



Università
Ca' Foscari
Venezia

Corso di Laurea magistrale

in Lingue e civiltà
dell'Asia e dell'Africa
mediterranea

Tesi di Laurea

Il *budō* in Italia

Diffusione e percezione delle arti marziali giapponesi in Italia

Relatrice

Ch.ma Prof.ssa Silvia Rivadossi

Correlatore

Ch.mo Prof. Giovanni Bulian

Laureanda

Sara Milan

Matricola 868623

Anno Accademico

2022 / 2023

INDICE

要旨	2
INTRODUZIONE	4
CAPITOLO 1: La storia del <i>budō</i>	6
1.1. Il concetto di <i>budō</i>	6
1.2. L'internazionalizzazione del <i>budō</i>	14
CAPITOLO 2: Il <i>Judō</i>	25
2.1. Storia e caratteristiche del <i>judō</i>	25
2.2. Il <i>Judō</i> in Italia: storia e diffusione	32
2.3. Il <i>Judō</i> in Italia: interviste	39
CAPITOLO 3: L' <i>Aikidō</i>	48
3.1. Storia e caratteristiche dell' <i>aikidō</i>	48
3.2. L' <i>Aikidō</i> in Italia: storia e diffusione	56
3.3. L' <i>Aikidō</i> in Italia: interviste	61
CONCLUSIONE	72
BIBLIOGRAFIA	74
SITOGRAFIA	76
RINGRAZIAMENTI	78

要旨

日本では、武道は何世紀にもわたる伝統を誇り、社会、政治、文化の変化に伴って発展してきた。現代では、武道は個人の身体的および精神的発達を目的とした修行である。19世紀まで、武術は侍が戦いで殺したり傷つけたりするために用いられていたが、明治維新後はそのような武術は行われなくなった。これは、柔道の創始者である嘉納治五郎の貢献によるものである。嘉納治五郎は、「道」の新しい探求、並びに新しい武道のより哲学的な側面を表すために、「武術」（以前は日本の武道を定義するために使用されていた）という用語を「武道」に修正した。20世紀には、柔道、合気道、剣道、相撲、空手などの武道は世界中に広く普及し、日本とは非常に異なる社会で、多くの場合地域背景に合わせて柔軟に適応するために変化した。

この研究の目的は、武道におけるイタリアの背景を調べることで、武道の広がり方や、それぞれの武道家のアプローチ方法を分析することである。研究のデータは、武道の広がり方とイタリアへの適応の仕方、それを実践する人々の武道の認識の仕方について、ヴェネト地域の武道の指導者に研究質問をすることによって得た。

第1章では、1964年のオリンピックでの柔道の導入が、各国での武道の普及に与えた影響を考慮し、武道の歴史的背景と日本および海外における発展について考察する。例えばイタリアでは、武道は変遷を重ね日本とは異なる文化的・社会的背景に適応したことが分かった。

第2章では、日本とイタリアにおける柔道と合気道それぞれの発展の歴史と、インタビューから得られたデータを分析することで、武道の広がり方や武芸者の武道への関わり方を明らかにした。具体的には、イタリアでの武道の認識、指導者自身の向き合い方を調べた。

一般的に、この研究は、非常に対照的な日本とイタリアで、特にこれらの芸術によってもたらされる利点に関して共通点もあるアイデアやビジョンの存在を示しています。日本とイタリアには本質的な共通点が存在していることから、国を問わず全く異なる文化を柔軟に受け入れられる土壌が整っていると言える。

INTRODUZIONE

Le arti marziali vantano una tradizione vecchia di secoli e la loro origine è dovuta sia dalla volontà dell'uomo di non soccombere alle forze della natura sia, come molti altri fenomeni culturali, all'influenza reciproca di molti popoli in conflitto tra loro che nel corso del tempo sono entrati in contatto, hanno trasmesso conoscenze e dato forma a queste arti che inizialmente erano legate indissolubilmente all'arte della guerra, evolutasi con la civiltà umana.

L'elaborato pone enfasi sulle arti marziali del Giappone, dove vantano una tradizione antica di secoli, che nel corso degli anni si è evoluta in base ai cambiamenti sociali, politici e culturali e che ha portato queste arti a diventare, in tempi moderni, discipline orientate allo sviluppo fisico e mentale dell'individuo e non più arti combattive usate per ferire e uccidere in battaglia come era consuetudine da parte dei samurai fino al diciannovesimo secolo. Nel corso del ventesimo secolo, le arti del *budō* (*judō*, *aikidō*, *kendō*, *sumo*, *karate*, ecc.) si sono ampiamente diffuse in tutto il mondo e, entrando in contatto con realtà sociali molto diverse tra loro, in molti casi hanno subito delle modifiche per potersi adattare meglio al contesto locale.

L'obiettivo di questo studio è quello di esaminare uno di questi contesti, ovvero l'Italia, e analizzare come alcune di queste arti si sono diffuse e come alcuni dei praticanti si avvicinano a queste discipline. A questo proposito, le domande di ricerca su cui ci si focalizza sono: in che modo queste arti si sono diffuse e adattate al contesto italiano? E come vengono percepite da coloro che le praticano? Più nello specifico, il presente studio prende in considerazione due discipline molto distinte tra loro e che rappresentano ognuna un particolare aspetto del *budō*, ossia il *judō* e l'*aikidō*. Per rispondere a ciò, si è deciso di procedere tramite interviste dirette ad alcuni dei maestri di ogni disciplina. In particolare, per rispondere alla seconda domanda, si è deciso di attuare un'analisi regionale, prendendo in esame solamente la regione del Veneto, e intervistando fino a sei maestri per ogni disciplina e sparsi lungo tutto il territorio regionale.

Nel primo capitolo scopo principale è quello di ripercorrere la storia e il percorso evolutivo di queste arti marziali in Giappone, ponendo come punto di partenza la rivoluzione Meiji di fine diciannovesimo secolo, la quale portò alla caduta della classe dei samurai e a un rinnovamento del Giappone su stampo europeo e statunitense. Anche le arti di combattimento, prima definite con il termine *bujutsu*, subirono un cambiamento concettuale che poneva un freno alla violenza e il cui nuovo obiettivo era lo sviluppo fisico e mentale dell'individuo. Questo cambiamento è stato possibile soprattutto grazie al contributo di Kanō Jigorō, fondatore del *judō*, che contribuì a modificare il termine *bujutsu* in *budō*, a rappresentare la nuova ricerca della "via" e l'aspetto più filosofico di queste nuove arti; al tempo stesso, tuttavia, la corrente nazionalista di questo periodo strumentalizzò queste

arti reinventando una tradizione marziale che ruotava attorno al concetto di *bushidō* (“Via del guerriero”), con cui ci si riferiva al codice d’onore dei samurai di periodo Tokugawa (1603-1868), per giustificare la politica di espansionismo militare e repressione sociale imposta dal Paese in rapida modernizzazione all’inizio del ventesimo secolo. In seguito, viene affrontato il tema della diffusione internazionale di queste discipline, ponendo grande attenzione all’impatto che ebbe, in particolare, l’introduzione del *judō* alle Olimpiadi del 1964 in questo processo in cui le discipline importate nei vari Paesi hanno subito un lungo corso di adattamenti e modifiche per adattarsi a un contesto culturale e sociale differente come, ad esempio, quello dell’Italia, Paese su cui ruota lo studio presentato.

Infine, nei capitoli 2 e 3, dove si affrontano in maniera approfondita rispettivamente il *judō* e l’*aikidō*, si va a ripercorrere più nel dettaglio la storia della nascita e sviluppo di queste due discipline in Giappone e in Italia, per poi procedere con l’analisi dei dati raccolti tramite le interviste e trarre le prime conclusioni in merito all’obiettivo della ricerca, ovvero comprendere come queste arti sono viste e percepite in Italia e come i praticanti stessi vi si avvicinano a livello personale.

In linea generale, lo studio indica la presenza di idee e visioni a volte molto contrastanti tra loro, ma che presentano anche dei punti in comune, soprattutto a proposito dei benefici portati da queste discipline, che danno così prova di riuscire a mantenere una certa essenza comune tra i contesti di Italia e Giappone e dimostrano quindi la loro potenziale flessibilità a livello internazionale.

CAPITOLO 1:

La storia del *budō*

1.1. Il concetto di *budō*

Quando si parla di arti marziali generalmente si fa riferimento a discipline di origine antica che fanno uso di particolari tecniche fisiche a scopo puramente combattivo. Tuttavia, nell'ultimo secolo molte di queste discipline hanno subito dei profondi cambiamenti che le hanno portate ad assumere una nuova identità sia dal punto di vista della pratica e delle tecniche eseguite sia da un punto di vista puramente filosofico, con l'affermarsi di nuove ideologie e concetti legati allo sviluppo spirituale e mentale dei praticanti. Rimanendo in un contesto puramente giapponese, queste cosiddette nuove arti marziali sono racchiuse nel concetto di *budō*.

Il termine *budō* era già in uso all'inizio del periodo Edo (1603-1868) per riferirsi generalmente a ogni attività e aspetto del mondo militare, mentre il termine utilizzato in riferimento alle arti marziali era *bujutsu* ("tecniche marziali"). Fu solo nell'ultimo decennio del diciannovesimo secolo, durante il periodo di modernizzazione rappresentato dall'era Meiji (1868-1912), e grazie soprattutto al contributo di Kanō Jigorō, inventore del *judō*, che il suffisso *-jutsu* ("tecnica") venne cambiato in *-dō* ("via"), a evidenziare il nuovo aspetto spirituale ed esoterico.¹

Questo cambiamento concettuale fu messo in atto anche a seguito della costante diffusione e popolarizzazione dell'etica del *bushidō* ("Via del guerriero/samurai"), termine anch'esso coniato durante il periodo Meiji e ispirato agli ideali vittoriani di cavalleria. Con il diffuso malcontento dovuto all'arrivo degli americani e alle varie minacce interne che colpirono il Paese, ci fu un tentativo di ritorno alle armi per i samurai per la difesa della nazione e le arti marziali iniziarono ad attirare molto interesse e ad essere associate alla mascolinità che contraddistingueva i samurai, portando così all'idealizzazione della loro figura.² Il concetto ebbe un ulteriore balzo di popolarità a seguito della vittoria nella Guerra sino-giapponese del 1894-95 quando, cavalcando l'onda nazionalistica e militaristica che ne seguì, le arti marziali conobbero una diffusione esplosiva e il termine rappresentò un fattore importante nell'internazionalizzazione del *budō*.³

¹ Oleg BENESCH, "Olympic samurai: Japanese martial arts between sports and self-cultivation", *Sport in History*, 40, 3, 2020, pp. 7-8; Wojciech J. CYNARSKI, "Budo in global culture: from the traditional to the popular", *Research journal of Budo*, 50, 3, 2018, p. 170.

² BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 9.

³ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., pp. 4, 7-8, 10-11; SUZUKI Sadami, "Twentieth Century *Budō* and Mystic Experience", in Alexander Bennet (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, p. 16.

Senza questa modernizzazione delle arti marziali come “Via di vita” che promuove lo sviluppo morale dell’individuo e pone un freno alla violenza per rispondere ai bisogni sociali, politici ed educativi del Giappone, le arti marziali giapponesi tradizionali (conosciute con i termini *bujutsu* “tecniche del guerriero” e *bugei* “arti del guerriero”) sarebbero scomparse. È soprattutto grazie al contributo di innovatori ed educatori come Kanō Jigorō che il *budō* ha assunto un nuovo ruolo all’interno della società giapponese, come arte accessibile anche alle masse e non più prerogativa della sola classe guerriera (*bushi*) e, successivamente, ha potuto diffondersi gradualmente in tutto il mondo.⁴

In Giappone, il Nippon Budōkan di Tokyo rappresenta la struttura più importante per le arti marziali nel Paese sin dalla sua fondazione in onore dell’introduzione del *judō* alle Olimpiadi di Tokyo del 1964 ed è la sede della All Japan Budō Association (*Nippon budō kyōgi kai*), organizzazione fondata nel 1977 che riunisce gli organismi nazionali delle 10 arti marziali più importanti con lo scopo di promuoverle in Giappone e che svolgono il ruolo di rappresentanti ufficiali per ogni disciplina alle Olimpiadi.⁵

Sempre questa organizzazione redò lo “Statuto del Budō” (*Budō kenshō*), un documento che racchiude tutti i principi del *budō* suddivisi in sei articoli che descrivono non solo gli obiettivi della pratica del *budō*, ma fissano anche le linee guida necessarie in merito a luogo e modalità di allenamento, competizioni, insegnamento e promozione della disciplina.⁶ In seguito, essendo questo documento datato al 1977, si è stesa una nuova dichiarazione nel tardo 2000, tradotta in inglese da Alexander Bennet⁷ nel 2010, che prende il titolo di “La Filosofia del Budō” (*Budō no rinen*) e fornisce una definizione e descrizione del *budō* più sintetica:

Budō, the martial ways of Japan, have their origins in the traditions of bushidō– the way of the warrior. Budō is a time-honoured form of physical culture comprising of jūdō, kendō, kyūdō, sumō, karatedō, aikidō, shōrinji kempō, naginata and jūkendō. Practitioners study the skills while striving to unify mind, technique and body; develop his or her character; enhance their sense of morality; and to cultivate a respectful and courteous demeanour. Practised steadfastly, these admirable traits become intrinsic to the character of the practitioner. The Budō arts serve as a path to self-perfection. This elevation of the human spirit will contribute to social prosperity and harmony, and ultimately, benefit the people of the world.⁸

⁴ CYNARSKI, “Budo in global culture...”, cit., pp. 170, 172; Alexander BENNET (a cura di), “Introduction”, *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, p.4.

⁵ BENESCH, “Olympic samurai...”, cit., pp. 2-3.

⁶ BENNET (a cura di), “Introduction”, cit., pp. 1-2.

⁷ Figura prominente del *kendō* in Giappone e uno dei direttori dell’associazione All Japan Kendō Federation.

⁸ BENESCH, “Olympic samurai...”, cit., p. 4.

Il *budō* in Giappone, secondo la visione di Bennet, è la rappresentazione di ciò che c'è di più nobile e unico nella cultura giapponese e il suo ruolo educativo riveste tutt'oggi grande importanza nella formazione dei giapponesi che apprendono quelli che sono i valori tradizionali attraverso la pratica.⁹ A differenziare il *budō* da altre discipline è lo sfondo spirituale unito alla natura e intensità della pratica. In pratica, il *dōjō*, luogo dedito alla pratica, diventa uno specchio della realtà quotidiana dove si impara a superare le difficoltà, fare affidamento sugli altri per raggiungere il successo e fidarsi del prossimo, il tutto rafforzando corpo e mente in un'atmosfera di mutuo rispetto e sincerità. In un certo senso, quindi, il *budō* può offrire un'esperienza che sopperisce alle lacune nel sistema educativo a livello sociale e familiare.¹⁰

La cultura del *budō* è data dall'insieme di quei valori, norme e comportamenti che si applicano dentro e fuori l'allenamento e che contribuiscono a costruire e correggere il proprio carattere e il modo in cui ci si appropria all'altro. L'educazione e il rispetto verso gli altri stanno alla base di tutto e ciò si rispecchia nell'etichetta presente all'interno del *dōjō*, dove vi è l'obbligo di inchinarsi come forma di rispetto verso il maestro, il partner e quello che si è in procinto di apprendere. Ne consegue che viene a formarsi un senso di comunità e appartenenza al gruppo molto forte che crea legami di fiducia e rispetto reciproco, che si riflette nelle persone con cui si va a interagire anche al di fuori del contesto d'apprendimento, ma che risulta cruciale nel *dōjō* dove è abitudine aiutarsi e sostenersi a vicenda.¹¹ Una prova di ciò è fornita dal maestro ed esperto nelle arti marziali Scott Park Phillips, che esprime i principali motivi per cui molte persone in America iscrivono i propri figli a corsi di arti marziali:

The most common reason people give for putting their children in martial arts classes is so that they will learn how to act with moral self-discipline. The list of qualities that the average parent wants their kid to learn in martial arts classes includes leadership, protecting the weak, legal and moral self-defense, overcoming challenges, persistence in the face of adversity, seeing the big picture, self-discipline, self-improvement, self-motivation, cooperation, teamwork, body confidence and awareness, love of exercise, learning from failures, and the ability to concentrate and focus. This is a lot of expectations to have! Why, if the main purpose of martial arts was fighting, would this ever have come about? The answer is simple: martial arts were always about more than fighting.¹²

Ciò mette in risalto anche quella che è l'inclusività del *budō*. Non ci sono infatti limiti di età e costituzione fisica che impediscono a qualcuno di prendere parte a queste discipline e sono molteplici

⁹ BENNET (a cura di), "Introduction", cit., pp. 1, 3.

¹⁰ Robert Mark DUNCAN, "Budō & Education", in Alexander Bennet (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, pp. 245-46.

¹¹ Carol FULLER, Viki LLOYD, *Martial Arts and Well-Being*, Abingdon-on-Thames, New York, Routledge, 2020, p. 37.

¹² Paul BOWMAN, *Deconstructing Martial Arts*, Cardiff, Cardiff University Press, 2019, p. 7.

i motivi per cui le persone decidono di intraprendere questo percorso, come altrettanti sono i benefici fisici e mentali riscontrati. Tramite diverse interviste effettuate da Carol Fuller¹³ e Viki Lloyd¹⁴, rivolte sia a maestri che allievi britannici, si è potuto evincere che molte delle motivazioni che spingono le persone ad avvicinarsi e intraprendere queste discipline hanno principalmente una natura fisica e mentale, legata, ad esempio, all'idoneità fisica, allo stress, all'incremento della fiducia in sé, alla gestione di malattie croniche o di specifici problemi di salute mentale quali dipendenza da alcool e droghe. A spingere certe persone è anche un senso di "ricerca" di qualcosa, soprattutto se le persone in questione si trovano in un momento difficile della loro vita. Ciò che ne è risultato è un grado di soddisfazione molto alto con un miglioramento sia nelle prestazioni fisiche (miglioramento di postura, flessibilità, equilibrio, agilità, ecc.) sia a livello emotivo e mentale (miglioramento della concentrazione e della fiducia) e dimostrando come le discipline del *budō* contribuiscano ad una maggiore consapevolezza delle questioni legate alla salute generale, al benessere, all'esercizio fisico e, in alcuni casi, all'apprendimento della teoria, cultura e filosofia associate ad alcune arti.¹⁵

Credenza piuttosto comune, in particolare nel contesto americano ed europeo, è l'esistenza di una connessione tra arti marziali orientali e pensiero buddhista Zen a cui si associano elementi di calma e tranquillità come calma della mente, acutezza della coscienza, chiarezza di intenti e fluidità del corpo, che caratterizzano anche queste arti e a cui i praticanti aspirano.¹⁶ Tuttavia, si tratta per lo più di attribuzioni più moderne a opera di interpreti che desideravano dipingere le arti marziali come arti di un'età dell'oro ormai passata spiritualmente più profonde e significative rispetto al periodo moderno.¹⁷

Un altro concetto zen che sembra rivestire un ruolo molto rilevante e che sembra risalire al periodo Edo (1603-1868) è quello di *mushin* ("senza mente"), che descrive uno stato in cui, secondo Watts, "the idea is not to reduce the human mind to a moronic vacuity, but to bring into play its innate and spontaneous intelligence by using it without forcing it."¹⁸ L'idea fondamentale è che le nostre emozioni influenzano le nostre azioni e nel *budō* ciò si traduce in una pratica in cui il corpo, dato dall'insieme di movimento, postura, forza, flessibilità e prestanza fisica, e la mente, data invece da respiro, atteggiamento, comportamento e presenza consapevole, raggiungono un equilibrio dove la

¹³ Professoressa di pedagogia e ricercatrice presso l'Università di Reading.

¹⁴ Direttrice della Reading Acupuncture Clinic e istruttrice principale della Sei Shin Kan School of Karate e Reading Chenjiagou Taijiquan GB.

