

## Esame per il conseguimento del grado Shogo – Renshi



### **La tua opinione relativamente all'attitudine necessaria all'insegnamento della Via della spada**

Nel loro nucleo essenziale tutte le arti marziali, definite concordemente budo, sono la stessa cosa.

Viaggi illimitati senza una destinazione finale: sono una scelta di vita.

In Oriente molte pratiche spirituali individuano un percorso (in giapponese Do, cioè "via") che, partendo dal corpo, conduce ad un'unità di corpo, mente e cuore attraverso una pratica lunga e rigorosa. Lo zen e lo yoga sono probabilmente gli esempi più conosciuti e facilmente comprensibili; è invece meno immediato intuire che tale processo è presente anche tra alcune delle così dette arti marziali.

Si stenta giustamente a credere che pratiche conosciute in Occidente principalmente come discipline sportive o metodi di difesa personale, possano essere dei percorsi educativi e formativi.

E' necessario infatti, spostare l'attenzione dalla pratica sportiva, rivolta a formare uomini atletici e mossi da motivazioni egoiche, alla pratica educativa e spirituale, rivolta alla formazione dell'uomo e al suo inserimento nella vita sociale.

Per ottenere questo risultato non è sufficiente il rigore della pratica (elemento in ogni modo indispensabile), ma è necessario percorrere una "via" sotto la guida di un Maestro. Infatti, dal momento in cui la corretta pratica può cambiare l'essere umano, è necessario che questo cambiamento sia guidato da una persona che abbia già percorso questa strada. L'incontro con un Maestro può cambiare la vita, perlomeno trasmette la sensazione che una rivoluzione all'interno dell'essere umano è davvero possibile.

All'inizio del 1900 alcune delle tradizionali arti marziali giapponesi hanno subito una trasformazione da tecniche di combattimento, ritenute ormai inutili, a "do", vale a dire "via", percorso educativo e spirituale.

Judo, aikido, karate, kendo, iaido sono accomunate da questa evoluzione, anche se grandi rimangono le diversità tra le discipline, dovute alle differenti personalità dei Maestri che hanno guidato questa trasformazione.

### **Cos'è lo iaido?**

Il termine iaido si può tradurre sia come arte della scherma di spada in Giappone che come via, o arte, dell'essere sempre presenti: la prima era, la seconda è.

Se si intende lo iaido nella prima accezione si pensa fundamentalmente ad una disciplina in cui ci si esercita a maneggiare la katana.

In effetti, lo iaido è un'arte tradizionale del budo che si sviluppò dalla preparazione dei samurai al combattimento. Essi non solo studiavano le tecniche dell'uso della spada, ma imparavano anche come valutare ogni possibile situazione di confronto con gli avversari. Per far questo in modo veloce e corretto era importantissimo diventare combattenti abili,

poiché dal grado di abilità dipendeva la sopravvivenza stessa. Per un samurai, l'obiettivo cruciale dell'addestramento era dunque passare istintivamente al contrattacco. Lo iaido è dunque uno dei budo tradizionali giapponesi che riguarda l'estrarre la lama e il colpire con un movimento unico e fluido.

Una figura tipica consiste nell'estrarre, tagliare, portare un fendente finale, asciugare la lama, rinfoderare la spada, il tutto senza distogliere lo sguardo dall'avversario virtuale. Oggi, tuttavia, il confronto che coinvolge lo iaido è quello con la vita quotidiana ben più che quello eventuale sul campo di battaglia, sicché appare più congrua la traduzione di iaido in quanto via dell'essere sempre presenti.

Per lo iai più l'esercizio si esegue da soli, operando con una spada vera, *Shinken*, dopo un certo apprendistato perché, diversamente dal kendo, lo iaido viene eseguito senza protezioni di sorta. Gli studenti devono sforzarsi di conseguire potenza, precisione e perfezione, imparando lungo il percorso equilibrio, grazia e controllo sia del corpo sia della mente. Il termine iai è formato da due ideogrammi traducibili uno come essere, esistere, stare, e l'altro come essere in armonia. E' un termine tratto dal detto giapponese *tsune ni ite, kyu ni awasu*: "Qualsiasi cosa facciamo o dovunque siamo, sempre dobbiamo esser pronti ad ogni eventualità". Le tecniche si riferiscono, infatti, a molte situazioni, quali un attacco improvviso di più avversari, un attacco a sorpresa mentre ci si inchina a qualcuno, un nemico che si è appostato dietro una porta o un attacco in una stanza buia. Le varianti sono infinite, per questa ragione è indispensabile essere sempre presenti a se stessi.

