta di vita alla quale non posso che inchinarmi con rispetto. Non ho

lo stesso atteggiamento per le scelte di coloro che sono usciti dall'Associazione solo per entrare in un'altra che meglio corrisponde alle loro "aspettative". Essi praticano ancora l'aikido sotto altra bandiera, come a dire che hanno tradito il loro Maestro.

Ho già detto altrove che se qualcosa non sembra funzionare nel mio castello, ho il dovere di lottare con lealtà all'interno di esso per tentare di dargli un ordine migliore, non certo passare al castello avversario tradendo l'egida sotto la quale ho imparato a camminare.

Mi è stata rivolta l'accusa di non fare nomi; allora dovrei specificare anche le circostanze che hanno portato all'allontanamento e questo, a mio avviso, non farebbe molto onore a chi oggi si sente tanto offeso da una metafora originata da un sogno.

Ah, dimenticavo di dire che anche questa mia lettera, caro Direttore, è un parto di fantasia e che ogni riferimento a fatti o a persone reali è del tutto casuale.

GIOVANNI GRANONE

Estimados amigos:

Muchas gracias por la magnífica revista Aikido del pasado mes de abril que tuvisteis la gentileza de enviarme.

Es para mí un honor figurar entre los colaboradores de tan excelente publicación, de la que me agradaría poseer todos los números.

Adjunto les envío dos artículos nuevos de los que soy autor, por si Vds. desean publicarlos en el próximo número de noviembre que les ruego no se olviden de enviarme.

Si desean más colaboraciones, dibujos, fotos, etc. en torno al Aikido con mucho gusto se los enviaré.

Con el deseo de que sigan manteniendo la calidad verdaderamente notable de la revista, les saluda cordialmente.

JOSE SANTOS NALDA ALBIAC

Saragoza, 27.06.1992

Un'idea.

Questa idea nasce dalla necessità di vivere in modo più diretto la nostra Associazione evitando inutili polemiche che, nel tempo, hanno provocato una stasi organizzativa e una mancata crescita collettiva. Illustro in due battute, al paziente lettore, la mia proposta per una costruttiva soluzione.

Da un'attenta riflessione sulla figura e la funzione del Relatore di zona si deduce che sarebbe opportuno che lo stesso fosse della zona di appartenenza.

Il nostro Relatore di zona, il Sig. Giovanni Granone, è una persona amabilissima e squisita ma, anche a suo dire, esistono

dei problemi obiettivi allo svolgimento delle sue funzioni.

Non basta, infatti, qualche interminabile e minuziosa telefonata al suddetto per vivere in prima persona la nostra situazione. Affinché si realizzi la condizione che sia uno del posto a ricoprire la carica di Relatore di zona, propongo che l'elezione dei consiglieri avvenga in base al numero degli iscritti nelle singole zone già esistenti. Il consigliere eletto nella propria zona ricoprirebbe automaticamente la carica di Relatore di zona.

In base al numero degli iscritti ogni zona già esistente avrà diritto a un certo numero di consiglieri eletti con il sistema attuale. In questo modo si avrebbe una dislocazione di forze, nel consiglio, più equa e razionale.

Sperando che ciò rappresenti un punto di inizio per una immediata valutazione, invito chiunque a lanciare un'idea.

MARCO SCALA

Responsabile Dojo Santa Rei
Portici - Napoli

Caro Bolzoni.

Premettendo che considero molto il tuo impegno ed il tuo lavoro, e personalmente te ne sono grato, sperando che siano costruttive vorrei incominciare con due "critiche".

Nell'articolo di Tergu '91 ho parlato di "aikidoisti" e non di "aikidoka" che è una cattiva traduzione fatta male in origine, e che nessuno vuole cambiare. In giapponese il terminale ka es: judoka, karateka, ecc... significa: esperto. Non credo che anche se cinture nere possiamo definirci tali. Basta notare che i nostri Maestri (giapponesi) non la usano mai e che loro stessi si definiscono "aikidoisti".

Sempre nello stesso testo in una frase conclusiva che diceva: "Ecco, Aikido e Natura è tutto questo". Qualcuno ha aggiunto: "ed altro ancora". Questo ha cambiato il significato di quel che stavo dicendo. E questo sinceramente mi dispiace. Non voglio fare passare nessun messaggio ma voglio che si possa leggere quello che dico e quello che scrivo. Se al tuo avviso qualcosa non va, ti prego di farmelo sapere o al limite di non pubblicare il mio scritto se lo ritieni giusto. Grazie.

Per finire il capitolo delle critiche ti vorrei chiedere di non mettere sulle mie foto che ti mando il nome di un'altro. Che innondi il mio articolo di foto altrui, ok (può darsi che le mie non siano buone), ma se le "buone" le attribuisce a qualcuno altro, allora lì non sono più d'accordo!

Adesso parliamo di futuro.

Oltre all'articolino che ti allego e che vuole essere un omaggio ed un ringraziamento ad un "piccolo grande uomo" e che spero pubblicherai, c'è anche una lettera di ringraziamento di quel ragazzo cecoslo-

vacco che è venuto a Tergu e che tutti i partecipanti hanno aiutato a tornare in patria. Aveva risparmiato tutto l'anno intero, ed appena arrivato in Sardegna lo hanno fregato (in Cecoslovacchia un ingegnere guadagna al massimo L. 200.000 al mese). Comunque tutti hanno messo la mano in tasca e questa lettera è indirizzata a loro. L'ho tradotta letteralmente premettendo che l'inglese di quel ragazzo è assai cattivo. Spero che non sia troppo tardi per il numero di aprile. Augurandomi di non averti infastidito troppo e ringraziandoti per il tuo impegno ti mando i miei saluti più sinceri.

ROLAND GUYONNET

...Vorrei ringraziare molto tutti gli amici con i quali ho trascorso dei giorni meravigliosi a Tergu nel 1991.

Ringrazio tutti coloro che hanno praticato con me i nostri esercizi sul tatami, sulle montagne, sulle spiagge, con hojo e trascorso il tempo libero tra lo studio e l'applicazione della bella e fine arte dell'aikido.

Non di meno ringrazio tutti coloro che con i loro doni hanno reso migliore il mio ritorno a casa.

Spero che anche i piccoli doni che la nostra scuola Rojin Lijang ha fatto a queste persone (2) che sono state tanto vicine alla mia anima, abbiano dato loro un po' di felicità.

Uno speciale ringraziamento al Sig. Roland Guyonnet ed al Maestro Hosokawa per la loro grande pazienza e clemenza con me durante il raduno a Tergu.

Cari amici, che la vostra vita sia sempre accompagnata dall'armonia delle menti felici, dei cuori limpidi e da tutta la buona volontà.

Sinceramente.

LIBOR ROZNOVJAK

Jhilava Nov. 91

(2) I piccoli doni sono stati due sculture di legno fatte dallo stesso Libor e regalate una al maestro ed una a me.

AVVISO AI LETTORI

Tutti coloro che desiderano collaborare con la rivista, sono pregati di far pervenire i loro articoli entro e non oltre il 20 settembre (per la pubblicazione sul numero di novembre), ed entro e non oltre il 20 febbraio (per la pubblicazione sul numero di aprile).

Gli articoli devono essere dattiloscritti accompagnati da fotografie recanti sul retro, data, località, nomi delle persone eventualmente ritratte e nome del fotografo.

Chi utilizza un Pc per la composizione dell'articolo, è pregato di inviare anche il dischetto in file ASCII o Word.

DEDICATO A...

Questo è il testo di una canzone di un cantautore francese: Serge Lama.
Credo che se avessi avuto la fibra poetica l'avrei scritta pensando a quel "piccolo grande uomo" che ci aiuta a capire la "Via" da tutti questi anni.

Ho tradotto il testo parola per parola senza cercare di fare delle frasi in modo corretto, in modo che ognuno lo senta come lo capisce.

Questo vuol essere da parte mia un omaggio ed un ringraziamento al mio Maestro.

