



## I QUADERNI DEL KODOKAN

A cura del Maestro Mario Brucoli

QUADERNO N° 16

SERATA CONVIVIALE DEL 10 SETTEMBRE 2010

OGGETTO DELLA SERATA:

**“Introduzione**

**ragionata al**

**KAPPO”**

Edito a cura dell' Associazione Spontanea

“JUDO KODOKAN TORINO”

Sito Web: <http://users.libero.it/giovanni.nicola/>



La serata, come di consueto, inizia allegramente. Siamo in sei, oltre a me, Giovanni, Marco, Mirco, Pietro e Pascal.

Marco, davanti ad una fumante terrina di zuppa di fagioli, rompe gli indugi e chiede di affrontare il vecchio discorso, iniziato molti anni fa e, purtroppo, interrotto più volte per vari motivi. Il vecchio discorso sul **KWATZU** ovvero il “**KAPPO**”.

Comincio con l'affrontare la basi storico filosofiche che sono il fondamento di questo delicato argomento ma, già dalle prime battute ravviso nell'uditorio le prime difficoltà. Affrontare il complesso argomento delle varie suddivisioni nelle quali viene rappresentato l'**UOMO** ed i suoi rapporti con l'**UNIVERSO** creano un notevole disagio ed anche una certa confusione ed ecco, da ciò, la necessità di questo breve promemoria orientativo.

A proposito di quell' antica e misteriosa **Arte Marziale** giapponese chiamata **KAPPO**, (che di vera e propria **ARTE MARZIALE** si tratta) ma tradizionalmente più conosciuta come **KWATZU**, nella sua lettura anglo/cinese. Per poterci orientare e capire cosa stiamo dicendo e facendo, dobbiamo abbandonare, anche se momentaneamente, i nostri panni di occidentali e la nostra mentalità cartesiana per vestire, molto umilmente, il kimono giapponese, e solo a questo modo, dopo aver compiuto il rituale saluto, potremo carpirne appieno sia lo **SPIRITO** che l'**ESSENZA PROFONDA**.

## **Il Kappo é, letteralmente, “L'Arte di ridare la VITA”.**

Questo assunto, all'apparenza, è invero molto ambizioso ma, per fortuna, risponde concretamente alla realtà come è stato praticamente dimostrato in occasione delle svariate calamità che hanno, nel tempo, colpito il Giappone. In queste drammatiche circostanze gli esperti di Kappo hanno salvato molte vite umane ed anche evitato danni maggiori.

Vestiti virtualmente del nostro Kimono e con l'animo, in perfetto stile giapponese “**FLUTTUANTE e DISPONIBILE**”, ci addentriamo timidamente nello Spirito della cultura del Giappone Tradizionale e, con sommo stupore, notiamo che i “**punti**” del Kappo coincidono con i punti dell' **ATEMI WAZA** e che anche questi traggono origine sia dall' agopuntura giapponese che da quella cinese e sono anche sovrapponibili a quelli della ben più conosciuta **AGOPUNTURA CINESE** ed ecco, dopo queste considerazioni iniziali e per poterci poi addentrare agevolmente nella “**COSA**”, la necessità di capire sia l'origine che il meccanismo di funzionamenti di questo **KAPPO come pure la filosofia che lo accompagna**.

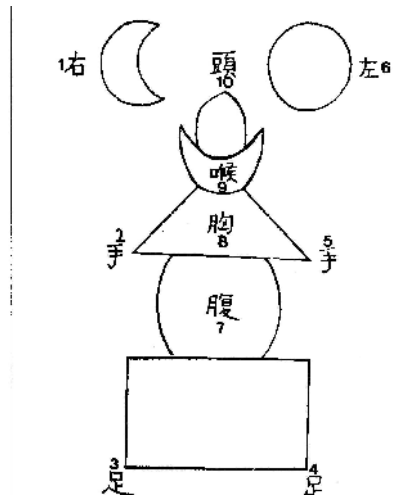
Piccolo ma doveroso inciso a proposito della correlazione tra **ATEMI WAZA** e **KAPPO**: come a sostegno degli attacchi di “**atemi**” veniva efficacemente usato il “**KIAI**” così, nell'applicazione del Kappo un Kiai, opportunamente modulato, ne è più che efficace sostegno

Poiché il Kappo si applica sull'uomo dobbiamo subito parlare dell'**UOMO** nella concezione tradizionale dell'antico Giappone.