¹⁵ FULLER, LLOYD, *Martial Arts and Well-Being*, cit., pp. 28-35.

¹⁶ BOWMAN, *Deconstructing Martial Arts*, cit., pp. 109-10, 112.

¹⁷ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 7.

¹⁸ Damon A. YOUNG, "Bowing to Your Enemies: Courtesy, *Budō*, and Japan", *Philosophy East and West*, 59, 2, 2009, p. 204.

mente accetta i pensieri ma senza fissarsi su nessuno di essi e divenendo così priva di qualsiasi attaccamento emotivo incontrollato.¹⁹

Proprio questa mentalità fu adottata dai samurai durante il periodo Kamakura (1185-1333), la quale, offrendo autodisciplina e introspezione, portava all'accettazione del nulla al di là di tutte le illusioni mondane e quindi anche alla capacità di affrontare il nulla della morte in battaglia.²⁰ In termini moderni, quelle che prima erano tecniche che miravano a mutilare o abbattere l'avversario e che rappresentavano la "morte" (della persona), si sono trasformate in tecniche che mirano a migliorarsi domando il sé e l'ego, portando così alla "sottomissione" (della mente). Il successo nel *budō* viene quindi raggiunto quando si raggiunge il controllo della mente e delle proprie emozioni e ci si libera dal desiderio di vittoria, arrendendosi e accettando il flusso d'azione dell'avversario a cui seguirà una risposta fisica di conseguenza.²¹

Oltre al pensiero buddhista Zen, il *budō* ha visto l'influenza anche di altre correnti filosofiche e religiose presenti in Giappone e tra queste a essere degno di nota è lo shintō e il concetto di purezza/sincerità, simboleggiato dallo specchio della dea del sole Amaterasu. Nel contesto del *budō*, la sincerità è la condizione necessaria per essere puri e incontaminati e l'enfasi è posta sulla sincerità dell'intenzione piuttosto che nello scopo. Questa sincerità si manifesta, ad esempio, nella figura del maestro che si inchina allo studente, azione dettata non dalla vuota formalità, ma dalla sincera gratitudine per la partecipazione dell'allievo e, conseguentemente, per l'opportunità di impartire la giusta educazione all'allievo nella disciplina.²²

Osservando il *budō* come disciplina educativa, inoltre, un ulteriore ideale ereditato dai samurai è il cosiddetto *ren* confuciano. Traducibile come benevolenza, umanità e altruismo, il *ren* indica la condotta della persona autorevole che coltiva il proprio carattere allo scopo di aiutare gli altri e tirare fuori il meglio da loro. Secondo il pensiero confuciano, il *ren* ha radice sulle nozioni di *li*, *yi* e *shu*, dove *li* indica la moltitudine di comportamenti legati alla rettitudine confuciana, *yi* le parole e azioni che esprimono questi comportamenti e *shu* la capacità di riflettere sui propri pensieri ed emozioni e riuscire così a empatizzare con gli altri. Nel *dōjō* ciò è rappresentato dall'allievo che apprende, in un clima di pazienza e considerazione, dal maestro, persona autorevole che ha interiorizzato il *ren* confuciano, il quale ha la possibilità di trasmettere le proprie conoscenze e svilupparne di nuove. Entrambi coltivano sé stessi e si aiutano a vicenda nel fare ciò, sviluppando abitudini che portano alle parole e alle azioni corrette nel posto giusto e al momento giusto.²³

¹⁹ Antonio TERRONE, "Mind and Body in Budo: Poems of the Way", *Spirituality Studies*, 6, 1, 2020, p. 55.

²⁰ YOUNG, "Bowling to Your Enemies...", cit., p. 204.

²¹ TERRONE, "Mind and Body in Budo...", cit., pp. 54-55.

²² YOUNG, "Bowling to Your Enemies...", cit., pp. 194-96.

²³ *Ibid.*, pp. 199-202.

Nonostante la presenza di tutte queste connessioni spirituali, queste discipline prendono solo a modello questi principi religiosi senza aderire completamente a un movimento religioso.²⁴

A livello di massa, a causa anche dell'influenza dei media, il *budō* tendenzialmente viene messo sullo stesso livello degli sport combattivi e delle generiche arti marziali, venendo erroneamente percepito come un insieme di discipline basate sulla lotta e sulla violenza. A differenza di uno sport di combattimento, come ad esempio il wrestling dove lo scopo è lottare l'uno contro l'altro per ottenere la vittoria, le arti marziali simulano solo un combattimento reale attraverso l'uso dei *kata*²⁵ e un allenamento basato sulla difesa personale e il motivo di tale associazione, soprattutto a livello europeo, è probabilmente collegato al termine stesso di "arti marziali"²⁶, che originariamente era associato alle arti combattive dell'Europa del 1500 e che solo in seguito venne utilizzato per etichettare le arti combattive dell'Asia orientale. In riferimento al *budō*, invece, si può parlare di "via marziale" piuttosto che di "arte marziale" in quanto, sebbene ogni sua disciplina sia legata tradizionalmente a un particolare stile di combattimento con o senza uso di armi, non vi sono rivalità o confronti diretti e l'allenamento tramite l'uso delle varie tecniche è finalizzato unicamente al miglioramento del benessere psico-fisico, all'autorealizzazione e al progresso spirituale.²⁷

In sostanza, la connessione tra atti violenti e principi spirituali e religiosi ridefinisce questi atti come qualcosa di legittimato, tramite anche l'accostamento di immagini simboliche e la sostituzione di pratiche e rituali a livello simbolico, e funge da metodo efficace di prevenzione della violenza e della vendetta. Un esempio di accostamento di immagini simboliche è il simbolo dello stile di karate Wadō-Ryū che presenta un pugno e una colomba, che corrispondono rispettivamente alla violenza e alla pace e unendosi esprimono l'idea mitizzata di "via dell'armonia", armonia raggiunta tramite un uso limitato e controllato della violenza. Questo processo permette quindi il trasferimento di conoscenze e abilità combattive al corpo senza scatenare la propensione alla violenza e alla vendetta violenta che può risultare dall'apprendimento di tecniche combattive.²⁸

Ciò nonostante, come accennato in precedenza, all'inizio del ventesimo secolo l'etica del *bushidō*, che idealizzava la figura del samurai, e le arti marziali iniziarono a essere considerate parti integranti

²⁴ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 7.

²⁵ Il termine, traducibile con forma, modello, esempio, indica, nelle arti marziali giapponesi, un movimento o metodo standard. *Kata* (過多), "weblio",

<https://www.weblio.jp/content/%E3%81%8B%E3%81%9F#:~:text=%E9%81%8E%E5%A4%9A&text=%E6%95%B0%E9%87%8F%E3%81%AA%E3%81%A9%E3%81%8C%E5%A4%9A%E3%81%99%E3%81%8E%E3%82%8B,%E3%81%A9%E3%81%AE%E3%82%88%E3%81%86%E3%81%AB%E7%94%A8%E3%81%84%E3%82%8B%E3%80%82>, ultimo accesso 26/11/2023.

²⁶ Il termine ha origine dal latino ed è frutto dell'espressione "Arti di Marte", il dio romano della guerra.

²⁷ Wojciech J. CYNARSKI, "Budo, Martial Arts and Combat Sports—Definition, Ideas, Theories", *Research journal of Budo*, 45, 3, 2013, pp. 233-35.

²⁸ David Hugh Kendall BROWN, *et. al.*, "Sacred Imagery and the Sacralisation of Violence in the Martial Arts", *Im@go. A Journal of the Social Imaginary*, 19, 2022, pp. 38-40, 42.

dello “spirito giapponese” (*nihon seishin*), creando un legame tra etica del *bushidō* e moralità nazionale. Questo portò alla nascita di un’ideologia nazionalista secondo cui questo nuovo “spirito samurai” dava la possibilità di educare una “nuova élite” in grado di restaurare e guidare il Giappone in accordo con il suo carattere nazionale, fornendo ideali atti ad allontanare i giovani uomini dalle lusinghe delle ideologie radicali e permettendo loro di condurre la propria vita come sudditi fedeli all’imperatore. Tra questi giovani a essere particolarmente degno di nota è l’ideologo nazionalista Yasuoka Masahiro (1898-1983), un nazionalista di destra la cui influenza politica comprendeva il periodo prebellico, bellico e postbellico e il cui discorso ruotava proprio attorno all’idea di coltivare sé stessi come giapponesi che hanno interiorizzato uno spirito etnico marziale e una fedeltà disinteressata verso lo Stato.²⁹

In questo periodo, perciò, quello che i praticanti delle arti marziali e gli ideologi nazionalisti tentarono di fare era collegare il *budō* all’identità nazionale giapponese, in questo modo il *budō* iniziò a essere utilizzato come mezzo per coltivare il carattere morale e promuovere lo spirito di sacrificio richiesto dalla nazione, enfatizzando l’applicazione concreta delle arti marziali sul campo. Tra le discipline del *budō*, in particolare, spiccava il *kendō*, la cui pratica era vista come un collegamento diretto con il mondo dei samurai e ideale allo sviluppo del carattere personale in armonia con lo spirito giapponese. Lo “spirito samurai” che ne conseguiva, oltre a rafforzare i giovani uomini per servire in battaglia, permetteva loro di coltivare il *jinkaku* (“carattere” o “personalità”) per opporsi alle ideologie radicali diffuse dal materialismo moderno e forgiare gentiluomini colti adatti ad assumere la leadership politica.³⁰

L’affermarsi di questa corrente di pensiero in tutto il Paese rappresentò un’occasione per una maggiore inclusione di queste discipline nel sistema educativo a livello nazionale con un primo tentativo nel 1900 di introdurre il *kendō* in tutte le scuole da parte di Konoe Atsumaro (1863-1904), presidente della Camera dei Pari, e di cui venne approvato l’insegnamento nelle scuole secondarie come facoltativo dal Ministero dell’Istruzione solo a partire dal 1911. A seguire, nel 1925, venne proposto alla Camera dei Pari di insegnare il *judō* e il *kendō* obbligatoriamente nelle scuole medie e, nel 1937, di introdurre il *kendō* anche nelle scuole elementari.³¹

Nello stesso periodo precedente al 1945, le arti marziali, oltre a promuovere l’ideologia nazionalista, furono anche veicoli per la promozione della cultura giapponese all’estero e ciò si riflette nell’iniziale inclusione del *judō* alle Olimpiadi di Tokyo del 1940, poi cancellate a causa del secondo conflitto mondiale. Un primo impatto fu la loro diffusione presso le colonie del Giappone, tra cui Taiwan e

²⁹ Roger H. BROWN, “Yasuoka Masahiro's 'New Discourse on Bushidō Philosophy': Cultivating Samurai Spirit and Men of Character for Imperial Japan”, *Social Science Japan Journal*, 16, 1, 2013, pp. 107-108.