ROLAND GUYONNET

MON AMI MON MAÎTRE

*J'ai essayé a cents reprises
De vous parler de mon ami,
Mais comment parler d'une église
Dont l'accès vous est interdit.
Mais ce soir je sens sous ma plume
Un fourmillement familier
Quand le soleil du coeur s'allume
L'éteindre serait un péché.
C'est mon ami et c'est mon maître,
C'est mon maître et c'est mon ami.
Dès que je l'ai vu apparaître
J'ai tout de suite su que c'était lui,
Lui qui allait m'apprendre à être
Ce que modestement je suis.
Comme une chèvre Vendéenne
De ses secrets il est jaloux
Et même s'il a de la peine
Il ne vous parle que de vous.
Il conserve de son bel âge
Un sourire au fond de ses yeux
Et je me dis que c'est dommage
De vous le décrire sans cheveux.
C'est mon ami et c'est mon maître
Je le vouvoie encore aujourd'hui
Et quand j'ai mal dedans mon être
Je passe une heure ou deux chez lui,
L'air qu'on respire a sa fenêtre
C'est l'air le plus pur de Paris.
Il porte en lui dur comme une arme
Un orgueil au-delà de tout
Au point que même au bord des larmes
Il vous fera croire qu'il s'en fout.
C'est lui qui a fortifié mon âme
Et si je suis encore en vie,
Je ne le dois pas a cette femme
Qui me rend heureux aujourd'hui
Mais, a mon ami, a mon maître
Et dans la chanson que voici
Je sais qu'il va se reconnaître
Mais puisque nous sommes entre amis
Ce soir je peux bien me permettre
De vous le présenter aussi.*

MIO AMICO MIO MAESTRO

Ho provato cento volte
A parlarvi del mio amico
Ma come parlare di una chiesa
Di cui è vietato l'accesso.
Ma questa sera sento sotto la mia penna
Un familiare formicolio
Quando il sole del cuore si accende
Spegnerlo sarebbe peccato.
È il mio amico, è il mio maestro
Appena l'ho visto apparire
Ho subito saputo che era lui
Lui che mi avrebbe insegnato ad essere
Quello che modestamente sono.
Come una capra della Vendée (1)
È geloso dei suoi segreti
Ed anche se ha della pena
Vi parlerà soltanto che di voi.
Della sua bella età conserva
Un sorriso in fondo agli occhi
E mi dico che è peccato
Descriverlo senza capelli.
È il mio amico, è il mio maestro
Ed ancora oggi gli dò del lei
E quando sto male dentro di me
Passo un'ora o due con lui
L'aria che si respira dalla sua finestra
È l'aria più pura di Parigi.
Porta dentro di lui duro come un'arma
Un orologio al di là di tutto
Al punto che anche vicino alle lacrime
Vi farà credere che se ne frega.
È lui che ha rinforzato la mia anima
E se sono ancora vivo
Non lo devo a questa donna che
tutt'oggi mi rende felice
Ma al mio amico, al mio maestro
Ed in questa canzone
Sono sicuro che si riconoscerà
Ma visto che siamo tra amici
questa sera mi posso permettere
anche di presentarvelo.

(1) Vendée: Regione del Nord-Ovest della Francia sotto la Bretagna.

COME RICEVERE AIKIDO DIRETTAMENTE A CASA VOSTRA

Volete ricevere la nostra rivista direttamente presso la vostra abitazione? Desiderate ricevere numeri arretrati (solo annate 1987-92) per completare la vostra collezione?

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

1. RECAPITO PERSONALIZZATO (Iscritti Aikido 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 XXI (1992)»; importo lire 25.000. Allegare dichiarazione completa dei propri dati anagrafici, dojo di appartenenza, indirizzo postale e telefonico.

2. SERVIZIO ARRETRATI (Annate 1987-92) 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 10.000 per ogni copia. Allegare dichiarazione completa dei propri dati anagrafici, recapito postale e telefonico, unitamente all'elenco delle copie richieste.

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

Italia: Inviare alla Redazione di Aikido fotocopia di versamento su c/c 1578008 intestato ad Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese - C.P. 4202 - 00182 ROMA - e recante in causale la dicitura: «Socio Culturale Rivista Anno XXII (1992)»; importo lire 25.000. Allegare dichiarazione completa dei propri dati anagrafici, recapito postale e telefonico.

Estero: 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 XXII (1992)»; importo lire 35.000. Allegare dichiarazione completa dei propri dati anagrafici, recapito postale e telefonico.

CALENDARIO STAGE INTERNAZIONALI ANNO ACCADEMICO 1992/93

QUANDO	DOVE		SENSEI
30 - 1 NOVEMBRE	MILANO	Aikikai Milano - Via Porpora 43/47	TADA (Stage Nazionale)
6 - 8 NOVEMBRE	ROMA	Dojo Centrale - Via Eleniana 2	TADA (Stage Nazionale)
14 - 15 NOVEMBRE	AOSTA	Aikikai Aosta - Regione Amerique 95	HOSOKAWA
21 - 22 NOVEMBRE	MILANO	Aikikai Milano - Via Porpora 43/47	FUJIMOTO (da 2° Kyu)
21 - 22 NOVEMBRE	BARI	Shinbu Bari - Via G. Petroni 39/5	HOSOKAWA
5 - 6 DICEMBRE	LA SPEZIA	Nippon La Spezia - Via XX Settembre 294	FUJIMOTO
5 - 6 DICEMBRE	TORINO	Aikikai Torino - Via Santena 6/A	HOSOKAWA
12 - 13 DICEMBRE	CAGLIARI	Musubi No Kai - Via P. Berengario 11	HOSOKAWA
26 - 30 DICEMBRE	MILANO	Aikikai Milano - Via Porpora 43/47	FUJIMOTO (Stage Nazionale)
9 - 10 GENNAIO	PESARO	Aikido Dojo Pesaro - Via P. Gaj 19	FUJIMOTO
16 - 17 GENNAIO	AOSTA	Aikikai Aosta - Regione Amerique 95	FUJIMOTO
23 - 24 GENNAIO	PIETRASANTA	Fujiyama Pietrasanta - Viale Marconi 5	FUJIMOTO
30 - 31 GENNAIO	BOLOGNA	Aikido Kai Bologna - Via Fioravanti 14	FUJIMOTO
30 - 31 GENNAIO	MASSA	Fujiyama Massa - Via G. Pascoli 45	HOSOKAWA
6 - 7 FEBBRAIO	TORINO	Aikikai Torino - Via Santena 6/A	FUJIMOTO
12 - 18 FEBBRAIO	CORTINA	Aikikai Cortina - Via de Stefani 45 - 32042 Calalzo di Cadore (Bl)	HOSOKAWA (Aikido e Sci)
13 - 14 FEBBRAIO	NAPOLI	Budo Club Napoli - Via C. Barbagallo, 142	FUJIMOTO (Principianti)
27 - 28 FEBBRAIO	ROMA	Dojo Centrale - Via Eleniana 2	HOSOKAWA-FUJIMOTO (Yudansha, Ass. Soci, Stage Nazionale)
7 MARZO	BOLOGNA	Aikido Kai Bologna - Via Fioravanti 14	FUJIMOTO (Yudansha)
20 - 21 MARZO	MILANO	Aikikai Milano - Via Porpora 43/47	ASAI - FUJIMOTO
20 - 21 MARZO	NAPOLI	Kodokan Napoli - P.zza Carlo III 5	HOSOKAWA
3 - 4 APRILE	REGGIO EMILIA	S.D.K. Reggio Emilia - Viale Isonzo 9/1	FUJIMOTO
3 - 4 APRILE	BUSSETO	Aikido Club Martesana - Viale Europa Pal. Comune	HOSOKAWA
10 - 12 APRILE	ROMA	Dojo Centrale - Via Eleniana 2	TADA (Stage Nazionale)
17 - 18 APRILE	CAGLIARI	Musubi No Kai - Via P. Berengario 11	ASAI-HOSOKAWA
24 - 25 APRILE	TRENTO	Aikikai Trento - Via Mattioli c/o Scuola	FUJIMOTO
24 - 25 APRILE	SALERNO	Bu Sen Salerno - Via Migliorati 51	HOSOKAWA
31 - 2 APRILE-MAGGIO	MILANO	Aikikai Milano - Via Porpora 43/47	MASUDA
8 - 9 MAGGIO	ROMA	Dojo Centrale - Via Eleniana 2	HOSOKAWA
15 - 16 MAGGIO	MESTRE	Tadashi Koike - Via Penello	FUJIMOTO
22 - 23 MAGGIO	CIVITANOVA MARCHE	S. Aikido Civitanova - Via del Vallone 36	FUJIMOTO
29 - 30 MAGGIO	TORINO	Ken Yu Shin Torino - Via Mantova, 36	FUJIMOTO
5 - 6 GIUGNO	ANCONA	Stamura Ancona - c/o Mole Vanvitelliana	FUJIMOTO
5 - 6 GIUGNO	LA SPEZIA	Nippon La Spezia - Via XX Settembre 294	HOSOKAWA
12 - 13 GIUGNO	ASTI	Aikikai Asti - Corso Corridoni 51	FUJIMOTO
19 - 20 GIUGNO	CAGLIARI	Musubi No Kai - Via P. Berengario 11	IKEDA - HOSOKAWA
19 - 20 GIUGNO	da destinarsi		(Prom. Nord)
27 GIUGNO	MILANO	Aikikai Milano - Via Porpora 43/47	FUJIMOTO (Insegnanti)
26 - 27 GIUGNO	da destinarsi		(Prom. Sud)

SESSIONI DI ESAME DAN E KYU

PIEVE DI CADORE 20/02/92

Hosokawa	
Bottino Giuseppe - Poli Stefano	4° KYU
Bontiglio Giuseppe	3° KYU
Granaio Alfio	2° KYU
Majoni Elena - Conte Maria Angela - Osvaldi Antonio - Rizzetto Augusto - Ciotti Fausto - Novellino Rodolfo	1° KYU

LA SPEZIA 28/02/92

Cerri	
Vegnoli Andrea	6° KYU
Cremascoli Luciano	5° KYU
Pras Barbara - Tedeschi Stefania - Veneri Ettore - Bargiacchi Luisa - Dotti Mauro - Bordon Andrea - Isoppo Enrico	4° KYU