Lo iai non è solo non essere tagliato dagli altri ma anche non tagliare nessuno altro, recita un antico adagio di un anonimo giapponese, a significare che si può vincere pacificamente accettando volentieri qualsiasi difficoltà o problema. L'essenza dello iaido è racchiusa in un altro famoso detto, *saya no uchi de katsu*: la vittoria è nel fodero della spada», vale a dire che si deve conseguire la vittoria mentre la spada è ancora nel fodero. Ciò sembra contraddittorio con l'abile impiego di una spada, ma è in accordo con il fine ultimo dell'autentica arte schermistica. L'essenza dello iaido si trova infatti in una disciplina non bellicosa in cui ci si impegna per coltivare il proprio spirito. Tramite la spada si cerca di migliorare il proprio spirito e diventare persone migliori, per promuovere la pace e i buoni sentimenti anche oltre i muri del luogo della pratica, con il coinvolgimento pieno della propria esistenza quotidiana. Bisogna aver presente il fine più alto che si vuol raggiungere, fare tutti i passi per superare tutti gli ostacoli, ma contemporaneamente si devono apprezzare le sfide, anche se il sentiero da seguire può essere lungo e duro. Se si studia il budo classico per divertimento o per sfizio, non c'è possibilità alcuna di comprensione poiché lo scopo dell'autoperfezionamento richiede tempo e sforzo e le regole sono sempre più importanti della fretta. Il budo apre i suoi significati solo a coloro i quali impegnano mente e corpo in un rigoroso allenamento. Vi sono, infatti, diversi stili di iaido, molti modi di tagliare e di muoversi, la tecnica progredisce con l'esercizio.

Tuttavia, ci si allena non solo per imparare le tecniche ma anche per coltivare cuore e spirito, il fine comune al quale tendono tutti gli stili.

### **Storia, fondamenti e programma dello iaido**

La nascita dello iaido è datata intorno alla metà del XVI secolo, con Hayashizaki Jinsuke Shigenobu (1542-1621) riconosciuto quale fondatore. Furono molte - forse diverse centinaia - le scuole tradizionali, anche se oggi ne sopravvivono poche. Quasi tutte studiano gli antichi metodi codificati durante i secoli XVI e XVII. Tra esse, ricordiamo solo alcuni nomi: Muso Shindenryu; Hokiryu, Muso jikiden Eishinryu, Shinto Munenryu, Tamiryu, Yagyū Shinkageryu, Mugairyu, Sekiguchiryu.

Se si confronta lo iaido con la pratica del kendo con shinai, si nota come lo iaido concentri l'allenamento sull'esecuzione di movimenti corretti. Per tale ragione, in termini di purezza tecnica esso occupa un livello più alto di quello del kendo con shinai. Infatti, anche se l'obiettivo dell'attacco nel kendo moderno è assai limitato, è tale la libertà con cui vengono eseguiti i colpi che inevitabilmente ciò conduce alla competizione. Se si concede troppo spazio a questo spirito competitivo, il kendo finisce per degenerare in uno scontro mirato al solo scopo di vincere, facendo perdere la purezza alle sue tecniche.

