



INTERVISTA A MORIHIRO SAITO SENSEI MAGGIO 1999.

INTERVISTATORI : FRANZISKA ROLLER E MILES KESSLER
TRADUZIONE IN INGLESE E TEDESCO : EMI ISOMURA, MARK L. LARSON
TRADUZIONE DALL'INGLESE IN ITALIANO : ENRICO NEAMI

I: Qual è la differenza principale tra l'aikido e le altre arti marziali ?

S: La differenza principale sta sicuramente nel fatto che nell'aikido non esistono tornei o forme di competizione di sorta. Il Fondatore studiò numerose discipline marziali e si mise in competizione con tante altre ed alla fine capì che non c'è alcuna necessità di competere. L'intenzione è quella di creare, con l'ausilio dell'aikido nello stile tradizionale, o Budo, un mondo meraviglioso che sia una sorta di grande casa per un'unica famiglia. Questo è il senso dell'aikido. Al di là di ciò, l'aikido come arte marziale è estremamente razionale. Penso che ogni arte marziale abbia la sua razionalità, ma ciò è particolarmente vero per l'aikido. Nell'aikido ognuno può praticare, comprendere e ragionare. Non si tratta assolutamente di un'arte marziale adatta soltanto a gente forte o addestrata : anche i bambini e i più giovani possono allenarsi e diventare dei buoni aikidoka. Io ho provato numerose altre arti marziali e suppongo sia questo quello che mi fa preferire l'aikido.

I: Che significato hanno le armi nel Takemusu Aikido ed in che modo si pongono in relazione alle tecniche di taijutsu ?

S: L'aikido è un'arte marziale. Indifferentemente da quanto uno sia bravo nello judo, se prende in mano una spada da kendo e si fa battere da un principiante, non è un Budoka ma soltanto un judoka. Perfino il campione giapponese di kendo, se si mette un judogi e si fa sbattere a terra da un principiante, non è un Budoka ma solamente un kendoka. O Sensei, il Fondatore, diceva : "ciò non è buono". Tutto è uno, è un insieme. Ed è per questo che nell'aikido, pur se i principi della spada sono solamente formativi, tutti i movimenti del corpo così come le tecniche di armi sono assolutamente simili. Ed è perciò che le tecniche di armi sono indispensabili nell'aikido : ne sono una parte. Alcuni dicono che l'aikido è una collezione di tecniche, ma questo non è vero. Che dire ? Ciascuna delle tecniche fa parte dell'insieme. Indifferentemente se noi prendiamo l'aiki-ken, l'aiki-jo o il taijutsu, ciascuno di essi da solo non è aikido. Le armi sono una fetta particolarmente importante dell'aikido.

I: Molti stranieri che arrivano in Giappone hanno una seria difficoltà a comprendere la cultura giapponese. Come possono apprenderne qualcosa tramite l'aikido ?

S: Attraverso l'aikido gli esseri umani possono divenire brave persone trovando ed accogliendo la bontà che gli sgorga da dentro. O Sensei diceva sempre : "se non imparate per l'intera umanità e per il mondo, non vi insegnerò più". È per questo che bisogna rafforzare il corpo ed imparare, attraverso il "principio dell'Aiki", come connettersi ad ogni cosa, armonizzarsi ad ogni cosa ed imparare per l'umanità ed il mondo. O Sensei avrebbe risposto alla domanda "Cos è l'aikido ?" dicendo che si tratta di un'arte marziale per l'educazione con l'intento di creare una società buona e meravigliosa. Questo vuol dire 'senza competizione' ed è questo il proposito e la richiesta di O Sensei. Da ciò si capisce perché la competizione non è necessaria. Se vi dovesse accadere di trovarvi in una situazione in cui dovete difendervi fisicamente, sarebbe molto più importante il modo in cui vi siete allenati nell'aikido che non aver sostenuto tante gare. Esistono così tante tecniche non violente di autodifesa ! In una competizione si parte spesso con l'intento di utilizzare una data tecnica e si aspetta quindi l'opportunità di metterla in atto : quello è il momento in cui è probabile essere sopraffatti. È per questo che O Sensei incitava sempre ad allenarsi con serietà, come se si fosse circondati da numerosi avversari. Ed è così che l'aikido è particolarmente utile nelle occasioni della vita quotidiana, poiché ci si allena in una molteplice varietà di modi in cui non è necessario l'uso della forza o della violenza.

I: Qual è l'utilità dell'aikido nella vita di ogni giorno ?

