



QUADERNO N° 5

**LEGA NAZIONALE ARTI MARZIALI
UISP**

**STAGE NAZIONALE JUDO
TORINO 1 - 4 Novembre
1979**

**INTRODUZIONE ALLA STORIA ED ALLA
FILOSOFIA DELLE ARTI MARZIALI GIAPPONESI**

Relatore M° Mario Brucoli

Responsabile Nazionale Formazione Quadri.

PREMESSA

Il concetto base sia della **filosofia che della pratica** del **JUDO KODOKAN TRADIZIONALE**, come noi lo intendiamo, così recita:

Non può esistere una pratica utile e valida se questa non è sostenuta da una teoria altrettanto valida ed utile.

Ed è in questo SPIRITO che da oggi, all'inizio di ogni **STAGE NAZIONALE della Lega Arti Marziali Uisp**, verranno proposti e soprattutto dibattuti uno o più argomenti attinenti alla Teoria, alla Filosofia o alla Storia del **JUDO KODOKAN TRADIZIONALE** collegandoli alle filosofie Orientali ed in particolare allo **ZEN**.

Poiché il nostro regolamento Organico prevede che ogni Cintura Nera, a partire dal 1° Dan, oltre ad essere Cintura Nera sia anche un Insegnante Tecnico, penso sia indispensabile affrontare Filosofia, Storia e quant'altro sia necessario per una formazione sempre più completa ed esauriente dei nostri Quadri Tecnici.

Oggi parleremo di **“KI”** ed anche, e non solo, di **“DO”** nell'ambito delle Arti Marziali Giapponesi con un particolare riferimento al **JUDO KODOKAN TRADIZIONALE**, quello originariamente trasmessoci da **Jigoro Kano**, tanto per intenderci, quello che **di tutte le ARTI MARZIALI GIAPPONESI, dal 1882, è il compendio e la sintesi naturale.**

Mario Brucoli

Responsabile Nazionale Formazione Quadri

Lega Nazionale Arti Marziali UISP.

Parlare delle Arti Marziali giapponesi direi che è fondamentale per noi oggi.

Anziché parlare di una singola specialità, poiché tutte le Arti Marziali giapponesi hanno avuto un'origine comune, parliamo delle Arti Marziali giapponesi in generale, nel loro complesso.

Questo è necessario in quanto tutte queste Arti Marziali hanno avuto una origine, anche se Mitologica, ed una evoluzione comune, strettamente legata nel tempo, alle varie vicende sociopolitiche e militari del Giappone.

Oggi, anziché soffermarmi su di un argomento specifico, non so, per esempio, la nascita e l'evoluzione del Kendo, oppure di un'altra Tecnica Marziale, vorrei soffermarmi in modo particolare su alcuni concetti base

Per esempio, uno dei concetti di base, fondamentale per tutte le Arti Marziali giapponesi, è il concetto del "KI", concetto che ha turbato profondamente, nel tempo, molti praticanti perché di "KI" si parla a tutti i livelli della pratica, molto spesso però, senza sapere bene cosa si dice, cosa si intende o di che cosa si stia realmente parlando quando si parla di "Ki".

In questi tempi, pensate, hanno anche fatto una Federazione Internazionale del "KI", fondata e diretta dal Maestro Tohei, transfuga dall'AIKIKAI di Tokyo.

Comunque sia, il concetto di "KI" è un po' come l'Araba Fenice che tutti dicono di conoscere ma nessuno in effetti l'ha mai vista.

Allora ritorniamo al "KI".

Tutte le Arti del BUDO fanno continuamente riferimento al "KI", ovvero al concetto di "Spirito" inteso, però, nel suo senso più squisitamente orientale.

Il "KI" è un termine molto comodo perché, tra i suoi vari significati, ne ha uno molto profondo, strettamente legato alla Natura, ed uno molto più semplice legato alla vita di tutti i giorni.

E' molto difficile definire il "KI" ed è ancora più difficile tradurre questo termine in italiano.

Cercherò di esprimermi meglio e nel modo più semplice: nelle filosofie Orientali si dice che al principio dei tempi era il CAOS, la polvere del CAOS ORIGINALE si stabilizzò progressivamente formando, successivamente, il sole, la terra, le stelle, in breve, tutto l'Universo.

Sulla terra gli elementi si combinarono per formare i minerali, le rocce, ed in un secondo tempo, per dare origine alla Vita sia animale che vegetale.

Per "KI" si intende, tra i vari altri significati, l'Energia immanente della condizione caotica nella quale si trovava l'Universo prima di prendere forma: in altri termini il "KI" è l'Energia Primigenia ed anche, in altri termini ancora, il "primo motore" dell'Universo.