VENEZIA 29/02/92

Gaspari	
Cuneo Claudio - Marelli Daniela - Mazzola Davide - Sparsi Enrico - Ferro Lucia - Scarpa Raffaele - Mion Daniele - Borsetto Barbara - Tabachin Pierluigi - De Toni Marco - Beghetto Paolo - Zanetti Simone - Stralotto Maurizio - Zambon Romeo - Parancola Antonio - Pasqual Luigi - Perale Antonello - Bertoni Maria Cristina	6° KYU
Rampazzo Roberto	5° KYU
Carlotto Chiara - Barolo Francesco	4° KYU
Bernardi Enrico	3° KYU
Viotto Giuliana	2° KYU

ALBENGA 2/03/92

Benso	
Arnaldi Simone - Giorgelli Antonella - Esposito Faraone Lodovico	6° KYU
Trotta Bruno	5° KYU

ISOLA DI FANO 5/03/92

Sassi	
Casini Francesca - Montemaggiore Giorgia - Montemaggiore Alessia - Ercolani Otello - Allegrezza Francesco - Ciancamerla Corrado - Ciattoni Francesco - Ciancamerla Silvia - Mauri Federica - Malvagi Annalisa - Astolfi Susanna - Luzzi Chiara - Orzi Emanuele - Fiorelli Simone	10° KYU
	6° KYU
	5° KYU

PIETRASANTA 6/03/92

Genovesi	
Giannini Ilaria - Dei Pistola Simone - Pardini Raul - Tubak Oliver Nils - Bergamini Andrea - Celeri Daniele - Tagliata Simone - Simonelli Federico - Giannini Nicola	6° KYU
	5° KYU

NAPOLI 6/03/92

Esposito	
Castaldo Carlo - Volpe Antonietta - Di Gerónimo Rocco	6° KYU
Avolio Raffaele - Boragine Sofia	5° KYU
Barbiero Wera	3° KYU
Amoroso Castrese - Condercuri Salvatore	2° KYU

CIVITANOVA 13/03/92

Kurihara	
Balducci Cosimo - Giampaoli Augusto - Gattafoni Marco	6° KYU
Pierdominici Elisabetta - Agostini Tiberio	6° KYU
Tocaceli Vincenzo	5° KYU
Peticarini Fabiola - Formentini Fabiola - Sgariglia Giuseppina	4° KYU
Pierdominici Daniela	3° KYU

NAPOLI 14/03/92

Hosokawa	
Rivera Elio - Carrillo Martin	6° KYU

Vicenti Bruno - Siciliani Germana - Pini Antonio	4° KYU
Siciliano Vincenzo - Oliveri del Castillo Umberto - Terlizzi Alessandro	3° KYU
Papa Giuseppe - Rusciano Giovanni - Iagrossi Angelo - Maturò Paolo - Zita Franco	2° KYU
Buonanno Pellegrino - Giuseppina Gargiulo - De Luca Renato - Panunzio Vito	1° KYU

ROMA 18/03/92

Kurihara	
Catricalà Valentino - Torelli Alessandro	10° KYU
Mendoza Elio Carlos - Aprea Anna - Worms Malica - Tran Oliver	8° KYU
Barliomei Giuseppe - Felici Alessandro - Di Camillo Gabriele - Villani Salvatore - Pucci Fabrizio - Salesi Massimo - Varazzi Christian - Matter Andrea - Lauretta Rosaria - Marchet Emilia - Florio Gaetano - Di Camillo Edoardo - Vincis Gianni - Malizia David - Ciocciarello Roberto - Mela Paola - Leoni Roberta - Mestichella Natale	6° KYU

LAURIA 21/03/92

Pagano	
Lavilletta Giacomo	9° KYU
Bevilacqua Claudio	8° KYU
Lorito Giorgio - Cantisani Giannantonio - Schettini Giovanni	7° KYU
Lammoglia Andrea	5° KYU
Cozzi Francesco	4° KYU

PALERMO 21/03/92

Hosokawa	
D'Alessandro Marco - La placca Sergio - Lupo Valerio - Majeli Sebastiano	6° KYU
La placca Pietro - Scalici Salvatore - Bianchini Giuseppe	5° KYU
Bonanno Rosaria - Marciano Agata - Macaluso Vincenzo - Cavallaro Fabio	4° KYU
Perrini Pietro	3° KYU
Greco Andrea - Colonna Pietro	2° KYU

BOLOGNA 22/03/92

Chiossi	
Marchetti Davide - Casetti Fabrizio - Selvaggio Antonio - Cardinaletti Alfredo - Rinaldi Maurizio - Mennilli Alessandro - Franceschini Ermes - Garuti Paola - Pedretti Aureliano - Quadri Marco - Mignani Marco - Busi Franco - Ciani Claudio	6° KYU
Cremonini Willy - Di Blasio Michele - Zoboli Giancarlo	5° KYU
Silvano Paolo - Arista Axel - Limoni Raffaele - Maurizi Alberto	4° KYU

SAVONA 27/03/92

Fabbretti	
Ferro Grazia	6° KYU
Grassi Emanuele - Iagulli Guidomichele	5° KYU
D'Harcourt Francesco	4° KYU

BUSSERO 29/03/92

Bellini	
Gala Luigi - Bordogna Paolo - Lotta Luca Andrea	10° KYU

TORINO 29/03/92

Zucco	
Giarratana Luigi	6° KYU
Racano Rino - Falla Liliana - Ferrara Luigi	4° KYU

SAVONA 30/03/92

Fabbretti	
Becchio Gianluigi	6° KYU
Tisci Michele - Scalfidi Lallaro Antonio	5° KYU

NAPOLI 5/04/92

Pagano	
Caleno Vincenzo - Buoncompagni Ciro - Chiarappa Fulvio - Girardi Umberto - Giame Pasquale	6° KYU

LA SPEZIA 5/04/92

Hosokawa	
Danielli Alberto - Danielli Paolo	6° KYU
Graco Susanna - Filippaddu Vittorio	2° KYU

RIMINI 10/04/92

Foglietta	
Gestblon Camilla - Gostoli Stefano - Vincini Maurizio - Fontana Riccardo - Savini Maurizio - Mussoni Alessandro	6° KYU
Chayer Geroge	5° KYU
Piergiovanni Stefano	4° KYU

AOSTA 11/04/92

Fujimoto	
Englen Drudi - Rivolta Erik - Facy Graziana - Testa Ezio - Henriët Mansa - Vacquin Claudia	6° KYU
Chatrian Cristina	4° KYU
Bozzolini Roberto	3° KYU

BUSSERO 12/04/92

Hosokawa	
Tansini Claudio - Fornaroli Laura	6° KYU
Lo Monte Salvatore - Rossio Daniele - Coppi Albarosa - Ilari Marco - Guzzi Giorgio	5° KYU
Mazzoni Maria Grazia	4° KYU
Clini Lucio	2° KYU
Mazzoni Marco	1° KYU

TORINO 16/04/92

Zancolo	
Pellegrino Giuseppe - Crescente Emanuele - Francone Massimo - Manzotti Riccardo - Marchese Gabriele - Monzeglio Riccardo - Fenoglio Stefania - Valle Ilana	6° KYU
Roccali Franco - Cavallo Andrea	5° KYU
Pata Antonella	4° KYU

ROMA 20/04/92

Kurihara	
Morisco Maurizio - Palumbo Massimiliano - Gresta Alessandro - Ricci Stefano - Avallone Massimiliano - Grasso Sergio	6° KYU
Notarangelo Tommaso - Maracchioni Marco - Andreani Fabrizio	5° KYU
Pilloni Angela - Mastrolonardo Giuseppina - Masi Erminia - Appice Amelia - Galletta Massimo - Balchini Francesco	4° KYU
Di Mambro Anna	3° KYU
Traversa Valentino - Scollucci Stefano - Villafiorita Diana - Romita Rosario	2° KYU
Berni Silvia - Trevisan Alvise - De Mio Massimiliano - Mirra Paolo - Partipilo Vito - Traversa Federico - Di Fonzo Domenico - Conventi Alberto - Sardarelli Edoardo - Peranoeli Guido	1° KYU

ROMA 20/04/92

Hosokawa	
Di Giuseppe Valentino	1° DAN
Masetti Pietro Helmut	1° DAN
Norscia Orlando	1° DAN
Gallozzi Marina	1° DAN
Gramaglia Monica	1° DAN
Lomonte Antonio	1° DAN
Gaspari Fabrizio	1° DAN
Poderosi Augusto	1° DAN
Tateo Davide	1° DAN
Hintz Peter	1° DAN
Ramozzi Rinaldo	1° DAN
Cherlef Claude	1° DAN
Giacomini Ivan	2° DAN