## La figura del Maestro

Kendo, iaido e jodo hanno in comune il metodo di ripetere all'infinito le tecniche per acquisirne l'essenza intrinseca. In questo modo esse possono divenire parte integrante di ciascun praticante, al fine di possederne una migliore comprensione, secondo i dettami del più puro zen. All'inizio il significato profondo di questa pratica non è chiaro e possono sorgere dubbi sulla sua necessità perché si intravedono strade più brevi per ottenere prima dei risultati. Eppure, la "via" deve essere seguita sempre in maniera retta, ogni altra scelta conduce fuori del giusto percorso: è questa una componente educativa e di formazione essenziale. La figura del Maestro ricopre un'importanza basilare proprio nel far capire che la via è questa, che bisogna seguirla senza incertezze: è certo legittimo porsi delle domande, ma è necessario rimanere saldi nei propri intendimenti. Anche il rispetto della gerarchia è un fattore essenziale, da non intendersi nel significato militaresco del termine, ma con riferimento al fatto che i più anziani nella pratica, avendo più esperienza, possono arricchire i più giovani con il proprio sapere e aiutarli a capire meglio la via. Se tutto ciò viene unito ai concetti essenziali di ciascuna disciplina, si costituisce un'ottima base per lo sviluppo psicomotorio e comportamentale.

Lo iaido è considerato da molti l'essenza moderna del Budo. Equilibrato nei suoi movimenti, semplice nella sua eleganza, lo iaido è pervaso da una serie di relazioni profonde – un respiro, un taglio, una vittoria. Lo iaido incorpora in sé il minimalismo estetico giapponese, dove ogni movimento è marcato dalla profondità spirituale derivante da centinaia di anni di studio nel massimo rispetto della vita e della morte. Oggi lo iaido è una via aperta a tutto il mondo, che porta all'amicizia, al rispetto e all'onestà.

Seguire questo percorso: avere un Maestro di riferimento, continuare a praticare e quindi migliorare la propria conoscenza ed esperienza, ovviamente rispettando i principi che il budo trasmette.

Con queste premesse è chiaro che insegnare la "Via della spada" implica la frequentazione per anni di più Maestri, o meglio di un Maestro, ai quali riferirsi nel lungo percorso dell'apprendimento. Questa è una "conditio sine qua non" nel senso che non ci si può improvvisare insegnanti o maestri di una disciplina del genere.

Purtroppo sono numerosi i casi di personaggi che, acquisita o meno una certa capacità tecnica nell'uso della spada, si autoeleggono capi scuola di un non precisato stile e si propongono come Maestri, danneggiando in questo modo l'immagine di purezza che accompagna la pratica dello iaido.

Naturalmente la scelta del Maestro al quale fare riferimento non significa annullare ogni **capacità critica** nei suoi confronti e nei suoi comportamenti. Il Maestro deve essere tale sia nel dojo, sia nella vita: i suoi comportamenti devono essere esemplari.

Questo deve essere lo schema di riferimento per prendere in considerazione gli aspetti che determinano l'attitudine all'insegnamento.

## Guerriero è colui che si oppone al caos

Le discipline come lo iaido, in Occidente non sono seguite da folle come avviene per buona parte degli sport professionistici, ma sono discipline di nicchia con un seguito limitato di praticanti: questo implica che, eccetto poche eccezioni in Europa, l'insegnante di iaido non svolge un'attività professionale tale da risultare remunerativa, ma dedica tempo ed energie al di fuori della sua abituale attività lavorativa.

Eliminare l'interesse collegato con il denaro, con il business, significa fissare uno spartiacque che serve a scremare un bel numero di personaggi non **sinceri** e a determinare un **disinteresse** economico.

La via della spada, praticata nella corretta maniera è un'esperienza di vita che ci porta di fronte ad un bivio: o essere una semplice arte marziale o essere arte di vita.

Il processo di apprendimento tende ad ottenere la coordinazione di corpo, mente, cuore. Mentre quest'ultimo con le sue misteriose ragioni si può realizzare in un attimo, la mente impiega giorni e settimane, e il corpo mesi o anni. Per cui occorre cominciare dal corpo e diffidare della comprensione esclusivamente mentale.

Chi invece sceglie di proseguire è ben disposto anche a sopportare **sacrifici** di vario genere perché alla base di questo c'è una passione, un **piacere** nel praticare la disciplina che giustifica tutto ciò.

Gli anni di pratica, di **passione**, l'esperienza acquisita, portano alla creazione di un gruppo, un limitato seguito di praticanti ai quali si cerca di trasmettere quanto appreso.