Tutte le filosofie e correnti di pensiero Orientali affermano che ogni cosa ha origine dal "KI", tutto l'Universo è permeato di "KI".

Il “KI” stesso, però, non ha né origine né tantomeno fine, il “KI” non può né crescere né diminuire.

Comunque possa cambiare la sua forma esteriore, il “KI”, in se stesso, non cambia mai.

Non è possibile vedere il “KI” mentre attorno a noi possiamo vedere tutte le cose che sono fatte di “KI” - quando queste cose perdono la loro forma esteriore, ritornano al “KI” originale.

Il BUSHIDO è la VIA più diretta per identificarsi, in un tutt’uno inscindibile, con l’Essenza e la Potenza Cosmica del “KI”.

Questo, per noi, è il senso profondo del “KI”.

Qual’ è il significato più semplice del “KI” utilizzato nella vita quotidiana?

Un buon sentimento, un sentimento malvagio, un grande sentimento, la timidezza, il vigore, il coraggio, la riservatezza, ecc. questi sono dei termini usati comunemente nella nostra vita quotidiana.

In ogni motto o frase, i giapponesi utilizzano il KI, come parte integrante ed, a volte, essenziale, del discorso.

Il motivo di questo è che ogni essere umano è creato dal KI e di questo è permeato, ovvero è creato e permeato dall’Energia Primigenia dell’Universo che si mantiene inalterata nel tempo.

Fin tanto che un essere umano riceverà il KI e sarà in armonia con esso vivrà, se il KI lo abbandona morrà.

Questi sono i concetti di base della teoria del KI, ma capire cosa sia e come si applichi il KI nel mondo delle Arti Marziali giapponesi ci porta ad esplorare mondi culturali e situazioni per noi occidentali assolutamente impensati ed impensabili.

Nel concetto orientale, di base, il “KI” è lo Spirito inteso, non come lo intendiamo noi.

Noi occidentali lo vediamo come un qualche cosa di metafisico, e tendiamo a dividere l’Essere in due fasi nettamente distinte e, a volte, contrapposte: Anima e Corpo

Per gli orientali il “KI” è l’Energia Vitale che tutto pervade, strettamente legata all’Individuo e non solo: è legato alla Natura e all’Universo - tutto è pervaso dal “KI”, senza il “KI” nulla potrebbe esistere - il “KI” è l’Energia primordiale allo stato del CAOS ORIGINARIO ovvero è l’Energia Pura che tutto pervade e che si manifesta in diverse Vie ed in diverse Forme.

Come possiamo legare il concetto di KI alle Arti Marziali giapponesi?

Per estensione del concetto di KI possiamo dire, molto semplicemente, che il KI è anche equilibrio, è anche afflato Universale, è anche il GRANDE RESPIRO DELL’UNIVERSO.

Nelle Arti Marziali giapponesi due sono i concetti basilari, primo un corretto equilibrio, secondo una corretta respirazione.

Attraverso e per mezzo di una corretta respirazione noi possiamo permearci di KI, il Prana degli indiani, e, dopo averlo concentrato nel "Saika Tanden", il Punto Unico di unione dello Spirito e del Corpo, esploderlo attraverso il KIAI oppure in una tecnica di Atemi o di proiezione.

A questo punto, dopo aver lanciato il sasso per suscitare la vostra curiosità e spero anche il vostro interesse per l'argomento, cambierei oggetto della chiacchierata passando a parlare del "DO" perché altrimenti dovremmo addentrarci su terreni che richiederebbero molto più tempo di quanto ne abbiamo a disposizione.

IL "DO"

CHE COSA E' E CHE COSA SI INTENDE PER "DO".

Do significa "Cammino".

Ciò sottintende naturalmente che ci sono due Cammini, un Cammino buono ed un Cammino cattivo.

Secondo l'idea morale del BUSHIDO c'è il Grande Cammino ovvero il Cammino Reale e ci sono ancora vari altri Cammini.

Questi altri Cammini sono Vie accessorie che possono condurre agli stessi Fini del Grande Cammino ma in modo decisamente meno rapido e diretto.

Questo Cammino, Via, è un concetto molto difficile da spiegare chiaramente, altrettanto difficile da spiegare chiaramente come è difficile da spiegare un colore ad una persona che non ha mai avuto la facoltà di vedere.

Il "Do" è il concetto morale per cui la vita umana individuale segue la volontà "Celeste" in modo da trovare la fortuna e mantenere la Pace nella stessa comunità umana cui si appartiene.

Per "Celeste" non si intende esattamente una questione Mistico/religiosa ma ci si riferisce ai fenomeni naturali che si ha la tendenza a dimenticare nella nostra frenetica vita cittadina e che è quella che regna sull'Universo. Nascita, crescita, sviluppo, maturità e morte.

