

I° Stage tecnico-culturale di Kendo



Il primo stage tecnico-culturale della nostra federazione è stato superlativo. Cercherò di fare del mio meglio nel raccontarvelo, ma tenete presente che chi scrive non può aggiungere niente di suo, ma soltanto riferire (nel modo peggiore) ciò che Takuya Murata 6° dan e Livio Iancini 7° dan renshi ci hanno trasmesso. L'atmosfera dello stage e la profondità delle cose dette (e non dette) ve la lascio immaginare.



Mentre provo a mettere in ordine le pagine dei miei appunti mi ritornano in mente le parole di Takuya Murata: *"questi insegnamenti sono trasmissibili solo da Maestro ad allievo perché senza condivisione di esperienza non è possibile capire niente"*. Leggendo l'articolo, quindi, non sarà possibile capire la pienezza degli insegnamenti di Takuya Murata. È proprio per questo che ad inizio stage è stato vietato di filmare la lezione esortando tutti i presenti ad assorbire in prima persona, attimo dopo attimo, gli insegnamenti offerti.

Il "sen", cosa difficile da capire, impossibile da riferire.

Innanzitutto facciamo chiarezza sui termini usati. Molto spesso su tali concetti si crea non poca confusione. Questo è dovuto a diversi fattori. Due in particolare: l'uguaglianza fonetica di diversi ideogrammi giapponesi e le diverse sfumature di tale concetto via via prese in considerazione dai maestri giapponesi. Questi ultimi sottintendendo, a volte, una quantità enorme di concetti (oserei dire di natura filosofica), rendono difficile, a chi non ha dimestichezza con tali concetti, orientarsi agevolmente attorno al significato del termine "SEN".

Innanzitutto bisogna capire cosa esprime il concetto di SEN (che letteralmente significa "essere antecedente a"). Si potrebbe definire come la tecnica per compiere il nostro colpo decisivo prima del colpo decisivo del nostro avversario. Esistono naturalmente diversi modi e tempi per attuare il SEN.

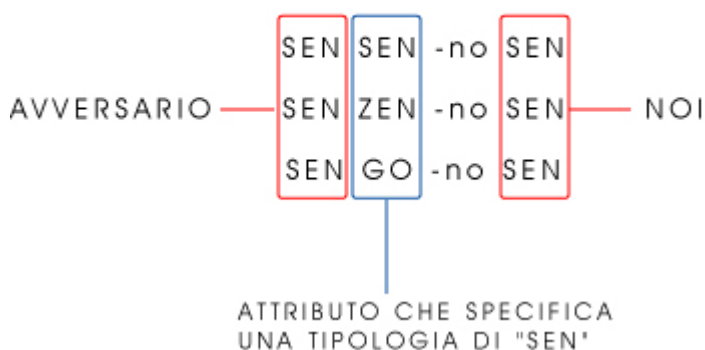
Per capire le diverse tipologie di sen dobbiamo rifarci alla terminologia della Ono-ha Itto-ryu, la base culturale e tecnica del kendo moderno.

Per questa antica scuola di spada esistono 3 tipologie di sen:

1. SEN SEN -no SEN
2. SEN ZEN _no SEN
3. SEN GO -no SEN

In ogni espressione il primo "sen" si riferisce al nostro avversario mentre l'ultimo si riferisce a noi stessi. Il termine "no" indica "appartenenza". Il secondo termine di ogni espressione, invece, indica la proprietà che cambia il nostro SEN rispetto a quello dell'avversario.

