

Kendô Jidai 410, ottobre 2006

Speciale sul men

Makita Minoru spiega suriage men

Si colpisce lasciando colpire il compagno, si muove e abbassa la shinai con la massima velocità possibile



Makita Minoru

Nato nel 1948 a Ôsaka, 57 anni. Dopo essersi diplomato al Liceo PL Gakuen prosegue gli studi all'Università Tôkai. Una volta laureato, lavora in una ditta di spedizioni e poi diventa assistente all'Università Internazionale del Budô. Vincitore agli individuali dei Campionati del Mondo, secondo al Campionato per Ottavi Dan indetto in occasione dei 50 anni della ZNKR, ha partecipato a varie competizioni tra cui i Campionati Giapponesi. Attualmente è professore all'Università Internazionale del Budô. Ottavo dan kyôshi.

Sette punti per suriage men secondo Makita Minoru

1. Osservare bene i punti forti e i punti deboli del compagno
2. Chiudere la distanza [maai] col «gerundio»
3. Avere la percezione di lasciare colpire il compagno
4. Indurre nel compagno l'intenzione di colpire aprendo di un centimetro
5. Fare suriage come se si facesse tsuki alla base della gola
6. Non mandare fuori il kensen dalla linea centrale del compagno
7. Muovere e abbassare la shinai con la massima velocità possibile

Portare il maai al limite e osservare bene. Aprendo il kensen, si induce l'intenzione di colpire

Per eseguire suriage su un datotsu del compagno e poi passare a men, penso che le cose importanti siano fondamentalmente due. Una è osservare bene i punti forti e i punti deboli del compagno. Pur all'interno di un seme reciproco portato al limite in cui nessuno dei due può più tornare indietro ma neppure colpire, se non si è in grado di osservare bene il compagno, non si sarà neanche mai in grado di eseguire suriage sul datotsu del compagno. Qualunque sia la situazione in cui si trova, bisogna cercare di percepire quali sono i punti di forza e di debolezza del compagno. Certo non è semplice osservare il compagno mentre si è in una situazione di seme portato al limite, ma secondo me è proprio qui che sta il fascino del seme del kendō.

La seconda cosa importante è creare un'atmosfera per cui il compagno «viene portato a colpire», «finisce per voler colpire». Ciò significa trasmettere con un forte seme di ki una pressione al compagno, costringerlo in una situazione in cui non può non colpire. Concretamente si tratta di fare «seme» e «tame» contemporaneamente, mentre si porta avanti il piede destro che è il piede che fa seme. Si chiude la distanza col gerundio, cioè «*facendo* seme e tame». In questo modo il compagno prova paura e viene indotto ad un datotsu insufficiente.

Ma semplicemente facendo un seme che incute timore, non nasce la volontà di colpire in un compagno che abbia una forte tendenza alla difesa. Nel caso di un simile compagno, ammorbidendo invece il kensen gli si fa vedere che si è generato uno suki e in questo modo lo si convince a colpire. Bisogna avere l'immagine mentale di «lasciar colpire l'avversario».