Tanto più il processo di apprendimento è stato acquisito con **rispetto, gradualità ed umiltà**, tanto più sarà possibile trasferirlo agli allievi.

Il salto di qualità avviene quando dalla pratica motivata dalla soddisfazione, dall'interesse strettamente personale si passa ad un ruolo in cui si assume la **responsabilità, un ruolo educativo**, di trasmettere agli altri valori del passato che confliggono con una società moderna sempre più violenta: il caos.

Va detto che tendenzialmente il processo di apprendimento "orientale" è un processo che avviene prendendo come esempio il proprio Maestro, cercando di imitarlo nei movimenti, perfezionandoli gradualmente e con limitate espressioni divulgative: guardare, fare, poco parlare. Più che una strategia educativa che si serve delle parole, è una strategia educativa che si serve di esperienze.

Fra occidentali, europei, dove si vive uno stile di vita che implica razionalità, comprensione, spiegazione di ogni atto o movimento, il processo di apprendimento deve prevedere più tempo nella spiegazione, nell'interpretazione, nelle finalità di quanto si trasmette.

La trasmissione in chiarezza di quanto sopra richiede un certo **carisma** da parte dell'insegnante che verrà seguito, ma anche analizzato in ogni movimento o parola dai propri allievi.

Gestire un gruppo di allievi, più o meno numeroso, richiederà la capacità di controllare le dinamiche di tipo interpersonale che inevitabilmente nasceranno fra gli allievi: questa capacità richiede **autorevolezza** e **serietà** di comportamento e di giudizio fino a prevedere, in casi eccezionali l'allontanamento di chi abusa in comportamenti scorretti.

Attitudine all'insegnamento richiede grande **costanza** nel garantire la propria presenza durante le lezioni settimanali e quindi **continuità** e **perseveranza** rinunciando alle allettanti offerte che vengono quotidianamente propinate dal mondo dei media televisivi e dello spettacolo e distribuendo i propri impegni personali in altri giorni e in altre sere. La lezione, negli orari stabiliti, si terrà con la presenza dell'insegnante, indipendentemente dal numero degli allievi presenti o dagli accadimenti meteorologici.

Infine grande **comprensione** nella valutazione delle dinamiche e nelle motivazioni che portano le persone a praticare ed a intraprendere il percorso della "via" ben sapendo che fra quelli che intraprendono la "via" saranno pochi quelli che resteranno a continuare il viaggio. Grande **serenità** nei confronti di chi se ne va, anche dopo avere ottenuto risultati di rilievo: non ci si deve porre il problema del risultato, quello che si trasmette non potrà sconvolgere o cambiare il mondo.

La cartina di tornasole di quanto detto in precedenza sta nel raccogliere le varie foto di gruppo dei corsi annuali: cominciando dalla foto più datata, guardandole via via, si nota come le persone cambiano di anno in anno, alcuni li vedi e li rivedi in più foto e poi d'un tratto spariscono e poi ancora visi nuovi e allora ci si ritrova a pensare a quella scelta di vita che si fece tanto tempo addietro, condivisa con Maestri e compagni, per la quale si è dedicato tempo, energie, sacrifici, fatica e per la quale si è ancora disposti a dedicare tempo, energie, sacrifici, fatica.

### **Promemoria da parte di un Maestro**

***Allenarsi ogni giorno. Passeggiare. Mantenersi sani per vivere.***

***Non esagerare.***

***Non fare cose inutili.***

***Rispettare il proprio corpo: ascoltare il proprio corpo.***

***Invecchiare è positivo, ci sono molte cose che possono essere comprese da chi è anziano.***

***Nel budo c'è un inizio, ma non c'è una fine.***

***La pratica dura sempre.***

*Avere allievi con i quali poter praticare.  
Non fermarsi sugli allori. Non sogni futuri.  
Concentrarsi sull'oggi e sull'allenamento quotidiano.  
I sogni non sono solo da vedere o da raccontare, ma qualcosa da realizzare.  
La forma cerca il suo spirito  
Lo spirito cerca la sua forma*

Paolo Vanelli