## ECCO IL PRIMO APPROCCIO ALLE CINQUE PARTI DEL CORPO UMANO ED I CINQUE ELEMENTI DELLA PAGODA

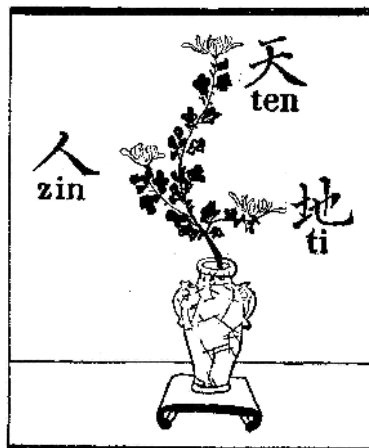
Dai tempi più remoti nelle varie Scuole di Arti Marziali, per evitare che i propri segreti fossero scoperti e divulgati, non si rappresentò mai l'uomo così com'è nella realtà ma unicamente in una forma simbolica. Se si vuole comprendere il significato dei documenti antichi, a volte vecchi di migliaia di anni, ecco i simboli che si devono conoscere.

- |       |                     |    |                     |
|-------|---------------------|----|---------------------|
| 1     | - migi : destra     | 7  | hara : ventre       |
| 2 - 5 | - te : mano         | 8  | mune : torace       |
| 3 - 4 | - ashi : piede      | 9  | nodo : gola         |
| 6     | - hidari : sinistra | 10 | atama : testa, capo |



### IL CORPO UMANO.

Schematicamente il corpo umano si divide in tre regioni differenti chiamate **Alto**, **Centro** e **Basso**. Ciascuna di queste regioni è, essa stessa, divisa in tre zone distinte che sono: **il Cielo**, **la Terra** e **l'Uomo** e questo concetto viene elegantemente ripreso nell' **IKEBANA**.



Dove TEN sta per Cielo, ZIN per l'Uomo e TI rappresenta la Terra.

Le regioni Cielo, Terra e Uomo della prima zona Alto sono:

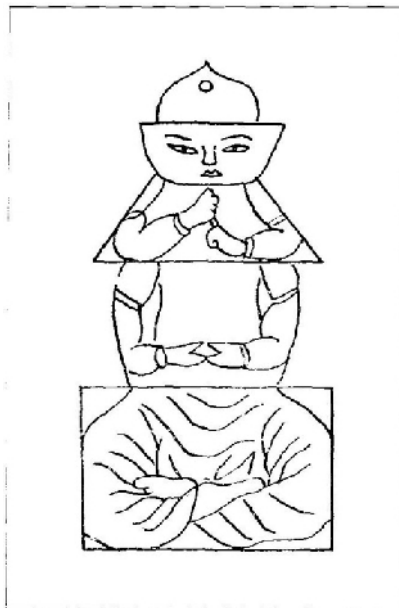
- I due lati della fronte
- Le due guance
- La parte posteriore delle due orecchie

Le parti Cielo, Terra e Uomo della zona Centro sono:

- I punti vitali dei polsi
- Punto vitale del polso sinistro
- Il punto vitale nei pressi del cuore

Le parti Cielo, Terra e Uomo della zona bassa sono

- Il punto vitale situato vicino al fegato
- Il punto vitale situato vicino ai reni
- Il punto vitale situato vicino alla milza



## I SIMBOLI

Ciascun elemento, o parte del corpo, corrisponde ad una serie di simboli la cui origine risale alla remota antichità cinese, alla famosa scuola dello “**YING e dello YANG**”.



In questo simbolo il bianco rappresenta lo Yang ed il nero lo Ying, doverosa considerazione, come in tutte le “cose” orientali nello Yang esiste parte di Ying e viceversa nello Ying è presente parte di Yang.

Ecco l’estratto di un antico codice cinese, il **Lu - che tch’ouen – ts’ieou**, nel quale, al capitolo 13, riconduce l’origine alla combinazione dei cinque elementi:

**<< Tutte le volte che un Imperatore è in procinto di salire al trono, bisogna in primo luogo che il Cielo si manifesti al Popolo con un Presagio favorevole>>.**

Al tempo dell’Imperatore Giallo, il Cielo come primo segno, fece apparire innumerevoli vermi di terra. L’Imperatore Giallo disse “La forza della Terra è ascendente” ed in conseguenza di questo fatto egli adottò il **GIALLO** come proprio colore e prese la Terra come modello per i propri affari.

Al tempo di YU, fondatore della dinastia HSIA, il Cielo fece apparire delle erbe e degli alberi che non morivano nemmeno in inverno. YU disse “la forza del legno è ascendente” e di conseguenza egli adottò il **VERDE** come proprio colore e prese il legno come modello per i propri affari.

