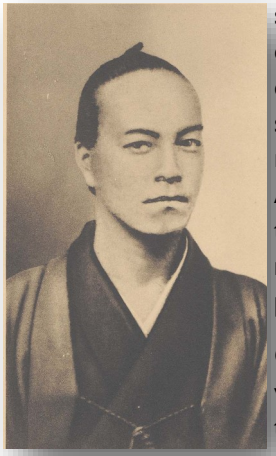
LA VERA
E LA FALSA ARTE DELLA SPADA

Coloro che trasmettono correttamente i principi supremi dell'arte della spada non hanno una tecnica speciale. Ottengono la vittoria entrando nel luogo favorito dell'avversario.

Cos'è il "luogo favorito dell'avversario?"

Ogni qualvolta due spade si incrociano, tutti i pensieri sono rivolti a colpire l'avversario. Armonizzando il proprio corpo per intero con quello dell'avversario si entra nel luogo favorito dell'avversario ossia il punto di maggior forza, e così si ottiene "La vittoria per mezzo della vera vittoria".



Per esempio, prima di togliere qualcosa da una scatola, si toglie il coperchio, si guarda con attenzione e ci si assicura in cosa consiste, il contenuto. Questa è la vittoria naturale, che non richiede nessuna tecnica speciale. Anche questo procedimento può tuttavia rivelarsi molto difficile o molto facile a seconda dell'approccio.

Gli studenti della Via non dovrebbero considerare le cose in termini così semplicistici. Gli adepti delle altre scuole non agiscono in maniera naturale. Quando affrontano un avversario, immediatamente si agitano e cercano di sconfiggerlo con un energico attacco frontale, questo è un grave errore.

Coloro che praticano in questo modo posgono essere vigorosi da giovani, quando sono pieni di forza e di vigoria. Quando tuttavia non possono più far conto sulla forza fisica per l'età o la cattiva salute, le loro tecniche approssimative li tradiranno, è come se non avessero affatto studiato l'arte della spada, uno sforzo inutile. Questa è la falsa arte della spada.

Gli studenti della Via devono risvegliarsi grazie a questo principio lavorando Sempre più duramente.

Yamaoka Tesshu

5 Gennaio 1882

L'Haiku di oggi...

Languore d'inverno:

Nel mondo di un solo colore

Il suono del vento.

Matsuo Basho (1644—1694)

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

Mizu No Kokoro 水の心

Numero: 3 — 冬 Fuyu 2019 — Tiratura: 30

DUE RIFLESSIONI SUL NIDAN

Ogni esame è un'esperienza individuale ed a sè stante. Del mio esame da Nidan, che ho sostenuto a Lucca l'anno scorso, ho portato a casa due cose.

Banalmente ed ovviamente la soddisfazione di aver fatto un passetto in più lungo la Via, ma anche molti spunti di riflessione. A posteriori, però, mi sento di dire che l'esperienza dell'esame non si riduce nei 3- 4 minuti sotto i riflettori, ma abbraccia tutto il periodo di preparazione nel dojo e lo stage pre-esame.

Il nostro esame, come non avevo percepito nelle esperienze precedenti, inizia con il saluto.

Ed il corretto sonkyo si compone di una serie di dettagli che, ad un esterno, possono sembrare secondari: oltre alla corretta postura edalla posizione della spada mentre si fanno i fatidici 3 passi, durante lo stage siamo stati ripresi per la posizione della mano destra, la distanza dal compagno, la lunghezza dei passi (ho visto fisicamente alzarsi l'asticella dell'esame quando, dopo le prove dei 1° dan, hanno strappato da terra lo scotch che indicava le posizioni del sonkyo...perchè un 2° dan SA da dove deve partire e dove deve fermarsi per eseguire un corretto sonkyo davanti alla commissione...).

La prova centrale è ovviamente il jigeiko. Ognuno lo vive a modo suo, il mio più grande difetto è la smania di attaccare continuamente. Se poi mi trovo di fronte un avversario "vivace", mi è facile trasformare il jigeiko in una rissa. Come però ci è stato ribadito, la commissione non apprezza vedere due aspiranti 2° dan impegnati in una serie di uchiko-mi-men (o altri colpi) a ripetizione: tra le righe, durante lo stage, mi è sembrato che i sensei volessero dirci "Siete già 1° dan. Lo sappiamo che siete capaci di tirare un men: mostrateci qualcosa che non sappiamo!"

E quel qualcosa è la capacità di riconoscere "quando" tirare un men. Non è certo un concetto che si possa spiegare a parole.

Ultimo elemento su cui la preparazione all' esame mi ha fatto riflettere : il kiai. Deve iniziare nel momento in cui la shinai colpisce ed il piede del fumikomi batte a terra, deve continuare mentre sorpasso il mio compagno e mentre mi giro per rimettermi in guardia di fronte a lui. Si conclude quando sono di nuovo in chudan e sto per ricominciare il confronto. A lungo il mio difetto, su cui ho lavorato e lavorerò ancora, è stato quello di iniziare il kiai in ritardo (a volte solo dopo aver colpito) e concluderlo prima di girarmi.

In conclusione, l'esame in sè dura pochi minuti. La sua preparazione richiede mesi (o di più). La riflessione che lo accompagna inizia prima della preparazione e continua dopo il suo superamento.

Giacomo Molucchi

Glossario del Kendo

TANDEN-KOKYU

Ci sono due tipi di respirazione. Uno è il respiro “di petto”, attraverso il movimento del costato e dei muscoli intercostali; L’altro è il respiro addominale, attraverso l’utilizzo elastico del diaframma. Quest’ultimo è il Tanden-Kokyu, nel quale si inala espandendo l’addome, quindi si esala mantenendo questo stato. Questa pratica (Kokyu-Ho) è importante per generare uno spirito ed una postura pieni oltre che a sostenere una mentalità calma.

Fonte: Dictionary of Kendo—All Japan Kendo Federation