Villa Claudio	2° DAN	Baratta Laura - Mazzocchi Pietro - Zol- lo Alessandro - Mirenda Marco - Gara- gna Luciano - Di Stefano Claudio	5° KYU	BUSSETO 29/05/92	
Banzi Alessandro	2° DAN	Baldo Luciano - Rizzo Angelo - Taran- tofa Rosa - Piliego Iris - D'Està Miche- le - Castellani Fabio - Giannini Alessan- dra - Zamperlin Riccardo	4° KYU	Beilini	
Gallo Salvatore	2° DAN			Varisco Aischa - Rocco Carlo	10° KYU
Nataloni Mario	2° DAN			Pini Samuele - Maggi Paolo - Moratti Roberto - Biscuola Davide	6° KYU
TRENTO 26/04/92				Lorenzetti Claudio	5° KYU
Fujimoto				Bragaglio Giorgio	4° KYU
Pasetta Ornella - Girardi Elida	6° KYU	ANCONA 21/05/92		RICCIONE 31/05/92	
Manzini Maurizio - Trenti Annibale	3° KYU	Carinelli		Andrini	
Stamboli Marco	2° KYU	Astori Luca	10° KYU	Conti Massimo	6° KYU
FOGGIA 29/04/92		Malerbi Ferruccio - Luchetti Linda	6° KYU	Celi Daniela - Vanucci Massimo - An- gelini Nicola	5° KYU
Piccolo		Sangiorgio Carmelo - Sanchiani Luca		Casadei Fabrizio	4° KYU
De Nucci Ennio - Forgiatore Vittorio - La- salvia Concetta - Pipoli Antonello	10° KYU	Ferrotti Massimiliano - Carnevali Fran- cesco - Mattiucci Marco	4° KYU	TORINO 31/05/92	
Castriotta Michele Claudio - Scopece Michele	8° KYU	BOLZANO 22/05/92		Fujimoto	
Cislaghi Giorgio - Ficarelli Antonio - Sannoner Alfredo	6° KYU	D'Antonio		Luppino Lorenzo - Pelizzon Alessandro	6° KYU
Gitto Raffaele - Ardito Maria - Castriotta Angelo - Stridi Luigi - Castriotta Loren- zo - Santoro M. Cristina	5° KYU	Lang Michael - Lang Alexander - Bian- chi Diego - Kerl Gudrun	10° KYU	Farina Rossana - Farina Antonello - Colford Antonella - Brisotto Alfiero - Graziano Roberto	5° KYU
Guida Ester	4° KYU	Straudi Stefano - Gottiardi Mauro - Gi- gliotti Luca - Misfattoi Jane - Jakomet Paul	9° KYU	Cardia Emilio	4° KYU
ROMA 29/04/92		Mazzanti Nicola - Bondesani Alessio	8° KYU	Iavella Luciana - Girotto Gianfranco - Montanelli Loredana - Driussi Barbara	3° KYU
Serpleri		Scalcon Simone - Favali Emiliano - Bianchi Davide	7° KYU	De Cristofaro Franco - Giunta Bruno - Sartori Francesco - Ardissoni Liliana	2° KYU
Calvitti Claudio	6° KYU	PRAIANO 22/05/92		Lucotti Luca - Volterro Mauro - Alice Gianna	1° KYU
Scapigliati Mauro	5° KYU	Alelli		ROMA 31/05/92	
MILANO 3/05/92		Barbato Alessandro - Gargiulo Genna- ro Alessio - Esposito Rossella - Amen- dola Salvatore - Pane Felicia - Gaglia- no Leonardo - Galano Carolina - Fusco Antonino - Leo Elisabetta - Cuccurullo Diego - Fusco Alfredo - Galano Glu- seppe	10° KYU	Kurihara	
Fujimoto		Stancati Giorgio - Merolla Giulio - Ca- stellano Andrea - Milano Ester - Capri- gione Ilaria - Milano Valentina - Gar- giulo Francesco - Castellano Michele	9° KYU	Bonanni Paola - Ceci Roberta - Longo Teresa - Costa Pellegrino - Palumbo Maurizio - Ardillo Patrizio	6° KYU
Costanzo Alberto	5° KYU	- D'Amato Davide - Galano Gennaro		Leoni Roberta - Santori Danilo - Hira- ta Issin - De Lorenzo Piergiorgio - Laz- zara Antonello - Rocco Rosaria - Liuz- zi Faustino	5° KYU
Cimardi Fabio - Pazzali Omar	4° KYU	Laurelano Pasquale - Vudo Luigi - Cuc- curullo Simone - De Luca Marco	8° KYU	Galli Roberto	4° KYU
Boatto Mario	2° KYU	Panò Francesco - Scala Giuseppe - Aiello Marina - Massa Michele - Ferri- gno Luigi - Coppola Giovanni - Stan- cati Leonardo - Brepson Catherine	6° KYU	Pantò Marco - Mattia Tiziana	3° KYU
Zilioli Maurizio - Parolini Riccardo - Pez- zoli Fabio - Zaccaria Angelo - Scappi- no Piero	1° KYU	Manna Marina - Ferrigno Giuseppe		Di Francesco Ferdinando - De Lucia Elena - Faioli Paolo - Studer Elisabetta	2° KYU
PORTICI 3/05/92		Gargiulo Erasmo	5° KYU	- Martinica Giuseppe	
Kurihara		Gargiulo Giuseppe - Galani Gennaro	4° KYU	ROMA 1/06/92	
Ciccarelli Pasqualina - Trombaccia M. Maddalena - Ascione Maria - Pirone Giancarlo - Costa Paola - Lista Maria	6° KYU	Jacuanello Fabio	3° KYU	Kurihara	
Ielpo Egidio - Carullo Vincenzo - Del Corra Salvatore - Rinaldi Vincenzo	5° KYU	MACERATA 22/05/92		Mellini Simona	10° KYU
Niglio Michele - Precchia Mario - Bo- sco Marina	5° KYU	Carinelli		Desideri Massimo	6° KYU
D'Orsi Giulia - Lamboglia Rosella	4° KYU	Ricciardi Roberto - Taccari Emanuela	6° KYU	ALBENGA 5/06/92	
Scalzi Bartolomeo - Manfredelli Nico- la - Iavicoli Angelo - Reale Giuseppe	3° KYU	Filippini Eugenio		Benso	
- Spataro Giuseppe - Bevilacqua Nicola		Rapagnani Andrea	5° KYU	Giunta Ariani - Cannata Elena - Cora- li Andrea - Conti Giacomo - Ansaide Da- vide - Cannata Alberto - Hatzi Georgiou	10° KYU
Piomalo Mariano - Somma Franco - Vi- ceconti Felice - Villano Antonio - Var- chetta Aldo - Carratù Silvano - Came- rino Alverio - Boemia Giuseppe	1° KYU	PALERMO 23/05/92		Alessandra - Roasco Elisa - Dellementi Giorgia - Soddu Enrico - Calleri Matteo	
BOLOGNA 5/05/92		Kurihara		De Giglio Cesare - Pastino Alessandro	
Travaglioli		Calabiano Fabio - Musumeci Rosano	6° KYU	- Guidara Marco - Dio Jacopo	
De Feo Ugo - Monari Annalena - Bric- coli Anna Rita	5° KYU	PARMA 24/05/92		Suraci Iro	8° KYU
PALESTRINA 10/05/92		Fujimoto		Bodo Alessandro	7° KYU
Mangardini		Tagliavini Sara - Trinchieri Piergiorgio	6° KYU	Odetta Maura	6° KYU
Massei Oriana - Seri Massimo	6° KYU	Salis Rita - Terenzi Denis - Zararo- ni Daniela - Miceli Giuseppe - Morallo Lucio - Pagoto Giuseppe - Passera Alessandro - Elaghour Mohamed Ah- med - Diacci Luca - Fomrentini Andrea		BOLOGNA 7/06/92	
Romagnoli Stefano - Fazioli Clarice - Panzironi Marco	4° KYU	- Tondelli Andrea - Dolcecamas Michele		Kurihara	
IVREA 17/05/92		Ramunno Nada - Pederini Stefano - Vincenzi Franco - Tondelli Giorgio - Barbieri Massimo - Colombani Paolo	5° KYU	Martino Luciano	4° KYU
Kurihara		- Fusetti Nadia - Moroni Fernanda		Pacella Stefano - Manfredi Monica - Bertazzini Marco - Querzola Fabrizio	3° KYU
Di Nuzzo Fiorella - Maresi Roberto	6° KYU	Bazzini Marco - Vescovi Luca - Zam- pella Gian Paolo - Bondioli Lorenzo - Bonazzi Paolo - Friggeri Mirco - Colta- favi Lia - Casolari Cinzia	4° KYU	- Natali Lara - Ricci Petroni Roberto - Piva Umberto - Fornasini Maurizio	
Peraglio Claudio - Masia Roberto - Mei Claudia - Derru Pier Luigi	5° KYU	Scalabrini Mauro - Albano Sibilla	3° KYU	Martelli Firenze	2° KYU
Barollo Guido	4° KYU			IMPERIA 12/06/92	
Gianfrati Francesca	2° KYU			Rianieri	
MESTRE 17/05/92				Baldo Alberto	6° KYU
Fujimoto				Inconi Mauro	4° KYU
Croni Luca - Araldo Maura - Nuvoletti Stefano - Gasparetto Rodolfo - Pozzo- bon Barbara - Rossi Stelvio - Matteaggi Francesco - Brussolo Vittorio - Favaro Luca - Giolli Massimo - Balsamo Clau- dia - Piliego Silvia - Decandia Marco	6° KYU			Gismondi Clara	2° KYU