Al tempo di T’ang, fondatore della dinastia Tcheou, il Cielo fece apparire una fiamma, un uccello rosso che teneva nel becco un libro rosso si posò sulla soglia della casa degli Tcheou. Il re Wen disse “La forza del fuoco è ascendente” e di conseguenza egli adottò il **ROSSO** come proprio colore e prese il fuoco come modello per i suoi affari.

L’acqua sarà inevitabilmente la forza che seguirà il fuoco. Il Cielo manifesterà primariamente l’ascendenza dell’acqua. Quando l’acqua sarà ascendente il **NERO** sarà il suo colore e l’acqua sarà presa come modello per gli affari.

Quando il ciclo si completa il ciclo riprende partendo dalla terra.

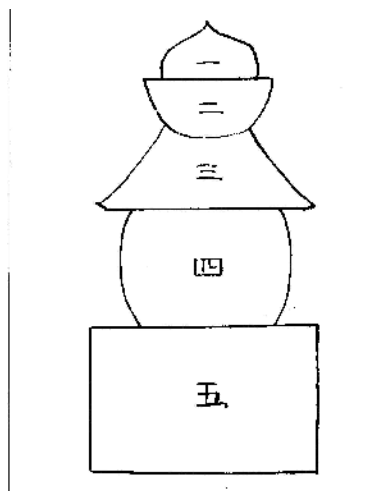
La Scuola Ying – Yang sostiene che i cinque elementi si creano l’un l’altro e trionfano reciprocamente in un ordine prestabilito e fisso. Questa scuola sostiene che il susseguirsi delle cinque stagioni si accorda perfettamente con questo processo di mutua produzione degli elementi. Così il **LEGNO** che domina la primavera, produce il

**FUOCO** che domina l'estate; il fuoco a sua volta produce la **TERRA**, che domina al "centro"; la terra da parte sua produce il **METALLO** che domina l'autunno; il metallo produce l'**ACQUA** che domina l'inverno; l'acqua sua volta produce il **LEGNO** che domina la primavera.

### INTERPRETAZIONE DELLE TAVOLE

Per comprendere nel loro pieno significato le complesse relazioni che legano l'essere umano al moto cosmico, bisogna sapere che, dal punto di vista della filosofia cinese antica, l'uomo in tutti i momenti della sua esistenza, subisce l'influenza delle molteplici energie cosmiche. Esse si dividono in categorie ciascuna delle quali è legata ad una delle cinque stagioni.

- 1 il vento corrisponde alla primavera
- 2 il freddo corrisponde all'inverno
- 3 il calore corrisponde all'estate
- 4 l'umidità corrisponde alla fine dell'estate
- 5 il secco corrisponde all'autunno



Ogni energia può combinarsi ad una o più delle altre ed ecco perché: gli effetti provocati dal Kappo come quello provocato dagli Atemi presenta una grande varietà di forme precisamente dovute al grande numero di combinazioni possibili tra le differenti cause.

Nell'Agopuntura cinese sono contemplati dodici <<MERIDIANI>>, sei meridiani Ying e sei meridiani Yang: i meridiani sono delle "vie" o condotti, immateriali, che permettono la circolazione delle tre forme di energia del corpo umano.

- 1 energia **Yang** o energia nutritiva, che mantiene l'equilibrio del corpo prendendo le forze dall'aria che respiriamo

- 2 l'energia **Oué** o energia difensiva che permette di resistere alle influenze esterne
- 3 l'energia innata o somma energetica, acquisita dalla nascita; questa energia che ci accompagna dalla nascita, affievolendosi produce il fenomeno transitorio della morte. Ciò che mi preme sottolineare è che tutti i punti di **Kappo** come dell'**Atemi Waza** sono situati sui dodici meridiani dell'**Agopuntura**, sia cinese che giapponese, nei punti di intersezione delle correnti che circolano nel nostro corpo.

Come si vede nella tavola che segue, i legami **Ying-Yang** operano in due zone ben precise: la zona toracica (Ying) e la zona cefalica (Yang). Inoltre esiste una intercomunicazione costante tra l'alto ed il basso del corpo.

Se si combina il movimento del flusso dell'energia umana all'energia cosmica noteremo che la potenza dell'energia umana varia in funzione delle energie solare e terrestre

L'energia solare corrisponde alle cinque stagioni: primavera – estate – fine dell'estate – autunno – inverno.