Il Ciclo intero dei mutamenti incessanti della Natura.

L'idea del "Grande Cammino", "O-Do", che emana dal "Ten Do" ovvero il "Cammino Celeste" è che, amministrando perfettamente la nostra vita noi amministriamo perfettamente anche quella della nostra famiglia, di coloro che ci circondano, della nostra Comunità, del nostro Paese per sfociare nella Pace Universale.

Seguendo questi concetti pensiamo naturalmente alla trasformazione da JUTZU a DO avvenuta nelle Arti Marziali giapponesi e ci rendiamo conto di una cosa impensabile e

curiosa, cioè tutte le Arti Marziali giapponesi, il fine delle quali è uccidere si sono trasformate e sono diventate di fatto delle Arti di Pace.

Ciononostante sarebbe falso supporre che i guerrieri dei tempi antichi abbiano potuto pensare per primi al Do.

Il Do è un'idea morale nata nell'ambiente contadino dell'Estremo Oriente, Cina e Giappone.

Come si sa in Giappone i contadini, al contrario dei Paesi Occidentali, erano rispettati al punto da essere considerati al terzo posto della Gerarchia Sociale: Imperatore e Nobili, Militari, Contadini, Artigiani, operai ecc. e per ultimi i Commercianti, anche se questi erano molto potenti finanziariamente e che in qualche caso venivano anche nobilitati.

Il concetto di "Do" è dunque nato dall'osservazione della evoluzione della Natura, osservazione dovuta al fatto che la popolazione agricola si nutriva quasi esclusivamente di granaglie, riso, grano ecc., e di frutta.

Dall'osservazione dei fenomeni naturali queste popolazioni arrivarono a comprendere il principio del Fortuna, della Coesistenza e della Mutua Prosperità così come il dovere di accordarsi con la Natura e non di ergersi contro di Essa.

Per esempio il problema della coesistenza è dimostrato dalle sementi che, se cadono troppo vicine le une alle altre danno origine a dei germogli costretti a vivere in continua lotta su uno spazio limitato, quando, se viene rispettato lo spazio necessario, la giusta distanza, "Mai ai", ovvero il bisogno degli altri, prosperano tutti.

Il Maestro Jigoro Kano applicando per primo questo principio morale al suo JUDO KODOKAN TRADIZIONALE ne ravvisava i due punti essenziali: "mutua prosperità" e per raggiungerla "un buon impiego dell'Energia dello Spirito e del Corpo".

Una frase scritta da Jigoro Kano e conservata al Kodokan di Tokyo illustra il "Do":

"non pensare a sè, dimenticare la propria casa, pensare al Mondo"

Questa idea che ci riconduce alla "pace individuale e mondiale" rivela il vero scopo del Judo Kodokan Tradizionale, tant'è che "il miglior impiego dell'Energia dello Spirito e del Corpo" non è che uno dei mezzi, uno tra i tanti altri "Cammini" per raggiungerla.

Parlare di "Do" è estremamente difficile soprattutto quando ci si indirizza ad una maggioranza di giovani che hanno tutti e naturalmente, orrore delle frasi serie.

Può darsi che insistendo sul concetto di "Do" questo potrà apparire loro superiore al "Ju", la tecnica che rappresenta il fine attuale, immediato, dei loro sforzi poiché essi comprenderanno che la tecnica profonda, "Ju", è impossibile da raggiungere senza il sussidio della Via Morale, "Do".

L'ideale del Judo Kodokan Tradizionale, se ci si riferisce all'Idea di Jigoro Kano, è dunque di contribuire all'Amicizia umana per mezzo di una bella ed efficace utilizzazione dell'Arte "Ju" e del miglior uso della propria Energia sia fisica che Morale.

Usando il termine “Do” (Via) in luogo di “Jutzu” (Arte o Tecnica) al seguito di “Ju” (cedevolezza, arrendevolezza), il Maestro Kano volle illustrare che la pratica del suo Judo Kodokan non aveva il solo scopo di atterrare un avversario (caratteristica peculiare del Ju Jutzu) ma di cooperare con un partner per trovare e seguire, insieme, il cammino “Do” nella morbidezza – cedevolezza sia fisica che morale.

Se il Judo Kodokan Tradizionale viene utilizzato in un combattimento reale non può esserlo che al servizio della giustizia contro il sopruso e la prevaricazione per mantenere l’Armonia e la Pace nel Mondo.

E’ evidente che, pur seguendo una stessa idea, dei gravi eccessi sono stati possibili nel corso degli anni, solamente la profonda conoscenza personale dello “O - Do”, il “Grande Cammino”, li può evitare.