³⁰ *Ibid.*, pp. 108-11, 114.

³¹ BENESCH, “Olympic samurai...”, cit., pp. 13-14.

Corea, dove si diffusero ampiamente il *judō* e il *kendō*, e a Okinawa, dove Funakoshi Gichin (1868-1957) trasformò il *karate* in uno sport moderno e creò la scuola più famosa di Shōtōkan, aumentando la sua popolarità nelle isole principali del Giappone dagli anni Venti. Il *budō* diventò così veicolo di inclusione per i cittadini dell'impero, che adottarono la cultura giapponese senza però, dal punto di vista dei giapponesi, riuscire a comprendere appieno queste discipline a causa dell'assenza dello spirito giapponese. Nel resto del mondo, invece, l'inclusione del *judō* alle Olimpiadi portò all'inserimento delle arti marziali come sport dimostrativi con l'obiettivo di ottenere il riconoscimento come sport olimpici al pari delle arti marziali europee e americane quali la lotta e la scherma.³²

La conclusione della Seconda Guerra Mondiale segnò lo smantellamento del sistema statale nazionalista e militarista e l'abolizione di tutte le pratiche del *budō*, ritenuto il responsabile principale della politica aggressiva attuata dal Giappone durante il conflitto, da parte del Comandante supremo delle potenze alleate. Inoltre, furono eliminati tutti gli elementi legati alle arti marziali e allo Stato imperiale, tra cui le spade e film e rappresentazioni teatrali sui samurai, e l'anno seguente, nel 1946, fu sciolta anche la *Dai nippon butoku kai* ("Società delle Virtù Marziali del Grande Giappone")³³, emblema delle arti marziali militarizzate.³⁴

Tuttavia, in breve tempo, la minaccia dell'Unione Sovietica e dei comunisti in Cina a seguito dell'inizio della Guerra Fredda costrinse le forze di occupazione americane a un'inversione di rotta che portò il Giappone smilitarizzato a essere ricostruito e trasformato in un alleato chiave nell'imminente conflitto. Iniziò così la graduale reintroduzione del *budō* intorno agli anni Cinquanta, ma eliminando ogni connotazione religiosa, spirituale e nazionalista che lo aveva contraddistinto in precedenza e promuovendolo come "sport" adatto alla nuova società. Nel 1950, il *judō* venne ripristinato in tutte le scuole e venne fondata la prima federazione nazionale di *kendō*, stabilendo nuove regole e attrezzature come l'utilizzo di spade di bambù, più leggere e flessibili. Solo la fine dell'occupazione americana nel 1952 rese possibile ripristinare tutti quegli elementi delle arti marziali che erano stati precedentemente eliminati, tra cui il *bushidō* e il legame con i samurai.³⁵

Il *budō* giocò un ruolo essenziale nella riconciliazione tra Giappone e Stati Uniti e nella reintegrazione del Giappone nella comunità globale e l'evento più significativo fu certamente l'inclusione del *judō*

³² *Ibid.*, pp. 12-14.

³³ Organizzazione nazionale di arti marziali fondata nel 1895 per commemorare il 1100° anniversario della capitale Heian e promuovere la conservazione delle antiche arti marziali. È stata sciolta dopo la Seconda Guerra Mondiale. *Dai nippon butoku kai* (だいにほん - ぶとくかい [- ブトククワイ])【大日本武徳会】, "weblio", <https://www.weblio.jp/content/%E3%81%A0%E3%81%84%E3%81%AB%E3%81%A3%E3%81%BD%E3%82%93%E3%81%B6%E3%81%A8%E3%81%8F%E3%81%8B%E3%81%84>, ultimo accesso 26/11/2023.

³⁴ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., pp. 16-17; BENNET (a cura di), "Introduction", cit., p. 5.

³⁵ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 17; BENNET (a cura di), "Introduction", cit., p. 5.

come sport ufficiale alle Olimpiadi del 1964, che simboleggiò l'accettazione delle arti marziali come tradizioni giapponesi piuttosto che come simboli del militarismo.³⁶

Tuttavia, nel corso del tempo alcuni dei principi cardine del *budō* sono scomparsi del tutto anche a causa dell'internazionalizzazione e la conseguente introduzione degli sport europei e americani, più orientati alla competizione e alla vittoria. Negli ultimi anni si è quindi osservato un lento declino dei valori tradizionali di queste discipline viste da alcuni come troppo "tradizionaliste" e antiquate per i giovani d'oggi in Giappone, ma proprio il rispetto verso la tradizione e cultura nazionale ha attirato l'interesse di molti studiosi e praticanti stranieri, affascinati dalla cultura del Giappone e interessati a conoscere lo "spirito giapponese" attraverso lo studio e la pratica del *budō*.³⁷ Al giorno d'oggi, si possono definire le arti marziali come pratiche di movimento istituzionalizzate e confinate da regole su tecniche, armi e attrezzature che ne limitano la pericolosità e l'efficacia in un combattimento reale.³⁸ Tuttavia, l'introduzione nel contesto olimpico, oltre a coincidere con la fondazione del Nippon Budokan e giovare all'internazionalizzazione del *budō*, diede vita anche a una serie di problematiche che verranno trattate approfonditamente nel paragrafo successivo.

1.2. L'internazionalizzazione del *budō*

Il *budō* può essere considerato uno dei contributi più importanti del Giappone al patrimonio sportivo internazionale e ciò è testimoniato dal fatto che in tutto il mondo è ormai possibile trovare *dōjō* di ogni tipo dove sono solitamente presenti bandiere del Giappone e foto di grandi maestri giapponesi e dove le persone, seguendo l'etica e il codice comportamentale di queste arti, praticano queste discipline attraverso metodi di allenamento che si adattano meglio al contesto sociale e culturale del luogo. In tutto ciò, nonostante il contatto limitato o assente con il Giappone, le arti del *budō* riescono a mantenere comunque una presunta "essenza giapponese".³⁹

La prima dimostrazione di queste arti a persone influenti al di fuori del Giappone è avvenuta nel luglio 1879 a opera di Shibusawa Ei'ichi⁴⁰ (1840-1931), che si esibì per il generale americano Grant in dimostrazioni di *jūjutsu* e *kenjutsu* con la partecipazione dell'allora studente universitario Kanō Jigorō, che solo 3 anni dopo fondò la scuola di *judō* Kōdōkan a Tokyo.⁴¹

³⁶ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 17-18; BENNET (a cura di), "Introduction", cit., p. 5.

³⁷ BENNET (a cura di), "Introduction", cit., pp. 1, 3, 5.

³⁸ Irena MARTINKOVA *et. al.*, "The Contribution of Martial Arts to Moral Development", *IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology*, 19, 1, 2019, p. 4.

³⁹ BENNET (a cura di), "Introduction", cit., p. 2.

⁴⁰ Ricco imprenditore che giocò un ruolo importante nell'affermazione dell'industria giapponese

⁴¹ SUZUKI, "Twentieth Century *Budō*...", cit., p. 15.

Nella cultura popolare globale, la diffusione delle arti marziali si deve alla circolazione delle immagini attraverso i vari media (giornali, televisione, radio, ecc.) a partire dagli anni Sessanta e incarnate da figure di spicco come Bruce Lee, Jackie Chan e Chuck Norris, concentrandosi sulla spettacolarità di queste arti.⁴²

Non tutte le discipline del *budō* però hanno presentato lo stesso livello di popolarità all'estero. Se infatti il *judō* e il *karate* si sono diffusi profusamente, lo stesso non si può dire invece del *kendō*, che all'inizio del ventunesimo secolo contava 44 paesi e regioni affiliati alla propria federazione.⁴³

È comunque evidente che a livello internazionale il *budō* attira molto interesse sia nel contesto sportivo sia nel contesto filosofico nella percezione del *bushidō* e di tutti quegli elementi che donano quell'aura di mistero "orientale" che attrae gli stranieri.⁴⁴ Ad oggi, il *budō* è generalmente coltivato in forme popolari a seguito di adattamenti, modifiche e semplificazioni come fonte di valori sociali e portando anche alla creazione di nuove scuole, stili e organizzazioni.⁴⁵ Alcuni esempi degni di nota sono il libro "Martial Arts: the Spiritual Dimension" (1981) di Peter Payne, dove il *budō* è descritto come un mezzo per accedere alla mentalità tradizionale giapponese per superare i fallimenti del pensiero occidentale moderno⁴⁶, e la nascita dell'Idokan Budo, sistema che unisce forme modificate di *karate*, *jūjutsu* e *kobudō*^{47, 48}.

Il Giappone, quale patria del *budō*, è quindi riconosciuto come Paese leader di queste discipline. Tuttavia, negli ultimi anni, la sua posizione ha iniziato a essere messa in discussione, non solo per l'aumento esponenziale di atleti non giapponesi esperti e la grande adattabilità e fruibilità del *budō* a prescindere da genere, etnia o credo religioso, ma anche a causa della mancanza di una vera e propria evoluzione nel corso del tempo del *budō* che, particolarmente in Giappone, risulta per certi versi "statico".⁴⁹

La perdita di controllo del Giappone a livello gestionale e istituzionale negli ultimi anni ne è una prova. Per la maggior parte le attività mirate a regolare e promuovere il *budō* su scala internazionale (formazione degli istruttori, modifiche alle regole di competizione, seminari, ecc.) erano svolte quasi

⁴² BOWMAN, *Deconstructing Martial Arts*, cit., p. 6; BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 7; CYNARSKI, "Budo in global culture...", cit., p. 173.

