

## Una giornata con il Maestro Yamazaki: alcune note sullo stage di Iaido del 27 Marzo 2010



Durante il fine settimana del 27 e 28 Marzo, abbiamo avuto l'opportunità di seguire lo stage di Iaido del Maestro Yamazaki Takashige, 8° Dan Hanshi di Iaido, senz'altro uno dei più quotati Maestri Giapponesi.

Per chi non abbia avuto il piacere di conoscerlo, il Maestro è una persona molto gentile e disponibile, e da tutta la sua persona traspare la serietà e l'amore con cui pratica e che mette nell'insegnamento.

Avevamo avuto già occasione di assistere a sue lezioni, quindi è stato con grande interesse che personalmente ho accolto la notizia del suo arrivo.

L'antefatto della giornata di Sabato (purtroppo non ho potuto partecipare alla giornata di Domenica) si è svolto Venerdì sera a Bergamo. Il Maestro, arrivato nel pomeriggio dal Giappone, dopo dodici ore di volo, ha condotto una lezione di due ore con passione ed energia, stupendoci tutti con la sua resistenza.

La cosa curiosa, che come vedremo si riallaccia a quanto avvenuto l'indomani, è che il Maestro è arrivato al Dojo vestito in Kimono tradizionale, come fosse un gentiluomo del periodo Edo. Aveva viaggiato così, come poi ci ha detto l'indomani.

In effetti, le sue prime parole di presentazione sono state più o meno le seguenti:  
"Io adoro vestire il Kimono, e quando sono uscito di casa per venire in Italia, vestito con il kimono tradizionale, mia moglie mi ha guardato piuttosto allarmata. Ma io metto il kimono con piacere, e questo mi ricorda quando ero alle scuole elementari e tutti i bambini dovevano indossarlo obbligatoriamente (ora, purtroppo, non è più così).

Inoltre, penso che spiegare una disciplina come lo Iaido non possa prescindere dal fatto di calarla nel suo contesto culturale, di cui il kimono fa parte integrante”.

Il Maestro ci ha poi spiegato che l'argomento del nostro stage sarebbe stato basato su quanto svolto nell'ultimo incontro tra Maestri in Giappone, sottolineando l'importanza del fatto che avremmo avuto la possibilità di imparare cose di livello elevato.

Durante tutta la mattina abbiamo lavorato sui kata e seguito le sue spiegazioni, che sono state particolarmente interessanti riguardo all'uso ed alla dinamica del Te-nouchi e dell'uso del corpo, oltre a dettagli sull'esecuzione dei diversi kata.

Al pomeriggio, poi, abbiamo lavorato abbastanza ripetendo diverse volte la serie di dodici kata, con puntualizzazioni e spiegazioni tecniche.

Poi, il Maestro ci ha chiamati al centro e ci ha incominciato a spiegare come i kata di Seitei (o Renmei) Iai siano tratti da una sintesi di più di duecento scuole antiche, e come noi dobbiamo avere grande rispetto per insegnamenti che vengono da molti predecessori che sono morti in duello nel praticare i principii che a noi vengono oggi comunicati.

Ci ha quindi raccontato come nelle scuole antiche esistessero diversi livelli di insegnamento, sia essoterico, ovvero destinato ad essere in qualche modo condiviso con l'esterno, sia esoterico, e che a loro volta gli insegnamenti esoterici fossero suddivisi in ulteriori livelli di segretezza.

La ragione di questa segretezza, ci ha spiegato, era dovuta al fatto che cinquecento anni fa, periodo nel quale le maggiori scuole di spada si sono sviluppate, vi era un periodo di guerra costante, e quindi le tecniche segrete erano di fatto “armi” in mano ad una scuola e rivelarle avrebbe potuto mettere in pericolo la vita degli adepti della scuola e delle persone che essi proteggevano.

Ma oggi la segretezza, ci ha poi detto, non ha più ragione di essere dato che è difficile che ciascuno di noi possa, un domani, ritorcere contro il Maestro tecniche che lui stesso ci ha insegnato.

Ci ha quindi spiegato che in Shin Muso (Hayashizaki) Ryu esistevano tre diversi livelli di insegnamenti segreti, ovvero quello per gli adepti della scuola, quello per coloro che erano destinati a diventare insegnanti, e quello destinato “all'unico figlio”, detto “issho shoden” ovvero alla sola e unica persona designata per essere il successore del caposcuola.

Il Maestro ci ha quindi elencati i tre insegnamenti segreti issho shoden del ryu, che sono:

**Tai zukuri** , ovvero “costruire il corpo”, intendendo con questo l'importanza di uno specifico allenamento (che abbiamo scoperto solo con gli sport moderni)

**Te-no-uchi**, ovvero come manovrare la spada con l'uso corretto delle mani

**La potenza di Sayabanare**, ovvero come rendere fluida e potente l'estrazione della spada.

Relativamente a te-no-uchi, la spiegazione è stata particolarmente dettagliata. La mano, o meglio tutto l'avambraccio) può essere diviso in una metà “superiore”, che fa capo alle prime tre dita della mano, pollice, indice e medio ed in una metà “inferiore” che fa capo a anulare e mignolo.

Le due parti si chiamano Uwa shuji (parte superiore) e Shita shuji (parte inferiore) ed hanno ruoli differenti nelle diverse dinamiche di manovra della spada.

Nella posizione di guardia le parti superiori sono morbide, mentre quelle inferiori sono più attive, mentre durante il taglio la parte inferiore agisce tirando verso il basso, e quella superiore spingendo verso avanti.