Mennilli Alessandro - Ciani Claudio - 5° KYU
Tewolde Mulu - Marchetti Davide - Rinaldi Maurizio - Pedratti Aureliano
Masolina Luigi - Saroni Marco - Chiossi Matteo - Silvestrini Massimo - Bolognesi Giovanni

META DI SORRENTO 13/06/92

Aiello
Ferrara Gennaro - Senatore Vincenzo - 10° KYU
Vitali Aniello - Rispoli Antonella
Sica Antonio 9° KYU
Merico Raffaele 6° KYU
Gentile Lidia - Sica Costantino 4° KYU
Carpenzani Rosario 2° KYU

CAGLIARI 14/06/92

Hosokawa
Nizzi Francesco - Deledda Giovanni - 5° KYU
Pronto Massimiliano - Viorio Enrico - Fanni Giovanni Maria - Carrara Matteo - Beneventi Danilo - Podda Giancarlo - Granara Claudia - Ecca Giovanni Andrea - Derio Valentino - Scano Paola - Satta Andrea - Sanna Sandro
Pirroni Maria Grazia - Satta Antonella 4° KYU
Perra Savio 2° KYU
Giuliani Anna - Cadeddu Valentina 1° KYU

ASTI 14/06/92

Fujimoto
Thedu Christian - Cirabissi Barbara 6° KYU
Bodegna Roberto - De Siena Dario 5° KYU
Creazzo Gilberto 4° KYU
Vecchiore Gaetano - Bosati Giuseppe 3° KYU
Bailo Maurizio
Capra Cristina 1° KYU

CAGLIARI 15/06/92

Hosokawa
Gana Matteo - Porcu Edmondo - Carta Luca - Meloni Francesca - Sanna Daniele - Piras Laura - Scialdone Roberto - Costa Stefano - Musumeci Andrea - Piras Igor
Spano Simone - Ceccarelli Gino - Bellisai Eufalia - Murgia Matteo - Sanna Sara - Carro Ignazio
Meloni Giulia - Tronci Elisabetta - Stegagnini Claudio - Spano Fabrizio Maria - Vignali Enrico - Vincis Giuseppe - Sanna Serafina - Posseddu Alessandra - Puggioni Paola - Piras Silvia - Piras Amperino - Pai Giovanna - Musumeci Giuseppe - Matta Paola - Farnetti Erminia - Fontanesi Oscar - Deiana Marcello - Carla Antonella - Piras Angelo - Spano Orlando
Orri Fabio - Pusseddu Marina - Tesio Alessandro 5° KYU
Scialdone Pierpaolo - Scialdone Mauro - Carla Giovanna 4° KYU

NAPOLI 15/06/92

Pagano
D'Apolito Nunzia - Scognamiglio Sonia - Abadi Zeudi Alemu 6° KYU
Siano Annamaria - Giamè Pasquale - Vigna Salvatore - Cortese Maria Rosaria - Lieto Ciro - Civard Umberto - Buoncompagni Ciro - Rubiacchi Francesco - Soldà Vincenzo
Mariano Emerico 3° KYU
Pisacane Pasquale - Iannaccone Raffaele - Pontillo Patrizia - Pellicchia Dorian 2° KYU

ASTI 15/06/92

Gargiulo
Petrizzella Davide - Rinaldi Mattia - 10° KYU
Gea Emiliano - Aguiari Roberto - Panepinto Andrea - Ingrao Alberto - An-

dreoli Riccardo 10° KYU
Morra Francesca - Biolcati Alessandro 9° KYU
Gonella Daniela - Ravizza Gianluca
Ponzi Alberto 8° KYU
Ciuchelli Giulia

ASTI 16/06/92

Gargiulo
Andreoli Alessandro 6° KYU
Sandri Anna - Galandrino Susanna - 5° KYU
Adamo Albeto
Spinosa Fabrizio - Ferreiro Pierangela 4° KYU

PIETRASANTA 17/06/92

Genovesi
Brunini Lisa 7° KYU
Corradini Andrea - Pera Simone - D'Auria Sulfivan 6° KYU
Giannini Marco 5° KYU
D'Angiolo Nicola - Lorenzi Maria - Ceragioli Marusca 4° KYU

MILANO 17/06/92

Fujimoto
Buccomino Anna - Saini Samantha - 6° KYU
Caltaneo Rita - Fermariello Mauro - Vecchione Tommaso - Procopio Mercedes - Madia Mauro - Bianchi Fabrizio - Beltrame Maurizio - Benedettini Corrado - Fiaschi Roberto - Bravi Alessandra - Taddei Riccardo - Velardi Laura - Tagliaferro Daniela - Fabbio Ottavio - Poleo Salvatore - Trungadi Maria Antonia - Merli William - Digioni Antonio - Genuardi Calogero - Geuna Filippo - Messineo Laura - Bissoloni Riccardo - Romeo Riccardo - Biasetti Luigi - Minetti Sergio - Bichin Claudio - Di Pirro Pasquale - Capra Fausto - Usellini Filippo - Peirone Jacopo - Camellini Alessandra
Morandi Enrica - Priante Luciano - Di Mola Gianfranco - Zanzanaro Diego - Galeota Fiore Vincenzo - Zetti Anna - Iosca Paolo - Tolomei Luciano - Ricci Matteo - Tonani Gianbattista - Cacciatore Francesco - Bellussi Rita - Benci Pia - Cavallo Enrico - Bravi Valentina - De Marco Giuseppe - Pastore Mauro - Boarolo Daniela
Garbati Antonello - Boccardo Graziella - Fagni Fabrizio - Colace Giulia Maria - Testoni Italo - Luilli Lorenzo - Motla Sergio - Creston Simona - Passaro Biagio - Bottazzi Alberto 4° KYU
Cremonini Francesca - Borgomaneri Luigi - Pulici Ermanno - Gozzo Chiara 3° KYU

RIMINI 19/06/92

Fabbri
Bordi Gian Piero - Pagliarini Sabrina 5° KYU
Boarelli Franco - Tognacci Andrea - Pedrelli Marco - Olivieri Maria Grazia - Dominici Silvia 4° KYU

GENOVA 19/06/92

Granone
Fernandes Guido 7° KYU
Abbondanza Laura - Arrigoni Patrizia - Buzzoni Paolo - Rizzo Cristina 6° KYU
Petruzzi Sergio - Traverso Stefania 5° KYU
Leopaldi Renato - Ursini Vincenzo 4° KYU

ALTAVILLA 19/06/92

Esposito
Maluri Mimmo - Palumbo Antonello - 10° KYU
Maluri Antonio - Costantino Angelo - Minguzzi Alessandro - Di Matteo Francesco - Vulo Giuseppe - Palumbo Francesco
Mendana Veronica - Minguzzi Bianca - 9° KYU
Faiella Gerardo - Saponara Da-

nrele - Postiglione William - Perillo Valantino 9° KYU
Belmonte Silvio - Acito Fabio 6° KYU

CAPOTERRA 20/06/92

Abis
Careddu Paolo - Bernarch Luca - Fanni Cristiana - Milia Luca - Aime Sara - Cossa Fabrizio - Viorio Sergio - Cocco Maria Aurora 10° KYU
Lombardi Andrea - Careddu Antonio 9° KYU
Petrucchi Andrea - Carta Ambra - Pina Davide - Aime Alessandro - Sidore Alessandro - Cappai Salvatore 8° KYU
Cercassi Luca - Sidore Carlo - Lenigno Nicola - Ucheddu Gianbattista 7° KYU
Manunza Pierluigi - Zucca Roberta - 6° KYU
Dettori Antonio - Ucheddu Gianluca - Carta Angelo - Grisorio Salvatore - Gadda Fabrizio - Pastore Roberto - Cirina Martina - Serra Matteo

TORINO 21/06/92

Villaverde
Grippe Leo - Rigato Rosa - Montanelli Gianpaolo - Lussoglio Paola - Bergadamo Ettore 5° KYU
Riccio Marco 4° KYU

MERANO 21/06/92

Fujimoto
Thoma Michael - Kurz Lorenz - Bertagnoli Anna Maria - Geneth Christoph - Rauer Alois - Boschetti Andrea - Apolloni Luca - Zecchini Giovanni - Oriani Alessandro - Giaccheri Graziano - Oriani Giuseppe - Sessler Tomas - Poli Cecilia 5° KYU
Diocleziani Andrea 4° KYU

TORINO 21/06/92

Zucco
Savarino Gabriella - Costantino Flavio - Scampini Carlo Alberto - Vallino Marco - Caranzano Federico - D'Errico Lucio - Strangis Davide - Sperolini Aurelio - Chiesa Maurizio - Chiabotti Lorenzo - Granata Samantha - Bonato Andrea - Blanda Elena - D'Alba Vittorino - Mosca Michele - D'Errico Valentino 10° KYU
Zanatta Ian - Ciulla Luigi - Andrea - Valino Valeria 9° KYU
Careri Davide - Perardi Paola 7° KYU
Chiabotti Francesco - Franza Daniela - Franza Viviana - Santo Giuseppe - Mullas Michela - Kharoubi Mehmi 6° KYU
Giarratana Luigi 5° KYU
Colangelo Maria 4° KYU
Volta Massimo 2° KYU

