

Risposte al signor Moretti

I. In che modo si possono insegnare correttamente le «tecniche», la «postura», le «forme» fondamentali dello iaidô?

Iaidô significa elevare la propria forza e il proprio spirito. Inoltre nello iai chi insegna e chi impara progrediscono insieme. Gli esseri umani, in quanto tali, desiderano la pace – io la penso così.

a) Poiché lo iai consiste nel tagliare (ammazzare) gli altri con una katana, se manca l'elemento spirituale, il cuore (l'amore), finisce per essere mera violenza (assassinio). Per imparare correttamente bisogna allenarsi col massimo impegno e bisogna ascoltare senza filtri egoistici gli insegnamenti che si ricevono. Guardando l'impegno che ci mettono gli altri (i maestri), osservando la loro figura, il loro modo di comportarsi, anche noi stessi dobbiamo agire in modo corretto, comportarci e parlare in modo giusto.

1) Guardare 2) Ascoltare 3) Agire (mettere in pratica)

Inoltre si deve avere rispetto per i compagni (gli altri). Credo che si tratti di aver cura degli altri, di amarli.

b) 1) Far vedere 2) Far fare 3) Far ripetere
 - alla velocità normale - lentamente - scindendo punto per punto

Fare fermandosi, fare in modo che per chi impara sia facile capire. E poi ripetere più volte. Infine, è importante lodare chi sta imparando.

II. Riguardo al modo di allenarsi

1) Si insegnano «il portamento», «reihô», «i punti essenziali».

A. Il portamento: riguardo alla «postura in piedi», «postura da seduti», «postura quando si cammina», si insegna

- lo sguardo (metsuke), il posto dove si mettono le mani e il modo di usare le mani, il modo di usare le gambe e le anche, il modo di mandare avanti i piedi;

- si insegna inoltre dove bisogna guardare. Il punto in cui si dirige lo sguardo.

B. Reihô:

- Lo si insegna come è descritto nel *Testo di Spiegazione dello Iai della Zen Nippon Kendô Renmei*.

- Si insegna come lo sguardo scende naturalmente rispetto a frontale in avanti.

- Si insegna che poiché «rei alla katana» (tôrei) viene eseguito rispetto alla katana, si guarda la katana (ma sempre lo sguardo deve scendere in modo naturale).

C. I punti essenziali:

- Si leggono ad alta voce agli allievi «i punti essenziali» dei kata dal primo al dodicesimo («Si avverte l'intenzione di uccidere di ecc.»), così come appaiono nel *Testo di Spiegazione dello Iai della Zen Nippon Kendô Renmei* (la cosa migliore sarebbe farli leggere ad alta voce dagli allievi stessi).

2) Si mostrano i kata eseguendoli. Poi si fanno insieme e si correggono i punti che non vengono eseguiti in modo corretto, sempre facendo i kata insieme. All'inizio va già bene se l'allievo riesce ad eseguire più o meno il kata, poi, mano a mano che l'allievo diventa bravo, un po' per volta lo si corregge in modo da avvicinarsi sempre più al kata vero e proprio. È importante ripetere.

3) Quanto alla tecnica, la cosa più importante è ripetere. Si insegna il modo di usare la katana «verticalmente, orizzontalmente, obliquamente». Si insegna il modo di usare il corpo (le gambe), si insegnano i cambiamenti di direzione (le gambe). Come nel caso della danza, si insegna come cambiare la direzione del corpo, la direzione delle gambe e il modo di spostarsi (avanti e indietro, a destra e a sinistra, ruotando).

Quanto al modo di usare la katana:

- verticalmente: modo di fare kirioroshi da seduti e modo di fare kirioroshi in piedi
- orizzontalmente: nukitsuke e chiburi laterale
- obliquamente: chiburi grande, nukiuchi (6. Morotezuki 30°; 7. Sanpôgiri 10-15°; 9. Soetezuki 30-45°), kesagiri (5. Kesagiri, salendo e scendendo 30-35°; 3. Ukenagashi 30-35°), Sôgiri (testa-mento; spalla (collo)-bocca dello stomaco; sotto l'ascella-ombelico)

III. Momento giusto e modo di insegnare lo iai delle scuole antiche (koryû). Dove si distingue rispetto allo iai della Zen Nippon Kendô Renmei.

1) Il momento giusto di insegnare lo iai delle scuole antiche: ogni momento è giusto (va sempre bene, anche subito...)

Ma: dato che gli esami di dan si svolgono con i kata della Zen Nippon Kendô Renmei, è meglio far fare prima «reihô dello iai della Zen Nippon Kendô Renmei». Si fa vedere la differenza tra reihô delle scuole antiche e quello dello iai della Zen Nippon Kendô Renmei, e poi è meglio insegnare dicendo: «Adesso facciamo con reihô dello iai della Zen Nippon Kendô Renmei».

2) Modo di insegnare lo iai delle scuole antiche: l'ho già scritto prima, ad ogni modo: «far vedere facendo», «far vedere facendo fare».

A parte il fatto che verticale e orizzontale sono diversi tra loro, per il resto non si fa caso se è un po' più alto o un po' più basso. Si insegna semplicemente che il triangolo (destra), il quadrato (sinistra) e il cerchio (alto e basso) sono diversi tra loro. Si fa insieme. Se l'allievo riesce bene, lo si loda, se in parte fa in modo diverso da come vorremmo, è sufficiente dire: «Un po' più alto» oppure: «Un po' più basso».

3) Differenze rispetto allo iai della Zen Nippon Kendô Renmei:

- Nelle scuole antiche esistono solo appunti manoscritti; nello iai della Zen Nippon Kendô Renmei c'è un testo di spiegazione pubblicato ufficialmente.
- Scuole antiche: sono importanti *ma* (il tempo) e *maai* (lo spazio, la distanza). È importante la fluidità.
- Iai della Zen Nippon Kendô Renmei: si fa con la distanza di *issoku ittô*. È importante lo sguardo. È importante il punto in cui si taglia.

Punti di riferimento importanti al momento di esaminare

1) Quanto ai dan inferiori al quinto, oltre ai *Punti da osservare durante l'arbitraggio e gli esami dello iai della Zen Nippon Kendô Renmei*, si esegue facendo attenzione in particolare a quanto segue:

b) *da primo a terzo dan: i fondamentali:*

- abbigliamento corretto e corretto saho
- nukitsuke e kiritsuke (kirioroshi) esatti
- chiburi esatto ed angolazione esatta
- nô tô esatto

c) *quarto e quinto dan: l'applicazione pratica:*

Ai punti già elencati si aggiungono

- tranquillità dello spirito
- sguardo
- energia, vigore (kihaku)
- coincidenza di spirito, spada e corpo (ki, ken, tai no icchi)

d) *da sesto dan: l'aspetto spirituale:*

- armonia col Principio (riai)
- aura, stile personale (fukaku), dignità (hin'i)
- e oltre a ciò si valuta se la tecnica complessivamente è di alto livello.

Punti cui prestare attenzione quando si fa un esame

Si deve fare attenzione a «praticare» con lo spirito di vittoria o sconfitta con una spada vera; si fa uchikomi ossia si va a colpire con tutto il corpo e tutta l'anima, con pienezza e vigore; si esegue esattamente secondo le leggi della katana (tôhō); si mantiene una postura corretta. In altri termini, si deve fare attenzione alla coincidenza di spirito, spada e corpo.