⁴³ SUZUKI, "Twentieth Century Budō...", cit., p. 16.

⁴⁴ *Ibid.*, cit., p. 16.

⁴⁵ CYNARSKI, "Budo in global culture...", cit., p. 175.

⁴⁶ SUZUKI, "Twentieth Century Budō...", cit., p. 17.

⁴⁷ Termine in voga nel periodo precedente il periodo Meiji, sinonimo di *budō*, che si riferisce alle arti marziali tradizionali giapponesi che prevedono il combattimento con o senza armi. Gran parte delle tecniche antiche di quest'arte frammentaria sono state poi raccolte dal maestro Shinko Matayoshi (1888-1947). *La scuola del maestro Matayoshi*, "A.I.K.O. Associazione Italiana Kobudo di Okinawa", <http://www.kobudo.it/index.html>, ultimo accesso 15/11/2023.

⁴⁸ CYNARSKI, "Budo in global culture...", cit., p. 175.

⁴⁹ BENNET (a cura di), "Introduction", cit., p. 5.

esclusivamente da organizzazioni giapponesi, ma nel corso del tempo vi è stato un graduale rifiuto di questo metodo di gestione tradizionale nel resto del mondo.⁵⁰

Questo distacco è testimoniato anche dalla riduzione in Europa di istruttori giapponesi e degli inviti annuali delle delegazioni giapponesi, non dettato da discriminazioni, ma piuttosto, oltre che da motivi finanziari e mancata necessità di istruttori giapponesi visto il livello raggiunto all'estero, anche dalla presenza di una certa barriera linguistica e culturale che impedisce una totale comprensione della filosofia e metodologia messi in atto in Giappone. Prendendo come esempio il *kendō*, la trasmissione di certi insegnamenti può essere difficile da comprendere anche da madrelingua giapponesi e risulta quindi problematica se effettuata in una lingua straniera; inoltre, molte delle tecniche hanno una connessione con tradizioni culturali giapponesi con cui i giapponesi hanno già una naturale affinità, che però risulta assente agli stranieri, che faticano quindi a comprenderle fino in fondo.⁵¹

Nel contesto europeo e americano, infatti, il valore morale del rispetto risulta più indebolito rispetto al Giappone, dove la natura gerarchica della società porta a dare un grande rispetto verso gli anziani e, in questo caso, i maestri di arti marziali, che godono quindi di un grande riconoscimento. In aggiunta, la coltivazione morale spesso non è vista come un aspetto così importante dell'attività, considerata più una sorta di passatempo e svago.⁵²

Una delle problematiche che hanno susseguito l'introduzione del *judō* alle Olimpiadi e l'internazionalizzazione del *budō* è la nascita del dibattito sul considerare o meno il *budō* uno sport. I promotori delle arti marziali, già a partire dal diciannovesimo secolo, tracciarono una linea di distinzione chiara tra sport e discipline del *budō* per combattere la concorrenza rappresentata dagli sport occidentali, nello specifico baseball e calcio, ed elevare a un livello superiore le arti marziali giapponesi. Infatti, mentre gli altri sport sono visti come semplici competizioni fisiche, le arti marziali sono strumenti atti all'autorealizzazione, al miglioramento e alla moralità.⁵³ Il baseball, ad esempio, nel periodo prebellico acquisì molta popolarità nelle scuole e tra le forze armate giapponesi grazie alla cooperazione, all'abilità fisica e alle altre virtù marziali che promuoveva. Per ovviare al problema legato all'origine straniera della disciplina, che non si legava allo "spirito giapponese" come le altre arti marziali, nacque il cosiddetto "*bushidō* baseball" come possibile metodo per coltivare lo spirito marziale del Giappone, dimostrando in questo modo la flessibilità e strumentalizzazione di questi concetti attuate nel periodo nazionalista.⁵⁴

⁵⁰ ABE Tetsushi, "Cultural Friction in *Budō*", in Alexander Bennet (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, p. 126.

⁵¹ *Ibid.*, pp. 127-128.

⁵² MARTINKOVA *et. al.*, "The Contribution of Martial Arts...", cit., p. 5.

⁵³ BENNET (a cura di), "Introduction", cit., p. 4.

⁵⁴ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., pp. 11-12.

Dopo la Seconda guerra mondiale, le arti marziali moderne, nonostante tutti gli aspetti spirituali che le contraddistinguono, si sono sviluppate e diffuse come ambito sportivo e condividevano in gran parte la filosofia e l'essenza dello sport in senso lato. Queste arti includono sia un aspetto sportivo competitivo, che ruota attorno alla competizione, sia un aspetto culturale tradizionale, che enfatizza invece l'etichetta e lo stile.⁵⁵ Ciò ha portato alla divisione tra "tradizionale" e "sportivo" in riferimento alle varie discipline entrate nel contesto olimpico, dove nel primo caso l'obiettivo primario è l'automiglioramento mentre nel secondo l'enfasi sulla competizione e la vittoria, come il *judō* e il karate, e alla conseguente frammentazione degli stili e delle federazioni su scala internazionale.⁵⁶ Nell'approccio sportivo, in effetti, vi è un appiattimento degli obiettivi di allenamento che getta le basi per una carriera sportiva e per rendere le competizioni più spettacolari e facili da seguire.⁵⁷ Anche in questo caso, tuttavia, a differenza di veri e propri sport combattivi come il wrestling e la boxe, le arti marziali mirano a incarnare una saggezza sia filosofica sia strategica, migliorando le abilità pratiche di combattimento.⁵⁸

In sostanza, quando si parla di combattimento corpo a corpo è necessario fare una distinzione tra arti marziali, sport da combattimento e tecniche di combattimento militare, in cui la lotta nelle arti marziali, rispetto alle altre, risulta essere un insieme di combattimento, religione e filosofia mai fine a sé stessa e dove la cosa più importante non è l'esercizio della forza, ma di altre doti come agilità e precisione.⁵⁹

Proprio la forte concentrazione sull'auto-perfezionamento e sulle qualità spirituali delle arti marziali ha portato al discorso nazionalistico legato all'ideale del *bushidō* e percezione della superiorità del popolo giapponese, diffusi nella prima metà del ventesimo secolo, e alla diffusione di una nuova mascolinità marziale che si è ridimensionata solo a partire dalla fine del secolo scorso con l'inclusione anche delle donne. Kris Chapman, nel contesto del *karate*, afferma come il concentrarsi sull'auto-coltivazione e sulla "via" dia la possibilità di sovvertire la mascolinità consolidata, basata esclusivamente su attributi fisici come forza fisica o dimensione corporea. Nel contesto giapponese, da parte dei tradizionalisti vi è comunque il mantenimento di questa mascolinità in quanto legata al *bushidō*, che a sua volta risulta essere un elemento essenziale per legittimare le arti marziali.⁶⁰

⁵⁵ YABUSAKI Satoshi, "Gendai budō ni okeru shōhaikan no honshitsu ni kan suru genshōgakuteki ichi kōsatsu" (Lo studio fenomenologico sull'essenza della visione della vittoria e della sconfitta nel Budo moderno), *Kagaku/Ningen*, 44, 2015, pp. 64-65.

⁵⁶ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., p. 19.

⁵⁷ CYNARSKI, "Budo in global culture...", cit., pp. 173-174.

⁵⁸ Jason HOLT, "Physical Philosophy: Martial Arts as Embodied Wisdom", *Philosophies*, 8, 14, 2023, pp. 1-2.

⁵⁹ Paola DUCCI, Gianluca FICANO, *Le arti marziali nel mondo militare*, Roma, Stato Maggiore della Difesa - Ufficio Storico, 2020, pp. 54-55.

⁶⁰ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., pp. 4, 11, 22-23.

Una visione tendenzialmente conservatrice permane anche all'interno del Budōkan, che sin dalla sua apertura ha posto come obiettivi principali quello di promuovere lo spirito del *budō* come base del carattere nazionale giapponese, renderlo popolare tra il popolo giapponese per crescere giovani sani e renderlo materia scolastica. Questi obiettivi, che coincidevano con l'agenda imperiale e che conobbero una rinascita a partire dagli anni Novanta, si focalizzavano principalmente sulla nazione e mal si accostavano alla missione internazionalista promossa dal movimento olimpico, criticato dai conservatori per la perdita degli elementi spirituali critici delle arti marziali che le distingueva dai semplici sport.⁶¹ Ciò nonostante, all'inizio del ventunesimo secolo, il Budōkan si mostra come uno spazio più inclusivo rispetto al 1964, rimanendo uno spazio prettamente "nazionale" ma aperto al mondo, come testimoniato dalla breve descrizione presente nel proprio sito ufficiale:

The goals of establishing the Nippon Budokan were to popularize and promote the traditional *budo* of our nation (*wagakuni*) among the nation's people (*kokumin*), especially the youth; to aim for wholesome nurturing through the cultivation of the mind and body with *budo*; to contribute to the development of the (ethnic) nation (*minzoku*) along with furthering peace and welfare of the world more broadly.⁶²

Il *judō* di Kanō fu uno dei principali bersagli di queste critiche riguardo l'acquisizione di una maggior componente sportiva, nonostante fossero proprio i suoi aspetti morali e mentali che lo contraddistinguevano dalle altre arti marziali e proprio ciò aveva contribuito a renderlo popolare anche all'estero già a partire dagli anni Novanta dell'Ottocento. In Germania, ad esempio, la passione per il *judō* portò al successo dei movimenti ginnici, mentre nelle Americhe portò alla nascita del *jiu-jitsu* brasiliano e attirò l'interesse di Theodore Roosevelt grazie al notevole successo del Giappone nella guerra russo-giapponese. Nonostante la natura nazionalista delle arti marziali, Kanō riuscì a bilanciare gli elementi patriottici con elementi più universali che contribuirono al riconoscimento del *judō* come sport moderno.⁶³

Allo stesso tempo, però, non mancarono le critiche nei confronti del *judō* e del *jujutsu*, visti come tecniche subdole e indegne di un gentiluomo e riflesso dello stesso carattere giapponese. Questa visione trovò particolare eco in Gran Bretagna a causa della loro adozione da parte del movimento delle suffragette che li utilizzarono per l'autodifesa, la disobbedienza civile e la lotta contro le autorità, e si rifletté anche nella sfiducia britannica per i giapponesi durante il primo conflitto mondiale.⁶⁴

⁶¹ *Ibid.*, pp. 18, 20-21.