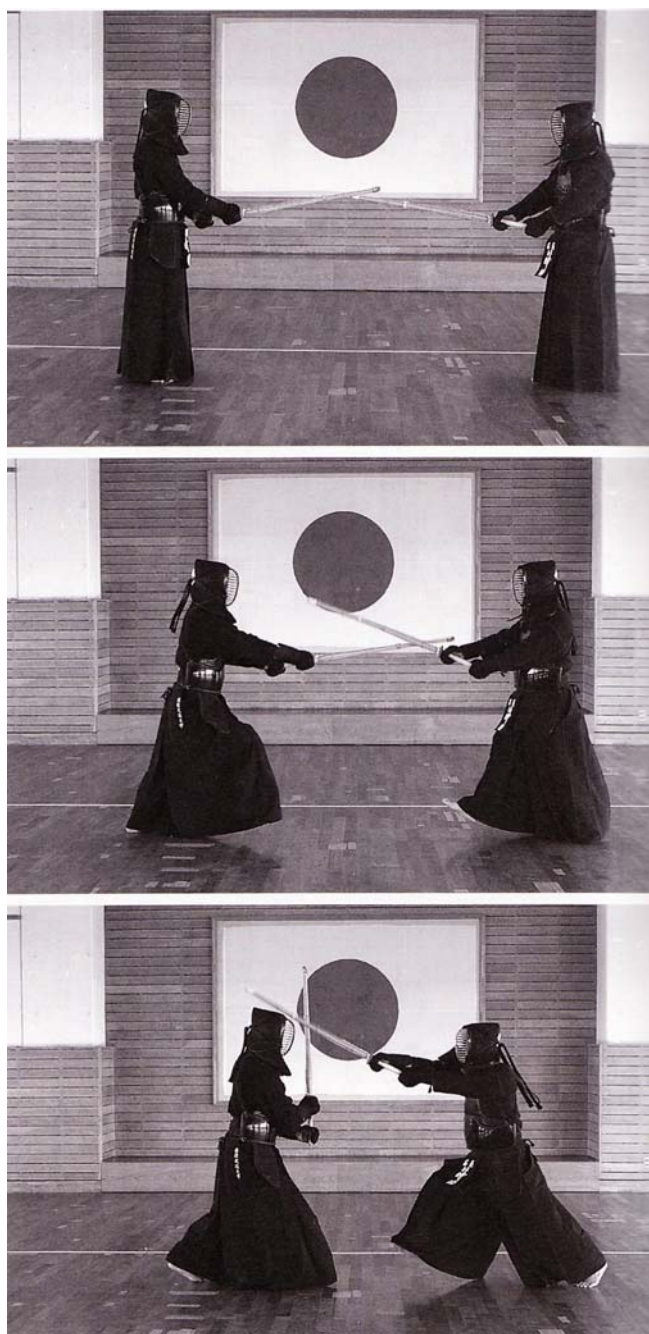
Concretamente, si tratta di aprire di circa un centimetro il kensen che è a contatto con la shinai del compagno. Facendo così, il compagno avrà l'illusione che il nostro kensen si sia aperto dieci volte tanto quanto lo è in realtà e penserà di avere un'occasione per venire a colpire. Detto così sembra inverosimile, eppure è un fatto che all'interno di un seme portato al limite, uno suki anche minimo sembra molto più grande a causa della tensione.

Quando si ammorbidisce il kensen, è importante fare seme *chiudendo* la distanza mandando avanti il piede destro di cui ho già detto prima. Questa chiusura della distanza eseguita portando avanti il piede destro diventa la preparazione

(costruzione) per la risposta alla tecnica del compagno. Una buona preparazione del colpo è ciò che rende possibile un ippon pieno. Se invece si ferma il piede destro o si scindono «seme» e «tame», il seme non si trasmette al compagno e per questo non è possibile «fare seme e vincere». Ma allora, se non si è in grado di fare seme e vincere, prima di poter rispondere al colpo del compagno, si finisce per essere colpiti.

Due tipi di suriage per due tecniche diverse. Nel caso di men-kote si deve fare attenzione alla mano destra, nel caso di tsuki invece l'attenzione va posta al centro