S: Il primo e principale utilizzo dell'aikido nella vita di ogni giorno è l'awase, ovvero la capacità di armonizzarsi. È sempre possibile applicare la variazione di un principio dell'aikido a chiunque, sia esso grande o piccolo, obeso o magrissimo, rigido o elastico. Non si deve mai scontrarsi o collidere in un'opposizione di forza ma cercare sempre di seguire i movimenti dell'altro : ad esempio tirare quando l'altro spinge o spingere quando l'altro tira è una forma di awase. Ma ancora, se un'altra persona attacca, si deve fare un passo indietro ed ascoltarlo con pazienza per cercare di contenerla ; o quando l'altro è retrivo si deve stimolarlo ed incoraggiarlo. Vedete che si può utilizzare l'aikido in molto modi. Quando parlate cogli altri, sul lavoro ed in società, potete applicare gli stessi principi dell'aikido. Spesso i maestri dicono agli allievi : "quando entrate nel mondo del lavoro utilizzate i principi dell'aikido, usate l'aikido anche in società". Così quando fate tanto aikido sviluppate la capacità di 'guardar dentro' e ci sono molti buoni

modi per usarla. Ciò è presente in ogni arte marziale ma è particolarmente visibile nell'aikido.

I: Molti maestri non parlano molto delle tecniche di O Sensei ma piuttosto spendono molte parole sui loro pensieri e sulla loro filosofia.

Cosa ne pensate, Sensei ?

S: Ci sono molti maestri d'aikido ma sono pochi quelli che hanno ottenuto tanti insegnamenti diretti dal Fondatore. Nel vero budo non ci si esprime attraverso scritti o discorsi. "Gli dei non concedono la grazia a chi parla troppo". Questo diceva O Sensei. Spesso chi fa buoni discorsi e scrive validi trattati non è in grado di fare un buon aikido. È molto meglio non parlare troppo ed imparare di più col corpo. È anche vero che le persone sono differenti : alcuni apprendono tramite la mente ascoltando, altri apprendono tramite il corpo guardando. Il Fondatore spesso diceva : "Se mostrate la via a qualcuno, dovete prima fare voi stessi, poi dimostrare e quindi spiegare". Ciò significa, per esempio, che si può far comprendere l'irimi a qualcuno entrando ben dietro al partner e non tirandoselo addosso. Cioè al Fondatore non piaceva parlare troppo. In ogni caso una certa visuale filosofica è necessaria. Quando il Fondatore iniziava a parlare dell'aikido, uscivano sempre le leggende sugli dei. Ciascun maestro ha la sua propria filosofia, ma in generale io preferisco non parlare troppo. Alcune persone sanno parlare bene, ma se li guardate da vicino vedete che fanno un aikido che nessuno comprende. Non ce la fanno perché il Fondatore non aveva insegnato loro direttamente. Dopo la seconda guerra mondiale O Sensei era senza lavoro. Per poter mantenere viva la sua arte marziale, da quel momento iniziò ad esplorare entusiasticamente l'aikido in Iwama, rivolgendosi direttamente allo Spirito Guardiano del Budo e pregando ogni mattina ed ogni sera. E così venne creato il Takemusu Aikido. Egli diceva che il precedente aikido non era quello "vero". Poteva non essere sbagliato (l'aikido precedente, N.D.T.) ma questo era quello che diceva O Sensei. Nel Takemusu Aikido, poco a poco, appaiono spontaneamente le nuove tecniche e ciò non cessa mai, è infinito come la primavera. Questo vuol dire Takemusu. In ogni caso, per ogni tecnica c'è una forma di base ed è necessario imparare queste basi nell'ordine corretto per essere in grado di apprendere il vero aikido.

I: Qual è il significato del kiai ?

S: Il kiai è qualcosa che esce naturalmente quando si ha ki o energia. Viene da solo. Esistono dei modi per forzare il kiai, ma con O Sensei non era così. Diceva che si doveva produrlo dall'addome. Certamente nelle arti marziali un buo kiai è un segno di buona energia. E' importante fare il kiai. Allenarsi senza il kiai non dà buoni progressi : non si è forti e non si ha energia. Con un grande kiai l'allenamento è pieno di energia. E questo è il motivo per cui è bene espirare fortemente. O Sensei diceva sempre : "Ma che kiai è questo ?? Fanne uno più forte ! Esci e fai cadere le rondini dagli alberi !!!" E spesso diceva anche : "Una volta ho fatto un kiai nella sede di un quotidiano, Asahi Shimbun, e quattordici persone sono cadute dalle loro sedie!" Quando dovete allenarvi dove non potete far confusione, ad esempio perché i vicini protestano, non potete farci nulla : siate silenziosi. Ma, ove possibile, dovete gridare forte.