⁶² *Ibid.*, p. 21.

⁶³ *Ibid.*, pp. 14-15.

⁶⁴ *Ibid.*, pp. 15-16.

Il rispetto per le arti marziali, comunque, permaneva all'estero, dove vennero celebrate in Italia, Germania e, in parte, anche negli Stati Uniti fino alla fine della Seconda Guerra Mondiale ed evidenziato dall'approvazione del *judō* alle Olimpiadi del 1940.⁶⁵

Guardando più da vicino la situazione in Italia, Paese oggetto d'analisi di questo elaborato, la diffusione di massa delle arti marziali è iniziata negli anni Sessanta con la fondazione di organizzazioni sportive nazionali grazie a organismi politici di matrice socialista e comunista. Sebbene nel 1948 venga fondata l'Unione italiana sport popolare (Uisp, poi Unione italiana sport per tutti) in prevalenza sostenuta da funzionari di stampo comunista, secondo l'analisi di Raimondo, i partiti della Sinistra hanno sempre sottovalutato il valore socioculturale delle iniziative sportive in quanto non hanno mai compreso il rapporto di queste organizzazioni con il territorio e con le lotte dei lavoratori per i diritti sociali. Al tempo stesso, la fondazione di organizzazioni sportive anche nel resto d'Europa indicava un tentativo da parte della classe proletaria di creare un movimento sportivo autonomo alternativo a quello della classe borghese e ottenere anche un certo riscatto sociale.⁶⁶

Raimondo, nella sua analisi, fa notare come ci sia una certa corrispondenza culturale tra l'Italia fascista di Mussolini e l'Impero giapponese, entrambi che presentavano un carattere patriottico militarista che guardava con nostalgia a un passato glorioso.⁶⁷ Nel 1936, infatti, vi fu un effettivo contatto tra i due Paesi con l'invio in Giappone, su ordine di Giovanni Gentile⁶⁸ (1875-1944), di figure molto illustri a livello accademico, tra cui spiccano Giuseppe Tucci (1894-1984), il più importante tra gli orientalisti italiani, e Carlo Formichi (1871-1943), anche lui esperto orientalista e curatore di un volume sull'amicizia italo-giapponese del 1942. Insieme alla comune ideologia anticomunista, infatti, i due Paesi iniziarono a essere accomunati dalla convinzione di rappresentare una presunta civiltà superiore guidata da interessi imperialisti simili e, al tempo stesso, la dottrina fascista e l'etica del *bushidō* rappresentarono degli elementi aggiunti in entrambe le nazioni a cui ispirarsi e trarne beneficio. Tuttavia, è importante sottolineare che il concetto del *bushidō* era già noto in Italia almeno dal 1916 per merito di Bartolomeo Balbi⁶⁹ (1874-1961) e fu solo ripreso ed esaltato dal governo fascista guidato da Benito Mussolini (1883-1945) come un valore aggiunto di civiltà da cui prendere esempio.⁷⁰

⁶⁵ *Ibid.*, p. 16.

⁶⁶ Sergio RAIMONDO, "Martial arts and civil society in Italy during Sixties and Seventies", *Idō – Movement for Culture*, 8, 2008, pp. 1-2.

⁶⁷ *Ibid.*, p. 2; Sergio RAIMONDO, "Il bushido alleato. Il Giappone guerriero nell'Italia fascista (1940-1943)", *Giornale di storia*, 27, 2018, p. 1.

⁶⁸ Presidente dell'Istituto Italiano per il Medio e l'Estremo Oriente (IsMEO) da lui stesso fondato nel 1933 insieme a Giuseppe Tucci (1894-1984).

⁶⁹ Divulgatore della cultura giapponese, con particolare enfasi sulla traduzione di narrativa e lirica giapponese su temi bellici e tradizione marziale.

⁷⁰ RAIMONDO, "Il bushido alleato...", cit., pp. 2-6.

Ben presto, a partire dalla primavera del 1938, iniziò a essere diffuso a livello di massa l'ideale del *bushidō* in Italia tramite le arti marziali, legato a ideali prettamente fascisti ed evidenziando l'attitudine alla guerra della tradizione giapponese. Alcuni esempi sono una trasmissione nell'aprile dello stesso anno da parte del cinegiornale *Luce* di un'esibizione di *judō* e *kendō* presso l'ex Foro Mussolini (ora Foro Italico) organizzata dai ministri degli Affari Esteri italiano e giapponese per una visita culturale in Italia, e una trasmissione risalente ad agosto dove:

Dopo un paio di minuti di immagini esaltanti l'ordinata modernità di Tokyo e il folgorante sviluppo industriale operato nel paese in pochi decenni, le arti marziali giapponesi, sia tradizionali che moderne, diventano protagoniste assolute del racconto. Quando il commentatore afferma che «il popolo giapponese ha avuto sin dai tempi antichi una grande predilezione per gli sport», le immagini di un'acciaieria lasciano il quadro a una bandiera giapponese e a un potente tamburo che scandisce i tempi con cui si affrontano in una sorta di battaglia due gruppi di decine di ragazzi, protetti da casco e guanti e armati con la *bokken*, spada di legno pesante. Il commento vocale prosegue informando che «la lotta e la scherma nella forma tradizionale sono comunemente praticati da grandi e piccini» mentre le immagini mostrano prima le esibizioni di esperti *kendōka* e *judōka*, poi un nutrito gruppo di bambini e giovani ambosessi impegnati nel *judō*. Diversi minuti ancora sono dedicati a un incontro di *sumo* – tipo di lotta corpo a corpo, letteralmente: stratonarsi – quindi per pochi secondi scorrono immagini di sciatori che la voce fuori campo spiega con il forte impulso dato anche agli sport provenienti dall'Occidente. Ma le arti marziali continuano a tessere la narrazione principale, così il filmato mostra altri incontri di *kendō*, questa volta tra adulti protetti dalla consueta bardatura i quali si affrontano di fronte a un pubblico composto da molti militari in uniforme. La solita voce sottolinea che «anche nelle accademie militari gli esercizi del corpo sono particolarmente curati perché bisogna essere soldati nei muscoli e nel cuore». Ancora diversi minuti sono dedicati a una manifestazione pubblica con centinaia di atleti i quali si esercitano nel *kendō* che «rivela lo spirito militare giapponese». ⁷¹

Questo genere di propaganda fascista veicolata dalle arti marziali, che erano rappresentate come l'emblema della società giapponese dell'epoca, continuò anche negli anni successivi non solo attraverso materiali audio-visivi, ma anche attraverso la stampa e un esempio emblematico è il periodico mensile *Yamato*, che dal 1941 riportò diversi articoli in cui si fa uso delle arti marziali e del concetto di *bushidō* in chiave politica. ⁷²

⁷¹ *Ibid.*, pp. 7-8.

⁷² *Ibid.*, cit., p. 13, 19.

In riferimento a ciò, è degno di nota un primo articolo redatto da Soichi Nogami⁷³ (1910-2001) in cui le arti marziali e qualsiasi altra attività sportiva vengono dipinte come mezzi per la formazione del proprio ruolo sociale e che non solo si discostava dagli ideali espressi nel *judō* di Kanō Jigorō, ma anche dagli obiettivi di svago, socialità e benessere fisico e mentale che caratterizzava ormai da anni gli sport moderni:

[Il popolo giapponese], elastico nel corpo e nella mente, è sportivo da secoli, perché fu ed è guerriero, e praticava lo sport maneggiando le armi. Gli sport originari giapponesi erano e sono assalti che ricordano combattimenti. [...] Anche gli stessi sport praticati nel resto del mondo [...] hanno in Giappone un connotato importante che li rende diversi [...]. La più importante differenza è quella che riguarda [...] la partecipazione dello spirito. Secondo la concezione giapponese – ossia secondo l'essenza del *busidō* [sic!] o spirito del samurai – lo scopo dello sport non è lo sviluppo fisico dell'uomo, ma l'istruzione dell'animo mediante l'esercizio muscolare. Questo intendimento finale appare in modo più evidente negli sport tradizionali del *kendō*, ossia nella scherma di antico stile, e nel *zyūdō* [sic!], cioè la tipica lotta giapponese, il «*giūgitsu*» [sic!]. Per essere abili maestri, schermatori, ottimi lottatori, gli sportivi devono avere soprattutto un perfetto carattere morale, poi che la tecnica ha una importanza secondaria rispetto a quello. Insomma, lo sport giapponese [...] è una sana educazione dell'animo più ancora che del corpo: si può considerare anch'esso come facente parte di quel culto verso gli antenati che spinge tutti i Giapponesi a tenersi sempre pronti a combattere contro il nemico, per difendere l'Impero, sotto la guida dell'Imperatore, il discendente della ininterrotta dinastia che ha origine dalla prima Divinità Giapponese, la dea Amaterasu-ō-mikami.⁷⁴

Un altro articolo, scritto da Shimazu Hisamoto (1891-1946), sottolineava invece il ruolo di queste discipline nel contesto scolastico:

Nella scuola italiana di oggi, grande importanza è data all'educazione fisica, cui dal 5° anno in poi, si aggiunge l'istruzione militare: questa comprende, per i maschi, il *zyūdō* [sic!], ossia quel tipico sistema di lotta giapponese che è noto in Europa sotto il nome anglicizzato di *jūjitsu*, e il *kendō*, che è la scherma tradizionale dei tempi feudali, praticata ancora nell'antico stile. Per le femmine, invece, è materia di insegnamento l'arte di battersi con l'alabarda (*naginata*). Tale insegnamento ginnico e guerriero deve servire non soltanto all'addestramento fisico quanto allo sviluppo delle virtù morali e cavalleresche del *busidō* [sic!].⁷⁵

⁷³ Borsista, all'epoca, presso la Sapienza di Roma e fondatore nel 1951 dell'Istituto di Studi Italiani e della società Dante Alighieri di Kyoto.

