ed armoniosa che controlla l'istinto guerriero dandogli forma e bellezza.

Yamaga Soko scrisse che occorre "addestrare mani e piedi e abituare il corpo a comportarsi educatamente", perchè "il corpo è laddove risiede la mente". Se l'aspetto e i gesti sono garbati e disciplinati, anche la mente diviene ordinata.
Per lui il "rei" è un codice fisso non suscettibile di modifiche né di interpretazioni:

"Le buone maniere e la musica non
sono oggetto di discussione personale".

Lo spaventapasseri

il monaco zen Bukkoku Kokushi scrisse una Poesia che esprime il concetto di mushin (non mente):
"Lo spaventapasseri non ha in mente di Proteggere le pianticelle di riso, ma gli uccelli e le bestie vedono una figura umana che tiene in mano arco e frecce e fuggono spaventati… Lo spaventapasseri non ha mente, ma assolve bene al suo scopo".
La Persona che ha conseguito piena padronanza in qualsiasi disciplina può essere paragonata allo spaventapasseri. Benchè tutto il suo corpo possa essere in movimento, la sua mente non è imprigionata in nessun luogo, ed è possibile pervenire ad uno stato di completa chiarezza ed assenza di pensieri (munen mushin).
E' lo stesso in tutti i campi. Le persone comuni che non hanno ricevuto un addestramento sono prive di conoscenza fin dall'inizio, perciò non fanno alcuna esteriore esibizione di saggezza. Analogamente , le persone che hanno conseguito alti livelli di comprensione non mettono esteriormente in mostra la loro saggezza. Per quanto sia strano, sono quelli che hanno solo una conoscenza superficiale delle cose a coltivare l'apparenza della saggezza.

L'Haiku di oggi...

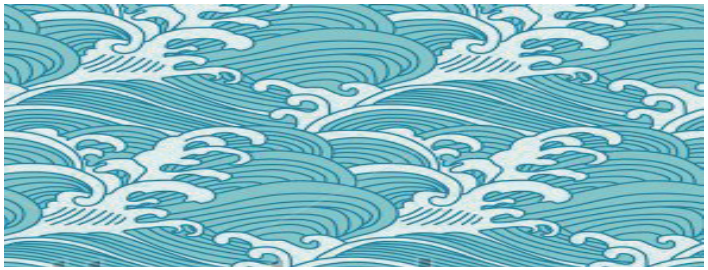
Anche se non sta in guardia
con la mente nell' orticello
lo spaventapasseri pur non è inutile

Bukkoku Kokushi
(1256-1316)

Periodico
di divulgazione del Kendo
© Mizuta Kendo Club
Venezia
www.mizutakendo.com

水の心 Mizu No Kokoro

Numero: 0 春 **Haru 2017** **Tiratura: 35**



Nasce oggi questo piccolo opuscolo, che con cadenza periodica e non troppo regolare vuole essere, senza presunzione, uno strumento di riflessione per cercare di arricchire il nostro cammino di kenshi anche dal lato “spirituale”, in modo da poterci dedicare alla via anche quando non siamo a praticare in dojo.
Il titolo, ci riporta proprio al principio della molteplice forma che può assumere il nostro percorso marziale nella via della spada giapponese.

"MIZU NO KOKORO", che è traducibile in italiano come “lo spirito come l'acqua”, è un concetto spesso utilizzato nella pratica delle Arti Marziali proprio per indicare l'adattabilità alle diverse situazioni.

In particolare rende molto bene questa idea, uno scritto tratto da "I 10 principi di saggezza":

“Colui che è saggio vive con la semplicità dell' acqua. Questa non si inchina a nessuno, oppure permane immutabile ed eterna. Si adegua ad ogni recipiente senza sminuirsi di valore, con il freddo si indurisce come il diamante. E' fragile ed impetuosa, utile ed armoniosa. Porta con se la linfa vitale del divenire, senza superbia nè vanità.”

Buona Via!

Glossario del Kendo

KAKEGOE - Vocalizzazione naturale la quale dimostra che un kenshi è pieno di spirito ed in guardia. **Kakegoe** può servire per incoraggiare se stessi, per intimidire l’avversario, e per annunciare una vittoria.

Fonte: Dictionary of Kendo - All Japan Kendo Federation

Il Rei-Ho come educazione corpo-mente-spirito

Rei-ho esprime le regole ed il concetto di cortesia e rispetto.
Rei-gi è l’insieme delle tecniche e delle azioni che manifestano rispetto e cortesia. cioè “l’etichetta”
L’inizio e la fine delle Arti Marziali è nell’etichetta. Gli istinti combattivi e aggressivi si acuiscono se vengono lasciati liberi in occasione della pratica del combattimento; l’etichetta e la disciplina, permettono un funzionamento armonioso delle regole. Un combattimento senza regole e etichetta appartiene al mondo animale e non a quello del Budo.

Bugei (tecniche della guerra) e Bujutsu non sono che mezzi per la guerra. Budo è la Via della pace.
Rei si traduce semplicemente come saluto, ma ingloba la nozione di gentilezza, cortesia, gerarchia, rispetto, gratitudine; Reigi, l’etichetta, è l’espressione di reciproco rispetto nella società. Si può così comprendere il ruolo che abbiamo di fronte agli altri, è quindi un mezzo per comprendere la propria posizione nella società.

Per ognuno, conoscere la propria posizione è conoscere sè stesso, conoscere sè stesso è conoscere la missione affidataci e conformarsi all’ordine dell’universo; attraverso il rispetto di queste regole l’uomo può elevarsi.

Così come esiste una gerarchia nella famiglia: nonno, nonna ,padre, ecc., nell’esercito, nelle chiese, esiste nel Budo : maestro, discepolo, sempaî, kohaî, ecc. Tutte queste realazioni funzionano concordemente, l’etichetta consiste nel determinare il giusto equilibrio, per farle funzionare.
Quando le azioni sono regolate dall’etichetta, si crea uno spazio che permette di vincere le emozioni agevolmente. L’etichetta serve a controllare l’”io” che potrebbe lasciarsi andare ad istinti animali e ad orientare l’energia per utilizzarla in senso positivo.
Nel dojo quindi, l’etichetta è la cosa più importante sulla quale dobbiamo lavorare affinchè non sia solo un gesto vuoto privo di significato, ma deve essere l’espressione dell’umanità del cuore, se il cuore non è abitato dal rispetto, la forma rimane vuota. L’etichetta come tutte le cose dev’essere elaborata dentro di sè, ciò significa impregnare i nostri gesti con lo spirito giusto del rispetto, della gratitudine, della riconoscenza per perseguire la Via della Pace.

Pertanto il concetto che sta alla base del bushido è quello di un’educazione costante del corpo all’esecuzione di una serie di movimenti e sequenze prestabilite, cosi da educare al tempo stesso la mente e lo spirito per raggiungere un’espressione spontanea che in realtà è il frutto di una lunga stratificazione di comportamenti.
Il risultato dev’essere quello di una spontaneità misurata