Importantissima in questo contesto è la morbidezza, che evita di imprimere movimenti errati alla spada, ed altrettanto importante è effettuare movimenti grandi, con i quali difficilmente la spada si allontanerà dalla linea centrale del corpo o del taglio. In conseguenza di ciò si realizza che effettivamente sono solo le mani a tagliare, senza quasi l'intervento della forza delle braccia.

Nel caso di chiburi, l'uso del te-no-uchi è lo stesso, mentre in noto le tre dita "superiori" devono tirare la spada verso la mano che tiene il fodero, premendo il dorso della spada stessa contro la mano nella fossetta di congiunzione tra pollice e indice (punto che tra l'altro è un importante punto di Shiatsu).

Per quanto riguarda Sayabanare, il Mestro ci ha spiegato come si debba estrarre con un movimento fluido e in costante accelerazione, sia pure con morbidezza.

L'esempio è stato particolarmente efficace. Infatti, si deve pensare a estrarre come se dovessimo svolgere un filo da un rocchetto, mantenendolo sempre teso. Se tiriamo troppo violentemente il filo si svolgerà troppo rapidamente e non riusciremo a tenerlo teso. Lo stesso accadrà se introduciamo delle variazioni di velocità "irregolari" o peggio se ci fermiamo.

Ma se manteniamo una accelerazione costante, partendo lenti aumentando costantemente la velocità sino al momento dell'uscita della spada dal fodero, il nostro filo ideale non perderà mai la sua tensione e il conseguente taglio sarà fluido e potente come deve.

Naturalmente tutto ciò deve essere necessariamente collegato ad un corretto uso delle mani (te-no-uchi), riallacciandosi a quanto detto in precedenza.

Questi insegnamenti sono preziosi, ma la cosa che personalmente mi ha colpito è stato il fatto che il Maestro ci abbia spiegato qualcosa che qualche decennio fa sarebbe stata preclusa a degli occidentali come noi.

Non solo, ma per rimarcare l'importanza di quanto detto, il Maestro ha aggiunto che questa è la Tradizione e che, affinché non si perda, ciascuno di noi deve insegnarla e passarla ai propri allievi e compagni di pratica. Mentre diceva queste parole, potevamo vedere comi il Maestro fosse emotivamente coinvolto, quasi commosso, e traspariva dal suo atteggiamento tutto l'amore che deve provare per la disciplina che rappresenta senz'altro una delle cose più importanti della sua vita.

Un altro importante insegnamento che ha poi tenuto a spiegarci è stato quello relativo a **Saya-no-uchi**, ovvero "dentro la saya".

Il concetto, che ognuno di noi dovrebbe conoscere, è quello di vincere l'avversario senza dover estrarre la spada, rendendo a tale scopo sufficiente la nostra calma e la nostra sicurezza.

Questo concetto coinvolge in maniera profonda la nostra vita di tutti i giorni ed il nostro cammino per diventare persone migliori attraverso (ma non solo) la pratica dello iaido.

Durante la vita quotidiana sono molte le occasioni di stress, e tutti siamo spesso aggressivi. Questo comporta problemi di relazione con il prossimo, e ci ritroviamo ad avere reazioni sproporzionate di fronte a situazioni quotidiane, per esempio nel traffico o sul lavoro, oltre a portare problemi alla nostra stessa salute fisica.

Spesso le nostre reazioni sono indiscriminate, e non tengono conto delle ragioni degli altri e delle condizioni nelle quali si è generata la situazione che ci disturba.

Ebbene, una corretta pratica dello Iaido, badando costantemente ai punti importanti della fluidità e della morbidezza, raggiungibili solo attraverso un corretto equilibrio mentale durante la pratica, ci aiuta a portare nella vita queste virtù fondamentali, facendo di noi effettivamente persone migliori. E tante persone migliori, alla lunga, possono anche migliorare la Società nel suo complesso.

L'ultimo insegnamento del Maestro è stato che nella tradizione Giapponese si tende a considerare ogni compito alla stregua della scalata di una montagna.

Ogni montagna può essere suddivisa in dieci livelli, e chiunque la salga potrà, dal livello raggiunto, vedere uno scenario differente, via via più ricco sino a quando, dalla vetta, potrà cogliere tutto l'insieme.

L'apprendimento di un'Arte tradizionale come lo Iaido vede ognuno dei livelli come una ripartenza da zero, ma basata su una esperienza via via crescente che permette di capire cose diverse e ogni volta più profonde.

La cosa importante non è arrivare in cima alla montagna, ma lo scalarla, ampliando così ogni volta i nostri orizzonti. Ma se non ci impegniamo, e rimaniamo nella pianura, basterà una piccola casa di due soli piani a oscurarci la vista della più grande montagna.

La diversità, infine, è sempre un valore. Se vediamo qualcuno che pratica uno Iaido diverso dal nostro, non dobbiamo necessariamente pensare che quello che fa sia sbagliato e non dobbiamo criticarlo a priori. La molteplicità di interpretazioni e la diversità, nello Iaido come nella vita sono un valore che deve essere preservato e coltivato, e non una fonte di discriminazione. Credo che quanto dettoci dal Maestro Yamazaki sia di grandissima importanza, al di là e ben oltre i pur importanti consigli tecnici relativi a ciascun Kata.

Penso che sia stata una fortuna poter assistere ad una lezione nella quale siano state dette cose così importanti e spero che chi legge si renda conto della portata degli insegnamenti che ci sono stati impartiti e riesca, sia pure con i limiti di uno scritto, a fare propri almeno una parte dei concetti spiegatici.

Questa era la volontà del Maestro, che mi auguro passi attraverso questo senz'altro limitato e inadeguato scritto.

*Giorgio Zoly*