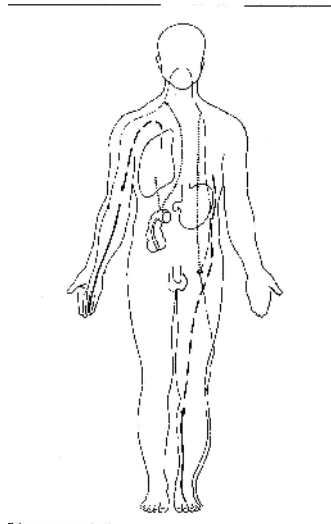
L'energia terrestre corrisponde ai cinque elementi: legno – fuoco – terra – metallo – acqua.

Dopo aver considerato la circolazione dell'energia **Ying** e **Yang** nel corpo se noi analizziamo la figura seguente, costruita sullo stesso modello delle precedenti, possiamo molto facilmente localizzare i punti di tonificazione e di dispersione dell'energia.

Questo modo per la determinazione dei punti evidentemente tiene conto del senso di rotazione dell'energia nel corpo umano così come il senso dell'evoluzione ciclica dell'energia cosmica, nel corso delle stagioni.

1	<b>Fegato – vescicola biliare -</b>	<b>primavera</b>
2	<b>Cuore – intestino tenue -</b>	<b>estate</b>
3	<b>Milza – stomaco -</b>	<b>fine dell'estate</b>
4	<b>Polmoni – intestino crasso -</b>	<b>autunno</b>
5	<b>Reni – vescica -</b>	<b>inverno</b>

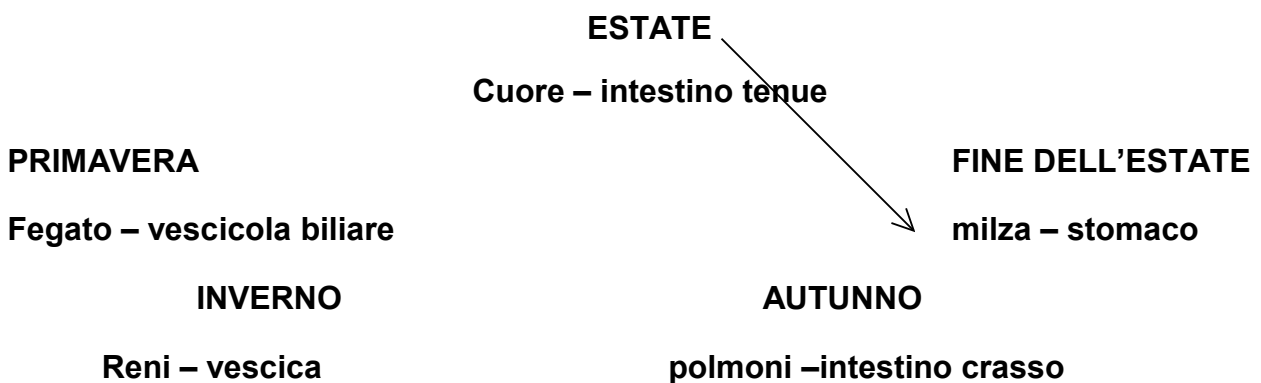




Ciascun organo e ciascun viscere è dunque “energeticamente” legato ad una determinata stagione.

Come visto sia la medicina cinese come il **KAPPO** determinano facilmente, partendo dal seguente prospetto, la localizzazione precisa dei punti di tonificazione e di dispersione dell’energia.

La freccia indica il senso di rotazione delle stagioni.



Se noi affrontiamo inizialmente le relazioni **UOMO – UNIVERSO** vediamo che l’Universo è ripartito in tre gruppi ciascuno dei quali è costituito da cinque elementi:

**le cinque stagioni:** primavera, estate, fine dell’estate, autunno, inverno

**i cinque elementi:** acqua, terra, metallo, fuoco e legno

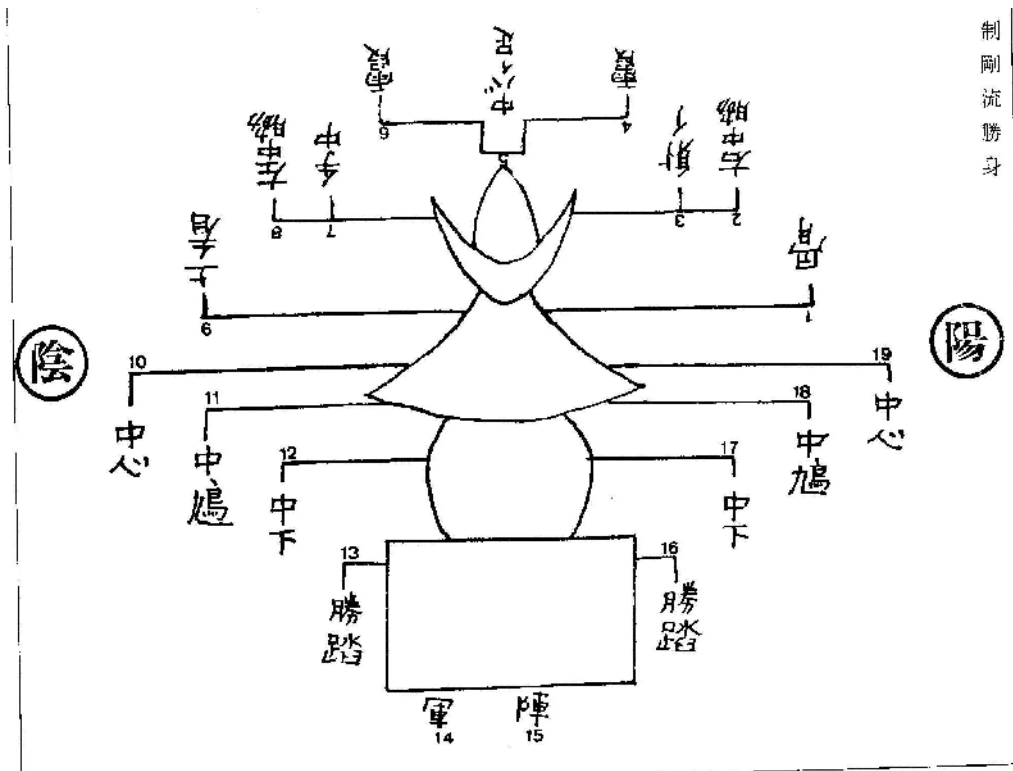
**le cinque posizioni:** est, sud, ovest, nord e centro

A ciascun elemento corrisponde una stagione ed una posizione, ciò che spiega come l’Universo sia composto da cinque triadi i costituenti delle quali sono complementari d’un tutto unico come è ampiamente dimostrato dagli schemi precedenti.

Così, nella medicina cinese, seguendo le stagioni, sono lo Ying e lo Yang che predominano con tutte le ripercussioni che ne derivano nella circolazione dell'energia nel corpo umano.

### LOCALIZZAZIONE GRAFICA DELLE PARTI DEL CORPO

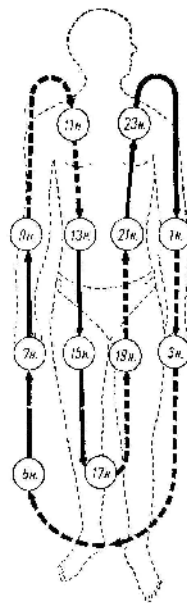
1	Osso	9	parte superiore
2 – 3	fianco destro	10 – 19	centro
4 – 6	soffio vitale	11 – 18	anche
5	sommità del capo	12 – 17	centro inferiore
7	centro della mano	13 – 16	piedi
8	fianco sinistro	14 – 15	volta plantare



## L'ENERGIA VITALE

Il soffio, ovvero l'**ENERGIA VITALE**, scivola ritmicamente nell'organismo umano, scivola ritmicamente nell'organismo ed attraversa alternativamente ogni organo vitale. La vita spirituale dell'individuo viene gravemente alterata quando questa circolazione di **ENERGIA VITALE** perde l'**ARMONIA**. Ed ecco le corrispondenze:

Da	1h	a	3h	:	fegato
da	3h	a	5h	:	polmoni
da	5h	a	7h	:	intestino crasso
da	7h	a	9h	:	stomaco
da	9h	a	11h	:	milza
da	11h	a	13h	:	cuore
da	13h	a	15h	:	intestino tenue
da	15h	a	17h	:	vescica
da	17h	a	19h	:	reni
da	19h	a	21h	:	pericardio
da	21h	a	23h	:	il centro dei "tre calori"
da	23h	a	1h	:	vescicola biliare



Yang : **—————**

Ying : **- - - - -**

**E, COME CONCLUSIONE DI QUESTA BREVE INTRODUZIONE ECCO, IN SINTESI, “IL CICLO DELLE CORRISPONDENZE NATURALI”:**

**1 I CINQUE SENSI DEL GUSTO**

Salato	osso	reni
Acre	circolazione dell'aria	polmoni
Amaro	sangue	cuore
Dolce	muscoli	milza
Acido	legamenti	fegato