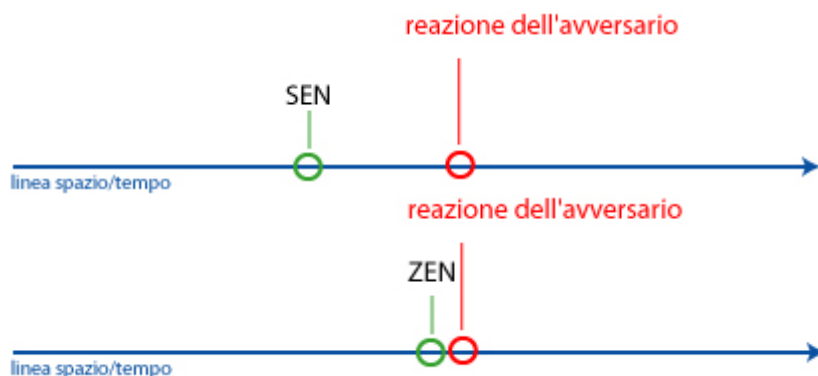
Ono-ha Itto-ryu



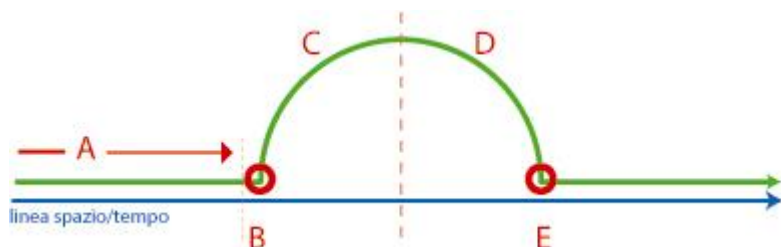
Dobbiamo sempre tener presente che anche il nostro avversario attuerà un suo SEN allo scopo di prevalere.

Per il momento ci soffermiamo sulle prime due tipologie di sen, SEN SEN -no SEN e SEN ZEN -no SEN.

I due termini che specificano la tipologia di SEN sono rispettivamente SEN e ZEN. In questo caso SEN indica una causa non immediata e ZEN una causa diretta immediata. L'esempio fatto da Takuya Murata è questo: una palla che tirata a caso nella stanza, dopo aver rimbalzato diverse volte, rovescia la pentola piena d'acqua è SEN. Una palla tirata volutamente sulla pentola per farla rovesciare è ZEN.



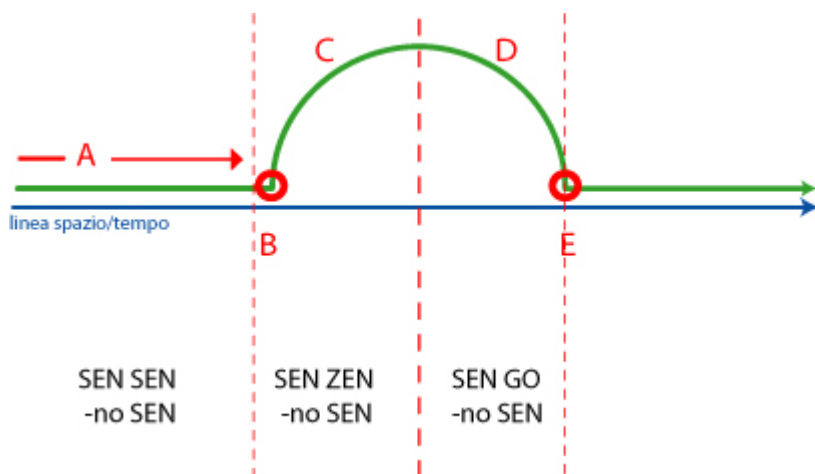
Questi concetti si traducono in una precisa scansione temporale, in una linea spazio-tempo. Nelle arti marziali spazio e tempo coincidono. Se ho tempo ho anche spazio e se ho spazio ho anche tempo.



Da A a B c'è la preparazione al colpo, da B a C il caricamento, D e E il colpo. In particolare B rappresenta il momento in cui dopo la preparazione al colpo (A) iniziamo a muoverci per il caricamento (C) e D il momento in cui finito il caricamento decidiamo di abbassare la shinai per colpire (E).

SEN SEN -no SEN comprende il periodo A, quello della preparazione al colpo.

SEN ZEN -no SEN comprende i periodi B e C. Appena iniziamo a muoverci per caricare è possibile attuare SEN ZEN -no SEN.



Non abbiamo finora parlato della terza tipologia di SEN, SEN GO -no SEN. Questo tipo di SEN viene attivato per rompere l'attacco di un avversario e poi colpire. Comprende i periodi D e E della linea spazio/tempo.



A questo punto sarà bene ritornare alle questioni terminologiche. Finora per indicare le diverse tipologie di SEN abbiamo utilizzato una terminologia specifica della Ono-ha Itto-ryu. Questa terminologia è stata assimilata e modificata in parte dalla Zen Nippon Kendo Renmei pur mantenendo la tripartizione e il suo significato.

I termini utilizzati dalla Zen Nippon Kendo Renmei costituiscono la terminologia ufficiale da utilizzarsi in tutti gli stage e le occasioni formali.