BOLZANO 22/06/92

D'Antonio
Cozzi Paolo - Walz Roberto - Tuti Marco - Gruber Martin - Baiesi Manuela - Fracchetti Daniel - Torresah Stefan - Daum Donethea - Wenin Johann - Barcatta Eva - Tiefenbrunner Thomas - Ribul Alfier Ermen - Peverotto Giuseppe - Califano Eugenio - Hamberger Alexander - Sorbello Giorgio 6° KYU
Pitarrelli Vera - Dalvai Rudi - Zaninelli Domenico - Pippa Maria Antonella - Obkircher Agidius - Daum Annamaria 5° KYU
Bissaro Ugo - Maniezzi Danilo - Bazzanella Adriana - Simmerle Giuseppina - Sfondrini Domenico 4° KYU

PESARO 30/03/92

Marinoni
Pischedda Caterina 8° KYU
Pischedda Luigi 7° KYU
Bizzi Nicola - Sorcinelli Paolo 6° KYU

Campagnoli Giuseppe - Sperndel Franca - Bontempi Massimo De Simoni Umberto Re Cristian - Lazzari Fedele	5° KYU 4° KYU 3° KYU	rizio - Falconi Manuela	5° KYU	na - Lapadula Giovanni - D'Ingeo Renata Ispio Egidio - Craca Clotilde - Avolino Claudio Bellone Vito Agrello Giovanni - Viceconti Bruno Porchetti Francesco - Piergiovanni Pietro	6° KYU 5° KYU 4° KYU 3° KYU 1° KYU
ISOLA DI FANO 24/06/92 Sassi		NAPOLI 27/06/92 Esposito		COVERCIANO 1/08/92 Tada	
Favoni Orlando - Zenobi Roberto Astolfi Susanna - Malvagi Annalisa - Mauri Federica - Giancamilla Silvia Allegrezza Francesco - Orzi Emanuele - Ciaffoni Francesco Fiorelli Simone	6° KYU 5° KYU 4° KYU	Rinaldi Giovanni Veltrano Alessandro Monno Antonio Guido - Di Geronimo Rocco - Colutta Pierluigi - De Masi Danilo - Volpe Antonietta Clemenza Antonio - Memoli Stefano - Colaci Giovanni Bassolino Patrizia - Vicinanza Massimo Frusolone Michele - Coppola Alessandro Vacca Corrado - Pellone Salvatore - Migliaccio Castiello - Iuliano Carmine	8° KYU 6° KYU 5° KYU 4° KYU 3° KYU 2° KYU 1° KYU	COVERCIANO 1/08/92 Tada Abis Cesare Zamcolo Roberto Costabioz Giovanni Bergamelli Nadia Degami Anna Chiossi Gianni	4° DAN 4° DAN 3° DAN 3° DAN 3° DAN 3° DAN
ROMA 26/06/92 Serpiert Pannain Remo	2° KYU	MASSA 28/06/92 Verona		COVERCIANO 1/08/92 Hosokawa	
PADOVA 26/06/92 Gespert		Bonaldi Daniela - Gassani Diego Zoppi Roberto Jawa Youssel - Pucci Sabrina - Quadrelli Paola - Farusi Roberto - Finelli Davide - Lucetti Giuliano - Savino Giuseppe - Vanelli Giancarlo Labbadia Lidia	8° KYU 7° KYU 6° KYU 4° KYU	COVERCIANO 1/08/92 Kurihara Iagulli Guidomichele - Grassi Emanuela Guerzoni Germana	2° DAN 2° DAN 1° DAN 1° DAN 1° DAN
Alzetta Boschian Daniela - Dall'Angelo Carlo - Toniolo Primo Giorgio - Marenduzzo Cinzia - Tommasin Renzo - Abbadir Paolo - Pellegrini Rossella - Grigolo Massimiliano - Cecchin Gianni Parancola Antonio - Corsini Claudia - Perale Antonello - Siebessi Ariuro - Zanelli Simone - Beghetto Paolo - Tabacchin Pierluigi - Progidia Vincenzo - De Toni Marco - Cuneo Claudio Ciociano Giorgio - Mazzucato Paolo - Rampazzo Roberto - Mandruzzato Luigi - Sbrissa Giorgio - Boldrin Antonio - Rebasili Rosanna Angelozzi Andrea - Segalina Davide	6° KYU 5° KYU 3° KYU	CALALZO 3/07/92 Hosokawa Frescura Antonio - Nobili Michele - Denicu Elena - Costantini Daniela Botlino Giuseppe Tabacchi William	6° KYU 3° KYU 2° KYU	COVERCIANO 8/08/92 Tada Carimelli Giuliano Misseri Federico Fantoni Alessandro	4° DAN 3° DAN 3° DAN
SAVONA 26/06/92 Fabbretti Cariglia Paolo	5° KYU	ALBENGA 8/07/92 Benso Rolando Tonina - Goldberg Marco - Tullio Enzo Grimaldi Giuseppe	6° KYU 4° KYU	COVERCIANO 8/08/92 Kurihara Miodrag Petrovic Perez Soraya - Tucci Enrico Aiolli Cristina Russo Domenico	6° KYU 5° KYU 3° KYU 2° KYU
TORINO 26/06/92 Ratti Orsilli Stefania - Luppino Giuseppe Davanzo Roberto - Furlani Sergio - Frini Sara - Baglio Marcello	6° KYU 5° KYU	LACES 9/07/92 Fujimoto Soffientini Massimo - Campese Sandra - Santolini Pier Luigi Olivé Gianmarco - Scarenzio Flavio Deplano Anna - Carazzato Paola - Consonni Alessandra	3° KYU 2° KYU 1° KYU	COVERCIANO 8/08/92 Fujimoto Palumbo Roberto Martire Francesco Pollizzo Francesca	2° DAN 1° DAN 1° DAN
RIMINI 26/06/92 Foglietta Gostoli Stefano - Vagnini Marco - Russo Roberto - Belli Carlo - Gestblone Camilla - Fontana Riccardo - Savini Mau-	5° KYU	AIETA 19/07/92 Kurihara Cantisani Gennaro - Castellano Tizia-	6° KYU		



VALLE D'AOSTA

Aosta

Aikikai Aosta
Regione Amerique 95 - 11100 Aosta -
0125/239962
Posta: G. Costabloy - Via Outreter 63 -
11020 Donnaz (Ao)

PIEMONTE

Asi

Aikikai Asi
Corso Corridoni 51 - 14100 Asi -
0141/219878
Posta: L. Gargiulo - Via Giovanni XXIII 17 -
14100 Asi

Biella

Shin Tai Club
Via Trento, 3 - 13051 Biella

Ivrea

Tancho
Via San Marco 8 - 10013 Borgofranco Ivrea
(To) - 0125/758747
Posta: G. Giovanetto - Fraz. Monestrutto 8 -
10010 Settima Vittone (To)

Aikikai Ivrea
Via Cappuccini 16 - 10015 Ivrea (To)
Posta: E. Fiscella - Via Garda, 1 - 10015
Ivrea (To)
Gym Squash
C.so Vercelli 330 - 10015 Ivrea (To)
Posta: L. Zara - C.so Vercelli 336 Ivrea (To)

Torino

Aikikai Torino
Via Santena 6/A - 10126 Torino -
011/6961033
Kishin Tai Torino
Via Agudio 22 - 10023 Torino -
011/8990261
Posta: D. Zucco - Via Roaschia 64 - 10023
Chieri (To)
C.R.D.C. Torino
C.so Sicilia 12 - 10100 Torino
Posta: R. Zancolò - Via G. Amali 138 -
Venaria (To)
Ken Yu Shin Torino
Via Mantova 36 - 10153 Torino -
011/280936

LIGURIA

Albenga

C.S.A. Albenga
Via Patrioti Sal. Staz. 2 - 17031 Albenga
(Sv)
Posta: R. Bighinati

Genova

Aikikai Genova
Viale Ansaldo 6/F - 16137 Genova -
110/8393432
Posta: G. Granone - Via G. Oberdan 24/9 -
16187 Genova

Imperia

Scuola Aikido Imperia
Via L. Massabò 13 - 18100 Imperia
Posta: A. Devia - P.zza S. Agostino 4 -
18100 Molledo Imperia

La Spezia

Nippon La Spezia
Via XX Settembre 294 - 19100 La Spezia
Posta: G. Simoni - Via Lunigiana 287 -
19100 La Spezia

Savona

Scuola Aikido Savona
Via Schiantapatio 8/r - 17100 Savona -
019/801729
Posta: A. Fabbretti - Via Chiappino 12/6 -
17100 Savona

Ventimiglia

Aikikai Ventimiglia
Via Roma 63 - 18039 Ventimiglia (Im) -
0184/356430

Posta: R. Guyonnet - V. Reg. Bandette
13/15 - 18039 Ventimiglia (Im)

LOMBARDIA

Bussero

Aikido Club Martesana
Viale Europa Pal. Comune - 20060 Bussero
(Mi)
Posta: G. Bellini - Via G. Rossa 2 - 20060
Bussero (Mi)

Casalmaggiore

Aikikai Casalmaggiore
Via Marconi - Pal. comunale - 26041
Casalmaggiore (Cr)
Posta: G. Ghezzi - Via Don L. Sturzo 11 -
26041 Casalmaggiore (Cr)

Mantova

Budokai Mantova
c/o Piscina Dugoni - 46100 Mantova -
0376/369004
Posta: G. Veneri - C.so V. Emanuele 103 -
46100 Mantova

Milano

Aikikai Milano
Via Porpora 43/47 - 20131 Milano
02/2896939
Posta: Via G. Lulli 30/bis - 20131 Milano
Aikido Katharsis
c/o Scuola C. Battisti
Via N. Palmieri, 24 - 20141 Milano

Novate M.

