

Da Kendô Nippon, 2008-04

Ricomincia il Kendô dopo ventisei anni e viene promosso all'esame di sesto dan dopo nove mesi di keiko

### **Miyazaki Kentarô**

(Iaidô kyôshi ottavo dan, professore dell'Università Junshin di Nagasaki)

***Con lo stesso spirito con cui sfodero quando faccio Iaidô, aggiungendo tensione a tensione incalzo il compagno***

*La gara per ottavi dan di Iaidô ad Hakone. Da tutto il Giappone vengono selezionati nove partecipanti che nel dôjô del tempio shintoista di Hakone competono tra di loro. Miyazaki Kentarô, kyôshi ottavo dan, che l'anno scorso ha partecipato a questa gara, dopo ventisei anni ha ripreso in mano la shinai e al primo tentativo è stato promosso sesto dan dopo solo nove mesi di keiko. Che cosa ha determinato la promozione? Sembra che la ragione stia in un jigeiko in cui un ottavo dan di Iaidô trasferisce nel Kendô l'essenza dello Iai*



*Miyazaki Kentarô, nato nell'anno di Shôwa 25 (1950), professore nella Facoltà di Lettere dell'Università Junshin di Nagasaki. Quando era al quinto anno della scuola elementare comincia il Kendô nel Seibudô di Nagasaki. Mentre studia all'Università di Tôkyô, oltre ad essere capitano della squadra di Kendô, comincia a praticare anche lo Iaidô. Attualmente è ottavo dan di Iaidô. Nel novembre del 2007 è stato promosso sesto dan di Kendô*

*Due motivi per cui ho ricominciato il Kendô*

Il signor Miyazaki Kentarô, Iaidô kyôshi ottavo dan, l'anno scorso è stato scelto come uno dei partecipanti della gara di Iaidô di Hakone. Un maestro così noto in tutto il Giappone come lui, dopo ventisei anni ha ripreso in mano la shinai e ha tentato l'esame di sesto dan.

Un ottavo dan di Iaidô che partecipa all'esame di sesto dan di Kendô. Non dispongo di dati per verificare, ma ad ogni modo posso dire che si tratta di un caso quanto mai raro e inusuale. Ma per quale motivo Miyazaki ha deciso di ricominciare il Kendô? Ci sarà una ragione chiara?

«Ci sono stati due motivi che mi hanno indotto a ricominciare. Uno sono gli amici italiani che spesso mi dicevano: "Maestro, quand'è che finalmente rifaremo keiko di Kendô insieme?"»

Quando era studente all'Università di Tôkyô, Miyazaki è stato a studiare in Italia all'Università Cattolica di Milano. Aveva allora ventisei anni.

«La mia specializzazione era la storia dei cristiani giapponesi, per cui pensavo che prima o poi sarei dovuto andare a cercare materiale di studio in Italia o in Portogallo o in Spagna. Proprio in quel momento, tramite il maestro (ora deceduto) Kasahara Toshiaki che è stato il primo presidente della Sezione Internazionale della ZNKR e proveniva anche lui dall'Università di Tôkyô, mi arrivò un invito dall'Italia che richiedeva l'invio di un insegnante di Kendô. Decisi subito di andare in Italia. Una volta lì, oltre al Kendô ho insegnato anche lo Iaidô che avevo cominciato a imparare da studente universitario».

Gli «amici italiani» di cui parla Miyazaki sono gli allievi di quel tempo, alcuni dei quali sono oggi settimi dan di Kendô, mentre molti sono sesti dan, non solo di Kendô ma anche di Iaidô.

«Quando avevo trent'anni fui invitato a ritornare in Giappone per ricoprire un incarico come insegnante all'Università Femminile Junshin della mia città d'origine, Nagasaki, e così ho lasciato l'Italia e sono rientrato. Ma dopo una decina d'anni sono stato di nuovo invitato come insegnante di Iaidô per un seminario in Italia, un appuntamento che si ripete ogni anno da allora, e sono ormai diciassette anni. In occasione di questi incontri gli amici cui un tempo avevo insegnato il Kendô mi dicevano: "Dai, facciamo anche Kendô!"».

Ma a voler fare due cose contemporaneamente, si rischia di farle male tutte e due e così Miyazaki si è ostinato a non venire incontro alla richiesta degli amici.

Nell'anno di Heisei 17 (2005) viene promosso ottavo dan di Iaidô.

«Probabilmente è stato a partire da allora che ho cominciato a pensare di provare a fare keiko di Kendô in Italia».

E tuttavia questo non è stato sufficiente ad indurre subito Miyazaki a ricominciare il Kendô.

«L'altro motivo che mi ha spinto a ricominciare è stato il fatto che il numero dei praticanti di Iaidô della prefettura di Nagasaki era aumentato. Forse qualcuno penserà che sia il contrario, invece è vero. Sono responsabile per lo Iaidô della prefettura di Nagasaki e davvero mi rattristava che il numero dei praticanti di Iai fosse così esiguo. Ogniquale volta ci fosse stata un'occasione, provavo a insistere coi praticanti di Kendô sostenendo che anche lo Iai è interessante, ma nonostante il mio impegno, il numero dei praticanti di Iai non cresceva come avrei voluto. Come fare? Ho pensato che forse sarebbe stato meglio provare ad invitare allo Iaidô i dan alti di Kendô. Se li avessi convinti che lo Iai è utile per il Kendô, a partire da loro poi in breve tempo avrei ottenuto un effetto di diffusione a cascata sui praticanti di livello inferiore. Ho pensato che questo fosse l'unico modo possibile».