⁷⁴ *Ibid.*, p. 19.

⁷⁵ *Ibid.*, pp. 20-21.

In questo modo, le arti marziali si rivelarono uno strumento politico molto utile nel sostenere la politica di alleanza delle due nazioni, almeno fino alla caduta del fascismo, che in Italia segnò la fine di questa propaganda politica i cui effetti, però, permearono nell'immaginario collettivo almeno fino agli anni Settanta.⁷⁶

Alcune discipline del *budō*, comunque, erano già presenti stabilmente in Italia, tra cui il *judō*, introdotto già negli anni Venti, il *karate* e l'*aikidō*, presenti rispettivamente dall'immediato dopoguerra e dal 1964. Tuttavia, tutte le arti marziali, a esclusione in parte del *judō* grazie alla partecipazione olimpica e i chiari intenti educativi, sono state viste in una luce negativa soprattutto all'inizio degli anni Settanta a causa di limiti culturali e questioni politiche che hanno portato a una serie di congetture, equivoci e scontri reali, causati anche dal retaggio fascista decaduto. Nel periodo compreso tra il 1969 e il 1974, infatti, vi furono diverse stragi e attentati terroristici a seguito dell'allarme creato nell'opinione pubblica che era propensa a ritenere queste discipline complici del tentato sovvertimento dell'ordine sociale operato da forze reazionarie radicate nell'ombra e in alcuni settori delle forze armate, ambienti dove il *judō* si era inizialmente sviluppato. In particolare, un tentativo di colpo di stato nel dicembre 1970 coinvolse anche l'*aikidō*, accusato ingiustamente in quanto il luogo dove sorgeva l'Aikikai, la principale organizzazione per la diffusione dell'*aikidō* in Italia, era anche un noto punto di ritrovo per alcuni tra i gruppi più pericolosi dell'estremismo neofascista del tempo e, nonostante la mancanza di coinvolgimento nel caso, la vicenda alimentò comunque la convinzione degli stretti rapporti tra estrema destra e arti marziali.⁷⁷

Insieme alle varie tensioni che hanno scosso l'Italia e le arti marziali stesse, attraverso l'organizzazione sportiva Uisp, vicina alla sinistra storica, è stato possibile dare un forte contributo nel far vivere concretamente lo sport su molteplici piani e nell'integrare anche le arti marziali. Nonostante l'esistenza di basi precoci, le arti marziali sono entrate ufficialmente nella Uisp solo nel 1972 grazie al contributo di due appassionati di Prato che riuscirono ad avviare un centro di *judō*, iniziativa indirizzata a realizzare un'attività gestita direttamente dalla Uisp con indirizzo non competitivo, prerogativa invece del Comitato olimpico nazionale italiano (Coni), e il cui successo portò alla progettazione di una strutturazione a livello nazionale. Al suo interno, a supervisionare la formazione vi era il maestro Koike Tadashi, cintura nera a quattordici anni e istruttore della polizia di Tokyo, che era stato inviato in Italia dalle autorità giapponesi per diffondere il *judō* già a partire dagli anni Cinquanta e che continuò a essere invitato dall'organizzazione per diversi anni dopo il suo rientro in Giappone.⁷⁸

⁷⁶ *Ibid.*, p. 23.

⁷⁷ RAIMONDO, "Martial arts and civil society...", cit., pp. 2-3.

⁷⁸ *Ibid.*, p. 4.

In aggiunta, l'iniziativa del *judō* a Prato portò il Comune, molti anni dopo, a concedere una struttura ad associazioni che operavano nel volontariato sociale e dove, ancora oggi, si insegna un'ampia gamma di discipline asiatiche, tra cui le arti marziali, collaborando anche con l'autorità sanitaria pubblica nell'assistere persone con disabilità e nella cura di varie patologie.

Nel 1973 a Prato si tenne la Lega nazionale di *judō* (Judō League⁷⁹) e altre discipline giapponesi (*aikidō*, *karate* e *kendō*), che a fine stagione sportiva contava 67 società operanti sul territorio nazionale e che enfatizzava il carattere formativo delle discipline, criticando al tempo stesso la scissione tra l'aspetto sportivo e quello culturale in ambito Coni. La Lega continuò a crescere, nonostante permanesse una certa atmosfera diffidente nei confronti di queste arti, raggiungendo negli anni Ottanta 15.000 iscritti e un maggior consolidamento organizzativo attraverso una lunga serie di provvedimenti (la redazione di un albo nazionale delle cinture nere, uniformità delle modalità di esame e dei corsi per docenti, partecipazione a concorsi e seminari internazionali, ecc.) e come nuovo obiettivo il miglioramento della preparazione tecnica.⁸⁰

Tutto il processo di sviluppo dell'organizzazione Uisp in Italia si può riassumere in un metodo

to produce proposals that go beyond its inside confinements, in a valid perspective for the whole activity of the Martial Arts in Italy, and therefore able to recompose and to understand the sense of the different experiences through which is filtered in West, and in our country particularly, this complex of oriental disciplines.⁸¹

Questa nuova percezione positiva delle arti marziali del *budō* è testimoniata anche dal summit G8 svoltosi a Genova nel luglio del 2001, dove il primo ministro italiano Silvio Berlusconi distribuì ai leader delle altre nazioni un libro intitolato "Judo: The History, Theory, and Practice". Il motivo di ciò era legato non solo agli insegnamenti di Kanō, ma anche agli altri concetti espressi nel libro, tra cui *seiryoku-zenyō* (sfruttare la propria energia con la massima efficienza) e *jita-kyōei* (beneficio comune e prosperità), da cui le nazioni avrebbero dovuto prendere esempio per dare vita a una società internazionale prospera.⁸²

La causa principale alla base di molte delle modifiche e adattamenti legati al *budō*, come per esempio i metodi di insegnamento, è situata nel principio stesso di esportazione e integrazione di cultura e tradizioni da un paese a un altro. Infatti, nel momento in cui vi è il trasferimento di un qualsiasi elemento culturale nel paese di destinazione, conseguentemente, vi sarà la necessità di modificare e

⁷⁹ In seguito, cambiò nome in Martial Arts League e ancora nel 1998 in Area Discipline Orientali

⁸⁰ *Ibid.*, p. 5.

⁸¹ *Ibid.*, p. 6.

⁸² YAMASHITA Yasuhiro, "The role of Judo in an Age of Internationalization", in Alexander Bennet (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, pp. 409-10.

adattare l'elemento acquisito per farlo aderire al meglio ai bisogni e alle caratteristiche delle persone del luogo.⁸³

In Giappone, nel contesto di apprendimento delle arti marziali, vi è infatti una visione monodimensionale del corpo e della mente, dove il corpo è al vertice e gli aspetti fisici e psico-spirituali sono uniti e appresi in contemporanea come espresso nei concetti “*shinshin ichinyo*” (corpo e mente uniti), “*ki-ken-tai-itchi*” (spirito, spada e corpo come uno) e “*shin-gi-tai*” (spirito, tecnica e corpo), in contrapposizione con la visione bidimensionale presente in Europa e America, dove è la mente ad avere il controllo del corpo e questi aspetti sono appresi separatamente e, seppur aumenti la competenza tecnica e la prestanza generale, incoraggia una disparità tra mente e corpo.⁸⁴

⁸³ ABE, “Cultural Friction...”, cit., p. 127.

⁸⁴ *Ibid.*, p. 132; INAGAKI Masahiro, “Supōtsu bunka ni miru (seiyō) to (tōyō)” (“L'Occidente e l'Oriente nella cultura sportiva”), *Budō-gaku kenkyū*, 32, 3, 2000, p. 3.

CAPITOLO 2:

Il *Judō*

2.1. Storia e caratteristiche del *judō*

Il *judō*, tra le arti marziali del *budō*, non solo è una delle discipline più conosciute e praticate a livello globale, grazie anche al suo status come disciplina olimpica, ma rappresenta anche la prima disciplina a essersi evoluta da antica arte marziale (*bujutsu*) a vera e propria via marziale (*budō*) nel 1882 a opera del maestro Kanō Jigorō (1860-1938).

Kanō nasce il 10 dicembre 1860 nell'attuale città di Kobe e, soprannominato *Nobu-no-suke* in onore di un piccolo ma valoroso samurai del passato, viene descritto come un ragazzo molto competitivo e di corporatura gracile, ma dotato di grande intelletto.⁸⁵ Si avvicinò inizialmente al *jūjutsu* dopo aver imparato che era possibile per i praticanti di costituzione più minuta come la sua sconfiggere avversari molto più imponenti, ma ben presto iniziarono a sorgere in lui molti dubbi e perplessità legati a questa pratica e iniziò a trovarsi in disaccordo con molti dei principi e metodi d'insegnamento. Perciò, decise di utilizzare la sua mente analitica per apprendere le tecniche e al tempo stesso trovare delle risposte alle perplessità che lo affliggevano e ciò culminò nella nascita di una nuova forma di cultura marziale di cui il *judō* ne è rappresentativo.⁸⁶

La leggenda dietro la creazione del *jūjutsu* narra che un medico di Nagasaki, Shirobei Akiyama, dopo essere tornato dalla Cina, dove aveva approfondito le sue conoscenze mediche e appreso il taoismo e le arti marziali cinesi, un giorno si trovasse in giardino durante una nevicata e che la visione dei rami di un salice piangente che si piegavano per far cadere la neve accumulata gli abbia fornito l'ispirazione per fondare la scuola *yoshin* (del "cuore di salice") e creare questa disciplina basata sulla cedevolezza. Il termine *judō*, infatti, si può tradurre come "via della cedevolezza", perché non ci sono impatti o traumi, ma attraverso determinate tecniche si arriva alle proiezioni, che significa proiettare l'avversario senza che questo si faccia male.⁸⁷

Kanō adottò e modificò molte delle tecniche e degli ideali delle scuole di *jūjutsu* tradizionali. In particolare, studiò le tradizioni di due scuole di *jūjutsu*: la Tenshin Shin'yo-ryū, da cui apprese per lo più tecniche di controllo (*katame-waza*) e di percussione (*atemi-waza*), e la Kitō-ryū, con

⁸⁵ Paola DUCCI, Gianluca FICANO, *Le arti marziali nel mondo militare*, Roma, Stato Maggiore della Difesa - Ufficio Storico, 2020, p. 92.