Ono-ha
Itto-ryu

Zen Nippon
Kendo Renmei

SEN SEN -no SEN ————— SEN -no SEN

SEN ZEN -no SEN ————— SEN

SEN GO -no SEN ————— GO -no SEN

Ora il problema fondamentale diventa la scelta di una tipologia di SEN e la sua efficacia. Come facciamo ad applicare il SEN e portare il nostro colpo definitivo prima di quello del nostro avversario? Per iniziare a comprendere questo punto è necessario tener a mente diversi elementi.

Per spiegarci questo concetto Takuya Murata chiede a Livio Lancini di prestarsi ad una dimostrazione. Murata colpirà men mentre Lancini dovrà soltanto parare i suoi colpi. Chiaramente Lancini para tutti i men di Murata. A questo punto Takuya Murata chiede a Livio Lancini di colpire men, mentre lui farà la stessa cosa. A quel punto il men di Murata inizia a “filtrare” nella guardia di Lancini.

La lezione: il cervello umano, da un punto di vista biologico non può gestire allo stesso tempo due azioni contrapposte. È molto facile parare un colpo, ma è molto difficile gestire qualsiasi altra cosa nell’istante preciso in cui decidiamo di colpire. In quel momento noi siamo come accecati. Entra in campo il concetto di KYOJITSU. La natura umana è caratterizzata da successioni di kyo e di jitsu. Sono due termini che possono essere tradotti con termini diversi e che indicano concetti contrapposti. Jitsu può significare vero, pieno, consistente, mentre kyo, falso, vuoto, inconsistente etc etc... Nella vita come nel kendo è preferibile emanare più Jitsu che Kyo, ma in quanto esseri umani non possiamo essere sempre attenti e vigili. A momenti di pienezza succedono inevitabilmente momenti di vuoto. “Quando siamo pieni, realizzati è lì che inizia la lacuna”. Nel momento esatto in cui sono nel pieno della mia intenzione di colpire (jitsu) sono accecato da questa pienezza e non riesco a vedere altro (kyo).

Dobbiamo cercare di sfruttare i momenti di kyo del nostro avversario, come ad esempio il momento di attivazione del movimento. L’esempio classico che ci è stato mostrato è il debana.

3 sono i momenti di kyo fondamentali da poter sfruttare, “tre momenti da non perdonare” o Mittsu-no Yurusanu Tokoro

1. Degashira (Debana)

2. Uketometa Tokoro (quando un avversario para il nostro colpo)

3. Waza-no Tsukita Tokoro (quando una serie di waza si esaurisce)

a questi tre se ne aggiungono altri due

4. Hiita Tokoro (quando l'avversario sta per indietreggiare)

5. Itsuita Tokoro (quando l'avversario si arresta)

Come sfruttare questi momenti di kyo? Attraverso quello che viene chiamato KAN KEN -no MESTUKE. Tale concetto rappresenta la fusione di "vedere" e "sentire" e consente di percepire una cosa prima che essa accada. Guardare fisicamente un'azione è una cosa necessaria, ma da sola non basta. Nel momento in cui io aspetto di vedere un momento di kyo, questo è già passato. Guardare significa essere passivi nei confronti dell'evento. Non bisogna assistere all'evento, ma bisogna partecipare all'evento. Questo è possibile perché colui che compie l'azione è un "uomo vivo" con cui posso entrare in contatto. Posso partecipare a ciò che lui sta per fare osservando la sua intenzione.

I momenti di Kyo possono essere determinati da diverse cause. Esistono diversi tipi di SUKI (letteralmente, lacuna, fessura).

1. KOKORO -no SUKI. Lacuna psicologica

2. WAZA-no SUKI. Lacuna tecnica (i colpi non vengono portati correttamente, la shinai non viene impugnata nel modo giusto etc etc)

3. KARADA-no SUKI. Lacuna di impostazione del corpo (postura, passi etc etc)

Con l'espressione KOKORO_no SHIKAI si intendono i 4 stati di KOKORO (la parte dell'anima animata da sentimento) da evitare nella pratica del kendo.

1. KYO: spavento, paura o condizionamento dovuto alle situazioni visibili (l'avversario, il contesto etc etc)

2. KU: la paura intrinseca dovuta ad uno stato mentale proprio

3. GI: il dubbio riguardo agli accadimenti. (C(men!!)osa sta succedendo??)

4. WAKU: sottovalutare il proprio avversario

SEN SEN-no SEN colpisce questi 4 stati dell'animo.

Grazie a Takuya Murata e Livio Lancini. Veramente uno stage superlativo!!

Giulio Gabbianelli