Scuola Aikido Novate
c/o La Sfinza - Via Stelvio 7 - 20026
Novate M. (Mi) - 02/354635
Posta: F. Laurora - P.zza Schiavone 19 -
20158 Milano

VENETO

Cataldo di Cadore

Aikikai Cortina
Via de Stefani 45 - 32042 Cataldo di
Cadore (Bl)
Posta: A. Banzi - Via C. Malatesta 3 -
32044 Pieve Cadore (Bl)

Mestre

Tadashi Koike
Via Penello - 30170 Mestre (Ve) -
041/610516
Posta: M. Castelli Via Portara 30 - 30170
Mestre (Ve)

Padova

Centro Daruma
Via G. Paisiello 15/17 - 35134 Padova -
049/611411
Posta: A. Gaspari - Via Bissuola 38/7 -
30173 Mestre (Ve)

Treviso

Gymnasium
Via Reggimento Italia, 6 - 31100 Treviso -
0422/53808

Venezia

Aikikai Venezia
Pal. Ex-Portuali Tronchetto Isola del - 30100
Venezia - 041/5204671
Posta: A. Gaspari - Via Bissuola 38/7 -
30173 Mestre (Ve)

Verona

Sakura Verona
Via Segantini 16 - 37133 Verona -
045/564873

Vicenza

Aikikai Vicenza
Via Martiri Libertà, 45 - 36015 Schio (VI) -
0445/510801

TRENTINO-ALTO ADIGE

Bolzano

Aikikai Bolzano
Via Cadorna 6/C - 39100 Bolzano -
0471/282363

Aikikai Castel Pienzenau
Via Pienzenau, 6 - 39012 Merano (BZ)

Trento

Aikikai Trento
Via Mattioli c/o Scuola - 38100 Trento -
0471/911233
Posta: H. Schwarzer - Via Pola 6 - 39100
Bolzano

EMILIA-ROMAGNA

Bologna

Aikido Kai Bologna
Via Fioravanti 14 - 40100 Bologna -
051/374810
Posta: U. Chiossi - Via IV Novembre 23 -
44100 Ferrara
Aikido Keiko
Via delle Armi 13 - 40141 Bologna -
051/443494
Posta: R. Travaglini - V.le R. Sanzio, 13 -
61100 (Ps)

Ferrara

Aikikai Ferrara
Via G. Menlessi, 9 - 44044 Ferrara
Shin Dojo Ferrara
Via Leopardi - 44100 Ferrara - 0532/35320
Posta: R. Carassiti - Via F. Testi 5 - 44100
Ferrara
Raku Ren
Via Matteotti 44 - 44034 Copparo (Fe)
Posta: V. Guzzinati - Via Arginone 9/A -
44100 Ferrara

Parma

Kyu Shin Do Kai
Via Palermo, 16/A - 43100 Parma -
0521/774360

Piacenza

Sakura Piacenza
Via C. Colombo 38/A - 29100 Piacenza
Posta: F. Sverzellati - Via Giovanni XXIII -
20080 S. Rocco al porto (Mi)

Reggio Emilia

S.D.K. Reggio Emilia
Viale Isonzo 9/1 - 42100 Reggio Emilia -
0522/431775

Riccione

Libertas Riccione
Via Reno 12 - 47036 Riccione (Fo) -
0541/640559
Posta: E. Andriani - Via Croca del Sud 12 -
47037 Rimini (Fo)

Rimini

Aikikai Rimini
V. Madonna della Scala 53/A - 47037
Rimini (Fo)
Aiki Domus Ariminum
Via Marini 7 - 47027 Rimini (Fo) -
0541/790232 - Fax 0541/774062
Posta: G. Fabbri - Via Gori 6 - 47037
Rimini (Fo) - 0541/772536

TOSCANA

Firenze

Aikido Kai Firenze
Palestra Artigianelli - Via Dei Serragli 104 -
50123 Firenze - 055/631806
Posta: S. Giuliani - Via Vicinale di Paterno
11 - 50012 Bagno a Ripoli (Fi)

Massa

Fujiyama Massa
Via G. Pascoli 45 - 54100 Massa (MS)
Posta: F. Verona - Viale Roma 31/A22 -
54100 Massa

Pietrasanta

Fujiyama Pietrasanta
Viale Marconi 5 - 55045 Pietrasanta (LU) -
0584/71359
Posta: M. Genovesi - Via Bugnetta 45 -
55045 Pietrasanta (LU)

Viareggio

Aikikai Viareggio
Via del Terminetto 42 - 55049 Viareggio
(Lu) - 0584/941172
Posta: E. Tomer - Via Monte Altissimo 21 -
55049 Viareggio (Lu)

MARCHE

Ancona

Stamura Ancona
c/o Mole Vanvitelliana
60100 Ancona - 0733/32637
Posta: Giuliano Carinelli c/o Masé
Via Garibaldi 56 - 62100 Macerata

Civitanova Marche

S. Aikido Civitanova
Via del Vallone 36 - 62012 Civitanova M.
(Mc) - 0733/772825

Isola di Fano

Aikikai Valmetaurio
Posta: F. Sassi - Via Valtresca 96 - 61040
Isola di Fano (Ps)

Macerata

Scuola Aikido Macerata
c/o Pal. dello Sport Edera - C.so Cavour 4 -
62100 Macerata
Posta: G. Carinelli - Via Garibaldi 56 c/o
Masé - 62100 Macerata

Pesaro

Aikido Dojo Pesaro
Via P. Gaj 19 - 61100 Pesaro
Posta: R. - Foglietta - Via Panoramica
Adriatica 35 - 61100 Pesaro
Aikido Ledimar Palasport
Via Partigiani - 61100 Pesaro -
0721/452668

S. Benedetto del Tronto

KiAiDoAi
Via dello Sport - S. Benedetto del Tronto
(AP) - 0735/85790

ABRUZZO

Teramo

Olympia Teramo
Via Badia 30 - 64100 Teramo

LAZIO

Palestrina

Aikikai Palestrina
Via della Stella 171 - 00036 Palestrina (Rm)
Posta: F. Mongardini - Via della Stella 259
- 00036 Palestrina (Rm)

Roma

Dojo Centrale
Via Eleniana 2 - 00185 Roma - 06/7028080
Posta: Aikikai - C.P. 4202 - 00182 Roma
Appia
Aikikai Aikizendo
Via Ascianghi, 2
Posta: Vitoria Ruben - Via della Scala 75/A
- 00153 Roma
Okinawa S. Club Roma
Via G. Taverna 00100 Roma
Posta: S. Serpieri - Via C. Pacca 15 -
00165 Roma

SARDEGNA

Cagliari

Musubi No Kai
Via P. Berengario 11 - 09100 Cagliari -
070/486936

Capoterra

Musubi No Kai 2
1° Strada 10 Frutti d'Oro - 09012
Capoterra (Ca) - 070/71598
Posta: N. Talato 2° Strada 85 Frutti d'Oro -
09012 Capoterra (Ca)

CAMPANIA

Altavilla Silentina

Accademia Aikido
Via Quercia Grossa 26
84100 Altavilla Silentina (Sa)

Avellino

New Body Center Avellino
Via G. Palatucci, 1 - 83100 Avellino -
0825/385335

Aikikai Castellammare di Stabia
Via Roma, 9 - 80053 Castellammare di
Stabia (Na)
Posta: S. Visconti - Via F. Netti 8 - 80131
Napoli

Cava del Tirreno

Kendokan
Via Vittorio Veneto - 84013 Cava del Tirreno
- 089/344888

Eboli

Hirakudo Eboli
Via Traversa Amendola - 84025 Eboli (Sa)
Posta: L. Del Plato - P.zza Borgo 6
84025 Eboli (Sa)

Meta di Sorrento

Jikishinkai
P.zza S. Maria del Lauro - 84100 Meta di
Sorrento (Sa) - 089/874136
Posta: P. Ajello - Via Antico Seggio 7 -
84010 Praiano (Sa)

Mugnano

Misogi
Via Napoli - 80018 Mugnano (NA)