Il Ken Jutzu ed il Karate, le cui tecniche hanno il fine di uccidere l’avversario o di ferirlo gravemente, hanno oggi lo stesso “Do” il cui fine è la Pace.

Per esempio non è ammissibile tagliare in due un individuo volgare oppure un po’ ebbro col solo pretesto che ci importuna o turba la pace degli altri, a poco a poco la “potenza” che si è riusciti ad accumulare in sé, mediante gli esercizi appropriati, ci condurrà all’indulgenza ed all’amore verso l’uomo, ciò che rappresenta il più sicuro cammino sulla “Grande Via”, O-Do.

Questo è amore, si dice anche che questo amore costituisce l’Universo.

Lo scopo delle Arti Marziali si accorda perfettamente con le concezioni della vita agricola dell’Estremo Oriente che segue fedelmente le leggi naturali.

Come può l’ideale del “Do” delle Arti Marziali essere derivato dalle popolazioni agricole?

Nelle popolazioni agricole sia gli uomini che le donne di tutte le età prendono parte ai lavori dei campi ciascuno utilizzando al meglio la propria forza e le sua capacità per un lavoro comune, per “il bene comune” ovvero per la “mutua Prosperità”.

Maggiore sarà la mano d’opera maggiore sarà il raccolto, da ciò la loro concezione di cooperazione e di natalità.

Presso i popoli cacciatori, al contrario, le corse nelle foreste o le lotte per catturare la preda richiedono una forza fisica superiore agli altri. In lotta perenne con gli animali selvaggi, la ragione del più forte è stata sempre la migliore. Da ciò le idee di superiorità e di abuso brutale.

Nella vita agricola, seminazioni, piantagioni e raccolti, sono tutte fatte in famiglia, alla dolce carezza del sole primaverile ed i raccolti fatti nella frescura dell’autunno, danno origine all’ottimismo e ad una robusta logica.

Si pianta cantando e si danza a fine raccolto.

Gioie e pene si partecipano, tutti insieme, anche con gli animali domestici.

In caccia ci si deve nascondere tra le rocce o sotto gli alberi per attaccare di sorpresa gli animali.

Scaltrezze e tradimenti (le trappole) sono delle necessità che portano l'uomo alla durezza ed alla dissimulazione.

I popoli dell'Estremo Oriente hanno da sempre avuto una vita più orientata verso l'agricoltura che verso la caccia, sono quindi più aperti a questa concezione di "Do" che i popoli dell'Occidente, cacciatori nati.

Ciò spiegherebbe la differenza fondamentale tra le due concezioni delle Tecniche Marziali.

Il "Do" del Judo Kodokan Tradizionale non significa solamente utilizzo ottimale di questa energia per una Tecnica migliore bensì utilizzo di questa Energia al fine di proporre la nostra presenza come sorgente di consensi tra gli altri, di amore profondo, che non è solamente amicizia, verso tutta l'umanità.

Così, all'inizio degli anni cinquanta, il Maestro **SUZUKI HIYOJI**, 8° Dan, spiegava il suo

ALLENAMENTO AL DO

Non è sufficiente avere una buona tecnica "**JU**" ma bisogna anche avere un buon carattere, osservare attentamente gli altri Judoka, ascoltare le parole degli inferiori attentamente come quelle dei superiori.

Essere sempre generosi e coltivare il proprio Spirito con l'osservazione di belle manifestazioni artistiche e opere d'arte, come la pittura, il teatro e quant'altro, "osservare le vecchie cose" ed essere costantemente bene informati sugli avvenimenti attuali e non cadere malati.

Non sapersi conservare in buona salute è una vera disgrazia per un Judoka poiché egli deve saper equilibrare la sua vita per mantenersi sano. Deve essere attento a non ferirsi e, se la disgrazia arriva, non praticare prima di essere perfettamente guarito poi riedecarsi prima di rimettersi in competizione.

Non bere troppo alcol e non mangiare e bere fuori misura: il nemico è sia all'esterno che dentro di noi.

L'ideale del JUDO è il miglior impiego dell'energia e la prosperità per noi e gli altri allo stesso tempo. Per ottenere questo essere franchi e sinceri.

Siate sempre di esempio per tutti ed il vostro Judo ne beneficerà.

Voi avrete applicato il "DO" del JUDO.

Tutti trovano questo molto bello e molto giusto.

Ma quanti lo osservano anche nei più piccoli dettagli, i più elementari, del saper vivere e della cortesia verso gli altri praticanti ?

E' opportuno pensarci e, per quanto difficile sia, cercare di metterlo in pratica.

Buon lavoro a tutti.