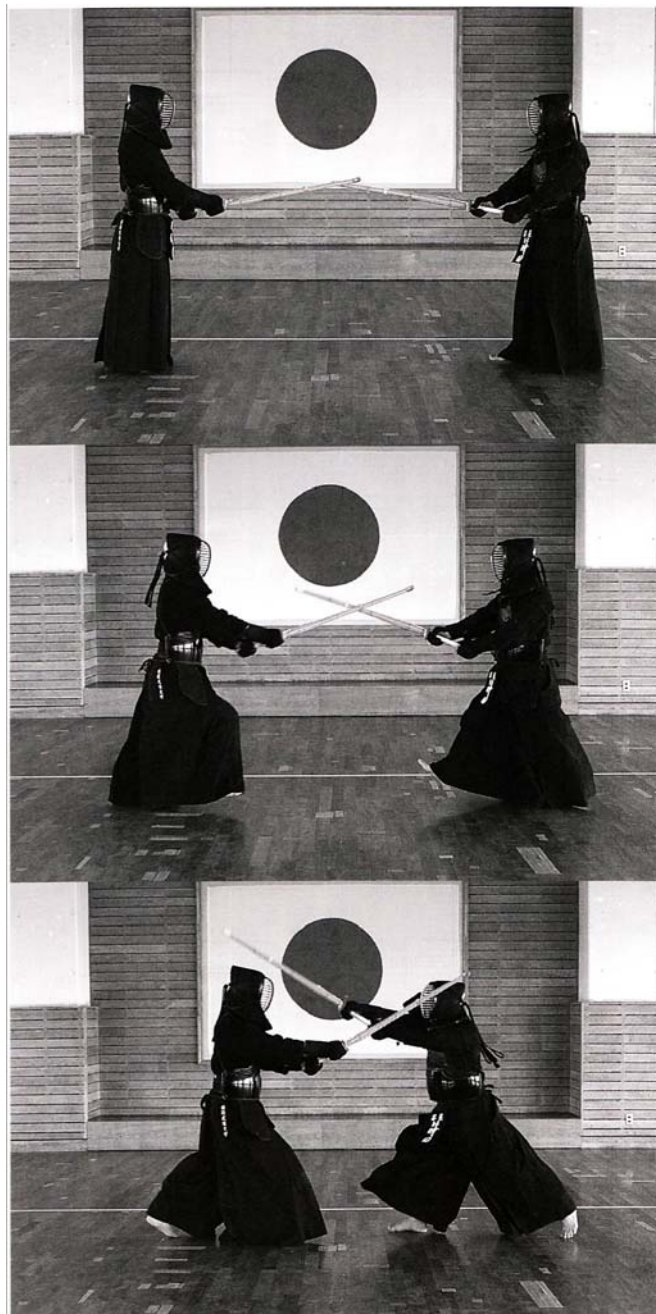
Quando si fa suriage men su men o kote del compagno, si muove la shinai con l'immagine mentale di fare tsuki alla base della gola del compagno ruotando all'interno la mano destra. La cosa fondamentale delle tecniche di suriage è di muovere la shinai come se si disegnasse un semicerchio, ma per poter rispondere in modo efficace al datotsu di un compagno che viene a colpire con veemenza, io preferisco invece eseguire suriage con l'idea di tsuki.



Quando si fa suriage su men o kote del compagno, si muove la shinai con l'immagine mentale di fare tsuki alla base della gola del compagno ruotando all'interno la mano destra. Se si muove la shinai come se si disegnasse un semicerchio, non si può rispondere compiutamente al datotsu del compagno

Quando si esegue suriage men su tsuki del compagno, bisogna fare attenzione a non portare fuori il kensen dalla linea centrale del compagno. In caso contrario si finisce per essere colpiti a tsuki proprio nel momento in cui si sta passando al movimento di

suriage. Credo che sia buona cosa fare suriage alzando il pugno destro fino all'altezza degli occhi, con la sensazione di scontrarsi con tutto il corpo contro il compagno.



Quando si esegue suriage men su tsuki del compagno, non si porta fuori il kensen dalla linea centrale del compagno. In caso contrario, si finisce per subire tsuki

Per eseguire suriage men su un datotsu del compagno, si muove e abbassa la shinai con la massima velocità possibile proprio nel momento in cui il piede destro che ha eseguito seme tocca il pavimento. Se non si fa attenzione a questo punto, l'impeto del

compagno che viene a colpire finirà per prevalere e il nostro datotsu sarà in ritardo e sottodistanza.

Per aumentare la velocità di movimento e abbassamento della shinai, quando ero studente delle scuole medie facevo l'esercizio di colpire in successione men portando avanti ora il piede destro ora il sinistro alternativamente. Ogni giorno mi allenavo col maestro Shirafuji Ichirō (attualmente professore dell'Università di Kansai, vincitore dei Campionati Giapponesi) alzando e abbassando la shinai mentre saltando mi trovavo a mezz'aria. Questo tipo di allenamento è stato molto efficace.