E così Miyazaki, ogni volta che era possibile, parlava dei pregi dello Iaidô con i dan alti di Kendô della prefettura e si proponeva per fare enbu di Iai nelle occasioni ufficiali del Kendô. Il suo entusiasmo era contagioso.

«Mi sono conquistato l'amicizia di alcuni maestri ottavi dan giovani di Kendô che hanno cominciato lo Iai da zero, e maestri che in passato avevano fatto un po' di Iai hanno cominciato a frequentare il mio gruppo. Nella zona di Shimabara grazie all'impegno del responsabile del Kendô locale è iniziato un gruppo di Iaidô che si incontra una volta alla settimana, a Ômura hanno cominciato lo Iai anche i bambini del Kendô. È capitato che tutti i praticanti del gruppo di Kendô di una scuola superiore hanno cominciato lo Iaidô. Da ogni parte della prefettura di Nagasaki contemporaneamente hanno cominciato a formarsi gruppi di persone che volevano provare a fare Iaidô. A quel punto io stesso ho istituito per chi ne avesse interesse un corso per provare lo Iaidô una volta al mese a Nagasaki in occasione dell'allenamento comune di Kendô. E poi su richiesta di alcuni che facevano anche Kendô, ho cominciato anche a fare un corso di Iaidô due volte al mese solo per kendôka. Ma a

questo punto non potevo più dire: "Io però faccio solo Iai". Proprio io che consigliavo che lo Iai certamente è utile al Kendô, per dar prova concreta di ciò non potevo non fare Kendô!».

E aggiunge: «Allenando Kendô e Iaidô insieme, prendendo ciò che di buono c'è in ciascuno, migliorano entrambi. Se si riesce in questo, ecco il vero senso di «Kendô e Iaidô una sola cosa». Senz'altro questo avrebbe provocato un'iniezione di energia nel mondo del Kendô e in quello dello Iaidô nella prefettura di Nagasaki. E così anch'io ho pensato che avrei dovuto dedicarmi attivamente al Kendô. Sono riuscito a convincermi in questo modo della necessità di ricominciare...»

*Scoprire la propria via in un jikeiko carico di tensione e di ki*

Per l'esattezza Miyazaki ha ricominciato ad allenarsi nel novembre di due anni fa. All'inizio si allenava una volta alla settimana, ma non appena ha capito che non era sufficiente, ha pensato che se gli fossero bastate le forze, avrebbe dovuto passare a due allenamenti. Ma subito si è fatto avanti un avversario difficile, l'asma cronica.

«Fin da bambino soffrivo d'asma, ma da molto tempo avevo superato quel disturbo. Non appena ho ricominciato il Kendô, si è ripresentata una difficoltà a respirare che non sentivo di avere allenandomi solo nello Iaidô. A livello puramente muscolare non ho avuto problemi perché sono abituato ad allenarmi con una katana, ma con l'asma cronica che mi affliggeva non c'era niente da fare. Dopo appena cinque minuti di keiko, cominciavo ad ansimare, ma non nel senso di rimanere senza fiato come quando si è fatto uno sforzo eccessivo. Sentivo invece che era estremamente poca la quantità assoluta di ossigeno che assimilavo. Non so come definire la cosa in termini medici, ma sentivo come una carenza d'ossigeno. Cercavo di muovermi e non mi potevo muovere. A quel punto non restava che arrendermi».

Miyazaki cominciava ad allenarsi e faceva una pausa, poi ricominciava e poi ancora una pausa. Questa cosa è durata circa tre mesi.

«A partire dal quarto mese ho cominciato a stare meglio. Se ci penso adesso, l'asma è iniziata con la stagione fredda. Dato che ci si allena con le finestre chiuse, resta molta polvere nell'aria. Può darsi che l'asma fosse prodotta anche dalla troppa polvere. Quando invece è cominciato ad essere più caldo e così ci si allenava con le finestre spalancate, via via è diminuita la difficoltà a respirare tipica dell'asma».

All'inizio Miyazaki si allenava provando gli uchikomi fondamentali, ma ben

presto, dato che questo tipo di esercizio era fatto per ritrovare la sensibilità del Kendô, è passato al jigeiko, condotto con la sensazione di avere «sen», l'anticipo, andando a fare seme al compagno mantenendo una grande tensione di ki: era questo l'obiettivo che si era dato. Quando ha ricominciato ad allenarsi, Miyazaki già aveva dentro di sé l'idea di fare un Kendô di questo tipo.

