

IL SALICE Romeo Cassano racconta il mondo del ju jitsu dalle sue origini - 3

Le riflessioni di un giovane praticante

□ **Riflessioni di un giovane praticante di Arti Marziali**

«Sono uscito di casa pensando di potermi allenare, invece il lavoro mi ha trattenuto fino a tardi, troppo tardi per sperare di attraversare la città e arrivare sul tatami in tempo per il saluto. E io detesto essere in ritardo, soprattutto in ritardo per il saluto. Quando arrivo e vedo le foto dei Maestri fondatori con le mani unite e gli occhi chiusi penso: "eccomi, ce l'ho fatta anche oggi", ma se sono in ritardo penso: "ecco, lui ha già salutato tutti e io non c'ero; quando finirà la lezione e io sarò in fila con tutti gli altri aprirà gli occhi e mi dirà: impertinente se non c'eri prima come ti permetti di salutarmi adesso?! »".

Appena il maestro ci chiama ci disponiamo in fila, in ordine di grado, di fronte a lui, e al Kamiza, ovvero: "muro dei kami", degli dei. Al Kamiza siede il maestro. Nella fila disposta alla sua destra siedono gli altri maestri che lo assistono durante la lezione. In quella disposta alla sua sinistra siedono tutti quelli che hanno acquisito il primo Dan. Di fronte, siedono tutti gli altri allievi. I più bassi in grado sono per tradizione quelli più vicini alla porta, perchè, in caso di attacco nemico all'interno del dojo, essendo i più deboli erano anche i più sacrificabili... Certo, c'è voluto il suo tempo, ma il fatto di non essere più così vicina all'uscio, un po' mi rincuora, non si sa mai nella vita! Quando ciascuno ha preso posizione

attende il "Seiza" e si inginocchia. Segue un secondo di silenzio. "Mokuso" è il comando successivo. Significa meditare, concentrarsi attraverso la respirazione. Con "Yame" si smette la meditazione. "Shomen" è il saluto al Kamiza. Qui, in onore al Maestro la nostra scuola insieme ad altre legate alla nostra disciplina, mostrano una particolarità: ovvero compiono due shomen e poi battono le mani all'unisono per due volte. A questo punto il Maestro pronuncia la frase di rito: "O negai shimasu", cioè esprime il suo desiderio di vederci fare una buona pratica, alla quale rispondiamo "O negai itashimasu" che esprime il desiderio di ricevere tale pratica. Conclusosi il saluto, si attende il comando del Mae-

stro per alzarsi ed iniziare la lezione. Al termine della stessa il rito si ripresenta uguale, tranne che per le frasi finali. Il Maestro dice: "Domo arigatò" cioè ringrazia gli allievi per la loro disponibilità durante la lezione, i quali contraccambiano rispondendo: "Domo arigatò gozaimashita". Fare il saluto prima di iniziare quindi, è compiere un rito dai molteplici significati. È mettere distanza tra te-genitore/marito/moglie/capo/subordinato e te-praticante. Un confine mentale che tracciamo nel tentativo di dedicarci del tempo di qualità. È stabilire un legame senza tempo e senza spazio. Un trait-d'union fra tutti i praticanti e il maestro presenti nel dojo, ma anche con tutti quelli che nel mondo e negli anni si

sono inginocchiati davanti al Kamiza con lo stesso intento. È compiere un rituale cerimoniale vero e proprio. Questo è forse il punto più complesso. Molto si è scritto sulle filosofie perseguite da O'Sensei, ma l'eventuale significato esoterico del saluto, se mai se ne stabilisse uno un giorno, non ha nulla a che vedere con la filosofia o la religione personale del praticante. Il saluto è una dichiarazione di umiltà, poichè si ringrazia il maestro per la disponibilità all'inizio, e per aver tenuto la lezione, alla fine. Arigatò... (grazie) una parola che, in qualunque lingua, dovremmo ricordarci di pronunciare più spesso.

ROMEO CASSANO

3 - continua