**2 I CINQUE COLORI**

Nero	reni e vescica
Bianco	polmoni ed intestino crasso
Rosso	cuore ed intestino tenue
Giallo	milza e stomaco
Blu	fegato e vescicola biliare

**3 I CINQUE ODORI**

Nauseabondo	reni
Odore d'animale	polmoni
Empireumatico	cuore
Aromatico	milza
Rancido	fegato

**4 I CINQUE ORIFICI 5 I CINQUE ELEMENTI 6.I CINQUE ANIMALI**

Orecchie	acqua	cervo
Naso	metallo	tigre

Lingua	fuoco	uccello
Bocca	terra	fenice
Occhi	legno	drago

Dai due principi, maschio Yang, e femmina Ying, nascono i cinque elementi, acqua – metallo – fuoco – terra – legno.

Ai cinque elementi del macrocosmo corrispondono i cinque visceri, reni – polmoni – cuore – milza – fegato.

Nel cielo regnano i cinque pianeti, in corrispondenza dei cinque elementi le cinque stagioni, i cinque punti cardinali ecc.:

Mercurio	acqua	inverno	nord
Giove	legno	primavera	est
Saturno	terra	estate	centro
Marte	fuoco	fine estate	sud
Venere	metallo	autunno	ovest



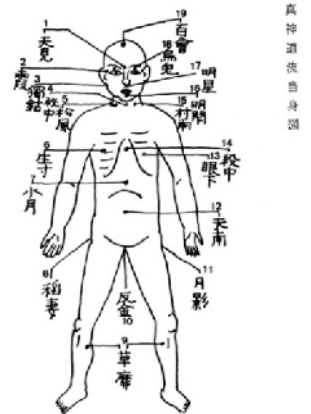
Ed ora l'ultima chicca:

Simbolo	BUDDHA	Mese lunare	Qualità	Elemento naturale	Organo	Giorno della Settimana	Direzione	Elemento	Colore	Parte del viso
	Aji – nyorai	Aprile	Acido	Tuono	Polmone	Giovedì	Est	Legno	Blu	Testa
	Amida	Agosto	Amaro	Luna	Fegato	Venerdì	Ovest	Metallo	Bianco	Faccia
	Hejo	Marzo	Dolore	Sole	Cuore	Martedì	Sud	Fuoco	Rosso	Torace
	Fuku-Joju	Giugno	Acre	Pioggia	Reni	Mercoledì	Nord	Acqua	Nero	Ventre
	Dai-nichi	Luglio	Dolce	Nuvole	Milza	Sabato	Centro	Terra	Giallo	Gambe

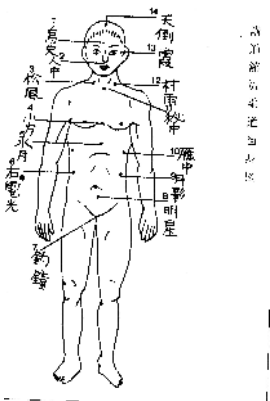




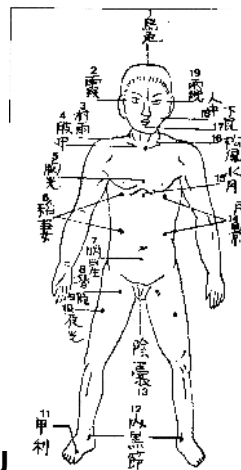
E' doveroso chiarire, a questo punto, che ogni scuola (Ryu) aveva i suoi "punti" segreti come dimostrato dalle illustrazioni che seguono:



1. SHINJIN-DO RYU



(2) KODOKAN RYU



(3)SHINDO-ROKUGORYU



(4) Tavola estratta da una cronaca di BUYO, libro segreto di istruzione militare del XIII° secolo.

A questo punto non posso scrivere di più.

Tutto il rimanente, che è veramente tanto e molto interessante per i cultori del genere, lo si può trasmettere, come da tradizione, solo oralmente.

Detto questo non mi rimane che augurare, a tutti coloro che si avventureranno negli oscuri meandri della Cultura Estremo Orientale in generale e si vorranno inoltrare in quella giapponese in particolare, buon lavoro !!! Ed anche **“cercatevi un buon Maestro!”**

Coraggio qualcuno da qualche parte, dandovi da fare, lo potete ancora trovare !!!

Mario Brucoli