Napoli

Budo Club Napoli
Via C. Barbagallo 142 - 80125 Napoli
Posta: B. Esposito - Via L. Caldieri 81 -
80128 Napoli
Aikikai Napoli
Via Morghen, 58/B - 80100 Napoli
Posta: G. Bonanno - Via Lucullo 132 -
80070 Napoli Baia
Dynamic Center
Via Tarsia, 61 - 80100 Napoli
Kodkan Napoli
P.zza Carlo III 5 - 80100 Napoli -
081/456931
Posta: A. Pagano - c/o Bar Palmieri - Via
Arena Sanità 32 - 80137 Napoli
Aikido Acli Vomero
Via Ribera - Centro Polis - 80128 Napoli
Posta: B. Esposito - Via L. Caldieri 81 -
80128 Napoli

Nocera Superiore

Aikikai la Piramide
Via Russo 78 - 84015 Nocera Superiore
(Sa) - 081/932293
Posta: V. Apicella - Loc. S. Felice 18 -
84013 Cava del Tirreno (Sa)

Portici

Dojo Panta Rei
C.so Umberto I - 80055 Portici (Na) -
081/488981
Posta: M. Scala - Via Libertà III tr. dx 4 -
80055 Portici (Na)

Salerno

Bu Sen Salerno
Via Mighorati 51 - 84100 Salerno -
089/753890
Posta: M. Piccolo - Via Trento 177 - 84100
Salerno

S. Lucia di Cava

Aikikai S. Lucia
Via P. Di Domenico 25 - 84013 S. Lucia di
Cava (Sa) - 089/466133

Torre Annunziata

Aikido Yama
C.so V. Emanuele 378 - Torre Annunziata
80058 (Na)
Posta: D. Somma - Circonvallazione Parco
Bonanno 49/cc - 80059 Torre del Greco
(Na)

BASILICATA

Lauria Inferiore

Shizenai
P.zza Insorti d'Ungheria Lauria Inferiore -
85044 (Pz)
Posta: Fiordineve Cozzi - Via Caduti 7 -
Lauria Inferiore (Pz)

Maratea

Aikikai Maratea
c/o Stadio di Fiumicello - 85046 Maratea
(Pz)
Posta: S. Morena - Contrada S. Nicola -
85046 Maratea (Pz)

PUGLIE

Bari

Shinbu Bari
Via G. Petroni 39/5 - 70100 Bari -
080/230467
Posta: F. Ruta - Via Trevisani 62
70123 Bari

Cavallino

Aikido Cavallino
Viale Grassi, 152 - 73100 Cavallino (Le) -
0832/363553
Posta: A. Lani - Via Dr. Vittorio 73020
Cavallino (Le)

Foggia

J. Fujimoto
Via Zodiaco 4 - 71100 Foggia
Posta: L. Zanni - Via Silvestri 2A - 71100
(Fo)
Aikikai Foggia
Via G. Mameli, 30 - 71100 Foggia
Posta: A. Parisi - Via L. Guerrieri 57 -
71100 Foggia

CALABRIA

Lamezia Terme

Aikikai Lamezia
Posta: S. Lucchino - Via Scaramuzzino -
88046 Lamezia Terme (Cz)

SICILIA

Acireale

Vigor Aikikai
Via V. Bellini, 18 - 95024 Acireale (Cl) -
095/607856

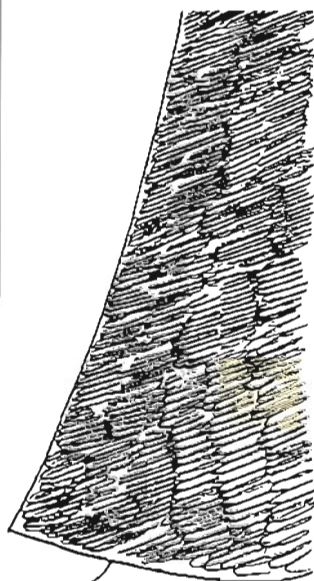
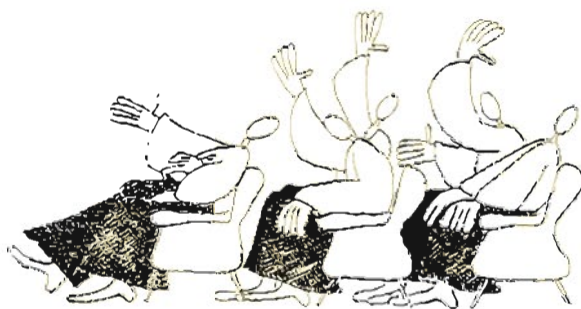
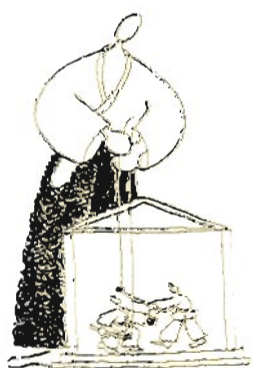
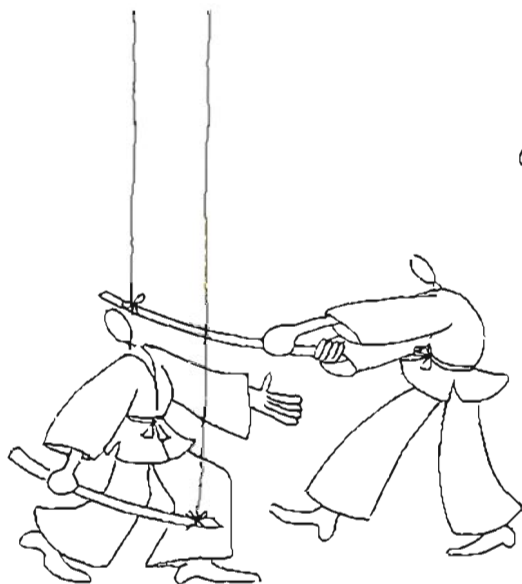
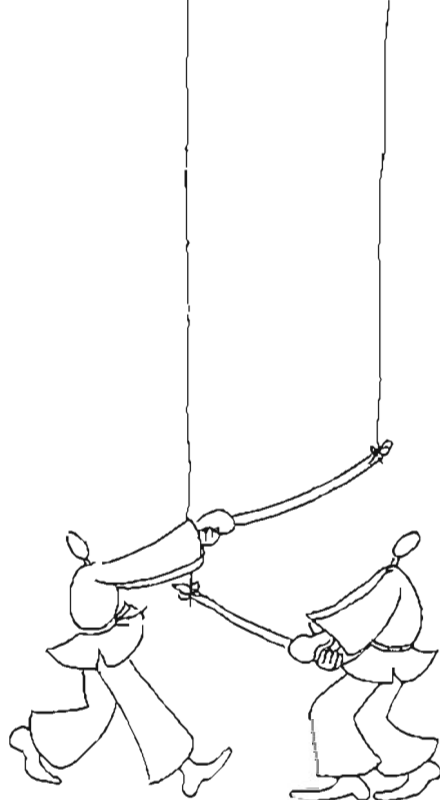
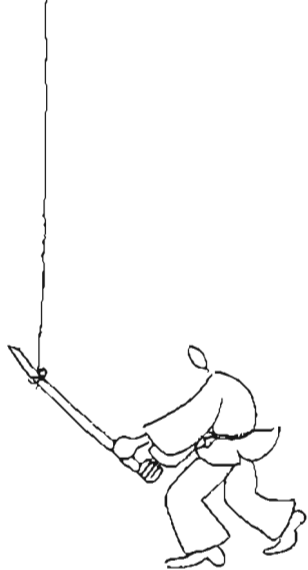
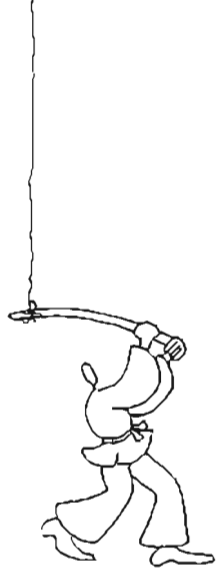
Palermo

Benkei Dojo
Via Degli Emin, 59 - 90100 Palermo -
091/6826782
Aikido C. Palermo
Via Vivaldi - 90100 Palermo - 091/225911
Posta: V. Milazzo - Via Catania 128 - 90100
Palermo.

Siracusa

Aikikai Adradina
Via Montossoli, 56 - 96100 Siracusa

Nell'interesse dei lettori e dei responsa-
bili di Dojo, chiunque riscontrasse in-
completezza, errori o inesattezze nel
presente elenco, è pregato di comuni-
carlo tempestivamente alla redazione
possibilmente via fax al: 02/26147471.



TADA SENSEI

STAGE NAZIONALE ROMA

27-28 FEBBRAIO 1993
DOJO CENTRALE

STAGE DI PASQUA ROMA

10-12 APRILE
DOJO CENTRALE



Organizzazione e informazioni:
AIKIKAI D'ITALIA - Via Eleniana, 2 - 00185 ROMA
Tel. 06-7028080

HOSOKAWA SENSEI

AIKIDO & SCI
CORTINA
12-18 FEBBRAIO 1993



Organizzazione e informazioni:
AIKIKAI CORTINA
Via De Stefani, 45
32042 CALALZO DI CADORE (BL)

FUJIMOTO SENSEI

STAGE DI NATALE
MILANO
26-30 DICEMBRE 1992



Organizzazione e informazioni:
AIKIKAI MILANO
Via Porpora, 43/47 - 20131 MILANO
Tel. 02-2896939