«Circa quattro anni fa, con mia sorpresa mi è stato chiesto di diventare vicepresidente della Federazione di Kendô di Nagasaki. Per questo motivo devo presenziare anche alle gare e agli allenamenti collettivi di Kendô. Seduto sulla tribuna d'onore, potevo osservare con attenzione il Kendô dei partecipanti: Kendô con una grande pressione, Kendô morbido, Kendô tecnico, Kendô con uno splendido lavoro di gambe, Kendô con un seme fortissimo e così via. Avevo l'occasione di studiarli un gran numero di Kendô diversi. Era naturale ricordarmi anche del tipo di Kendô che facevo io da giovane. All'inizio non avevo ancora l'idea chiara di rimettermi a praticare, semplicemente mi chiedevo che tipo di Kendô avrei potuto fare ora alla mia età, oppure mi chiedevo che tipo di Kendô avrei dovuto fare: può essere che inconsapevolmente stavo creandomi liberamente un'immagine di Kendô».

Con mitorigeiko si crea l'occhio del Kendô, ma nel caso di Miyazaki era attivo anche l'occhio dello Iaidô allenato da una pratica quasi trentennale. Si può dire che è naturale che una volta deciso di ricominciare il Kendô, questa immagine sia diventata ancora più chiara. E proprio per questo probabilmente si è chiarito anche l'obiettivo di fare un jigeiko in cui aggiungendo tensione a tensione, si entra a fare seme sul compagno.

«Nello Iai si tratta di opprimere col ki un avversario immaginario e contemporaneamente, nell'istante in cui si percepisce l'intenzione di attaccare dell'avversario, si ottiene la vittoria con un taglio definitivo. Questa è la quintessenza dello Iaidô. Kendô e Iaidô sono alla stessa stregua tecniche di spada, tradizionalmente si parla di «Kendô e Iaidô una sola cosa». Per questo il seme dello Iaidô dovrebbe essere anche il seme del Kendô. Forse che non posso darne prova concretamente? Pensavo così. La messa in pratica di questo è stato di fare seme con una tensione del ki. Fare seme al compagno come se un fascio di ki uscisse dal kissaki. Con questa sensazione, aggiungendo tensione a tensione, vado ad incalzare sul maai. Anziché partire men al primo movimento come avrei fatto da giovane, resisto e continuo a fare ancora seme e poi ancora seme. Per questo è naturale che il maai via via si accorci. A

questo punto, senza usare i polsi carico e vado a colpire con un unico e grande colpo. Se shinai e braccia fossero un'unica katana, ho la sensazione come se a partire dal kissaki si abbattesse sul compagno come una frusta una katana lunga oltre quattro shaku. Poiché non mi fermo al punto dell'impatto, il kensen entra un po'. Per questo chi evita il mio colpo spostando la testa, sembra rimanere un po' sorpreso».

A partire da giugno e per due mesi Miyazaki si è dedicato soprattutto al keiko di Iaidô in vista della gara per ottavi dan di Hakone, dopo di che si è recato in Italia per il seminario di Iaidô estivo. Finalmente in settembre è tornato a dedicarsi al Kendô.

L'esame è stato a Nagoya il 18 novembre e Miyazaki è stato promosso.

Una frase cui Miyazaki dà molta importanza è: «Lo spirito ricerca una forma, la forma manifesta lo spirito». «Non si può afferrare il proprio spirito e mostrarlo agli altri come dicendo: "Eccolo qua". Ma allora come fare? Non resta che mostrarlo tramite una forma concreta. Di conseguenza, se si vede una forma, lì deve manifestarsi spontaneamente lo spirito di quella persona».

«La Via delle arti tradizionali giapponesi (Geidô), siano esse il Nô, la Via del Te, l'Ikebana, il Kabuki o la Danza tradizionale, è sempre così. Tramite una forma suprema si tratta di esprimere uno spirito elevato, bello, pieno di dignità. La stessa cosa nello Iaidô. Quando si fa un enbu, la tecnica è e resta sempre solo un mezzo, ciò che importa sta nell'esprimere tramite la tecnica il proprio cuore, la propria anima, lo spirito, la propria idea del bello. Credo che la stessa cosa si possa dire del Kendô. Anche se la situazione cambia qualora si tratti di keiko, di una gara o di un esame, forse che non si deve farvi fronte cogliendo in profondità lo spirito racchiuso nella frase «La forma manifesta lo spirito»? Ma che non sia affatto semplice, l'ho capito bene in occasione dell'esame di sesto dan. Mi hanno promosso, ma in verità per passare ho dovuto proprio dare il massimo!»

Miyazaki il venti di questo mese parte per andare al seminario invernale in Italia. Pare che l'armatura di Kendô sia già stata spedita per posta.

«Credo proprio che mi stiano aspettando. Dopo ventisette anni, finalmente incroceremo le shinai e chissà come andrà a finire...»



*Ha ricominciato Kendô dopo ventisei anni, ma aveva già in mente l'idea del seme e del compito che voleva darsi.*



*Quando colpisce men lo fa senza usare i polsi, ma come si carica nello Iaidô. Va a colpire con la sensazione che il kensen scende dall'alto verso il basso.*



*Miyazaki Kentarô, Iaidô kyôshi ottavo dan, mentre insegna ad un seminario di Iaidô in Italia.*