⁸⁶ MURATA Naoki, "From 'Jutsu' to 'Dō'", in Alexander Bennet (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, p. 141.

⁸⁷ Intervista fatta al maestro Giorgio Crema il giorno 12/10/2023; Livio TOSCHI, *Breve storia del Judo*, Roma, Polo Culturale FIJKAM, 2023 (1 ed. 2012), p. 4.

l'apprendimento di tecniche di proiezione (*nage-waza*) e di combattimento con l'armatura (*yoroi-gumi-uchi*), che unì per creare la sua disciplina nel 1882, anno di fondazione della sua scuola, la Nihon-den Kōdōkan Judō.⁸⁸ Sebbene queste due scuole risultino essere le più importanti nella formazione del *judō*, Kanō ebbe modo di visitare anche molti altri *dōjō* e raccogliere così informazioni anche sugli ideali e sulle tecniche delle altre scuole che, nonostante risultassero spesso inconsistenti rispetto ai principi più universali che ricercava Kanō, contribuirono alla formazione del *judō*.⁸⁹ Un esempio di esercizio preso in prestito dal *jūjutsu* è il *randori*⁹⁰, che nel *jūjutsu* veniva praticato senza prima aver appreso le prese, provocando di conseguenza spesso incidenti, e che Kanō migliorò, insistendo prima di tutto sull'apprendimento delle prese così da avere sempre il controllo ed evitare incidenti.⁹¹

La disciplina da lui creata, sebbene derivasse dal *jūjutsu*, secondo lui non ne rispecchiava le tecniche rischiose e i principi morali sostenuti e per questo optò per un cambio di nome in cui mantenne il prefisso “*jū*” e sostituì il suffisso con “*dō*”, a sottolineare l'enfasi sull'aspetto anche educativo e la nascita di una pratica nuova, il *judō*, che poneva rispetto alla tradizione. Al contrario del *judō*, infatti, diverse tecniche del *jūjutsu* risultavano essere molto rischiose, se non addirittura letali, ma, nonostante ciò, Kanō riconobbe le potenzialità e i pregi del *jūjutsu* sia dal punto di vista del combattimento e miglioramento della prestanza fisica, ma anche dal punto di vista dello sviluppo educativo e morale.⁹²

Nel 1895 formulò la tabella *go-kyō* (cinque principi o cinque gruppi), il primo metodo uniforme di insegnamento per tutti i maestri di *judō* che permetteva loro di apprendere e insegnare le tecniche in ugual modo ovunque nel mondo, e la revisionò nel 1922 togliendo alcune tecniche che in vari anni di esperienza si era accorto essere pericolose, portando il numero di tecniche a un totale di 40. Un'ulteriore revisione venne poi fatta al centenario della fondazione del Kōdōkan, nel 1982, quando i grandi maestri della scuola decisero di arrivare a 68 tecniche di *nage-waza* (tecniche di proiezione) e, siccome prima le tecniche erano miste, inserirono il *nage-no-kata* (“forma delle proiezioni”), suddivisa in un gruppo con tecniche prevalenti l'uso delle braccia (*te-waza*), un gruppo con prevalente uso delle anche (*koshi-waza*), un gruppo come prevalente uso delle gambe (*ashi-waza*), un gruppo di tecniche di sacrificio sul dorso (*ma-sutemi-waza*) e un gruppo di tecniche di sacrificio sul fianco (*yoko-sutemi-waza*).⁹³

⁸⁸ Intervista fatta al maestro Paolino Tarocco il giorno 20/10/2023; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 6.

⁸⁹ MURATA, “From ‘Jutsu’ to ‘Dō’”, cit., p. 147.

⁹⁰ Significa “esercizio libero” e comprende le proiezioni e la lotta a terra, ma non le tecniche con le armi e per colpire l'avversario, riservate alla difesa personale e ai *Kata*. *Il JUDO è Randori e Kata*, “Judo Kodokan Empoli”, <https://judokdkempoli.xoom.it/nuovo/randori-e-kata.html>, ultimo accesso il 22/11/2023.

⁹¹ Intervista fatta al maestro Paolino Tarocco il giorno 20/10/2023.

⁹² MURATA, “From ‘Jutsu’ to ‘Dō’”, cit., pp. 145-46.

⁹³ Intervista fatta al maestro Paolino Tarocco il giorno 20/10/2023.

In seguito, Kanō iniziò anche a insegnare e formare i *Kata* (“forma”), già utilizzati nel *jūjutsu* come studio per applicare la tecnica, scontrandosi però idealmente con i grandi maestri di *jūjutsu* dell’epoca e portando a un lungo processo di aggiunta, eliminazione o mantenimento di queste tecniche, in accordo con gli altri maestri, che si è concluso nel 1906.⁹⁴

Tuttavia, dovette testare le sue tecniche di *judō* per capire se avessero un’effettiva efficacia e se fossero a livello di quelle apprese nelle scuole tradizionali di *jūjutsu*. Ben presto, il *judō* iniziò gradualmente a incorporare insieme alle tecniche anche principi sociali allo scopo di evidenziare il potenziale sociale del *judō*. Molte persone di alto rango, tra cui vari ufficiali e maestri, in Giappone e all’estero, iniziarono a visitare la sua scuola e aderire agli ideali di Kanō, garantendo al *judō* il favore di persone molto influenti anche negli anni successivi.⁹⁵

Se quindi il *jūjutsu* si concentra maggiormente sull’aspetto combattivo, il *judō* incarna dei principi che, secondo Kanō, trovavano applicazione anche nella vita di tutti i giorni ed era intenzionato a far conoscere questa disciplina a più persone possibili. Proprio in merito a ciò, lo stesso Kanō, in alcuni dei suoi scritti e qui tradotto in inglese da Murata Naoki, esprime chiaramente la sua visione:

The future of the world will see many different societies coming into contact. It is a natural progression for cultures to share with each other. When this happens, we will have opportunities to learn many things from other countries. But, if we have nothing to teach them in return, not only will Japan appear to be insignificant, we will not be able to stem the tide of ridicule. So, what is it that we have to share with the rest of the world? We have *judō*. There is nothing that compares with *judō*. Even as I speak it is becoming increasingly popular around the world. Japan has an obligation to share *judō* with other peoples of the globe. The Kōdōkan must prosper for years to come, and retain an awareness of this great responsibility to the country and its people.⁹⁶

Continua poi chiarendo maggiormente quale sia l’obiettivo finale del *judō*:

Individual ability, social harmony, rising national power, international accord and cooperation are the things that can be accomplished through tempering the mind and body by training in *judō*. Taking this into consideration, the role and responsibilities of *judō* for the sake of the future is immense. In days of old, mastery of techniques for combat was the main purpose of *jūjutsu*. Now, it can be utilized to maximize the strength of the individual, promote a peaceful and harmonious society, boost the power

⁹⁴ *Ibid.*

⁹⁵ MURATA, “From ‘Jutsu’ to ‘Dō’”, cit., pp. 141-42.

⁹⁶ *Ibid.*, p. 146.

and energy of the nation, and intensify international accord. This is a great undertaking, and something which we must all strive to achieve from now on.⁹⁷

A rendere il *judō* potenzialmente universalmente accettabile, a prescindere da età, genere o nazionalità sono gli ideali che esprime, in particolare i concetti di *seiryoku-zenyō* (massima efficacia nell'uso della forza) e *jita-kyōei* (noi e gli altri insieme per progredire).⁹⁸ Kanō credeva che attraverso il *judō* si potesse crescere sia a livello personale sia tra praticanti a livello sociale, perché attraverso le tecniche tutti possono esprimere la propria energia e le proprie intenzioni, ma senza ferire, diversamente dal *jūjutsu* che doveva essere prima di tutto efficace.⁹⁹ Secondo Kanō, l'energia fisica e mentale, che lui definisce con il termine *seiryoku*, è ciò che alimenta il corpo e le emozioni dell'individuo e l'uso corretto di questa energia può portare allo sviluppo dell'individuo e, in maniera più ampia, anche alla prosperità globale.¹⁰⁰

Un altro aspetto molto importante che contraddistingue il *judō* da molti altri sport è il fatto che non possa essere studiato e praticato in solitaria, ma in coppia, dove uno esegue (*tori*) e l'altro presta il corpo e cade (*uke*) per poi scambiarsi i ruoli.¹⁰¹ Inoltre, proprio perché la forza è relativa in quanto il principio fondamentale è sfruttare la forza dell'avversario a proprio vantaggio, il *judō* risulta quindi essere una disciplina ampiamente accessibile.¹⁰²

Fu solo nella primavera del 1915, dopo più di trent'anni dalla fondazione del Kōdōkan, che Kanō, sempre nei suoi scritti, riuscì a formulare una definizione per il *judō* che inglobava tutte le conoscenze da lui acquisite:

Judō is the way of the highest or most efficient use of both physical and mental energy. Through training in the attack and defence techniques of *judō*, the practitioner nurtures their physical and mental strength, and gradually embodies the essence of the Way of *judō*. Thus, the ultimate objective of *judō* discipline is to be utilized as a means to self-perfection, and thenceforth to make a positive contribution to society.¹⁰³

Kanō stesso si fece ambasciatore del *judō* all'estero, compiendo diversi viaggi già a partire dall'inizio del ventesimo secolo in Europa e in America per promuovere questa disciplina tramite la sua partecipazione a diversi incontri, mostre, interviste e cerimonie di apertura di molti *dōjō*, inizialmente

⁹⁷ *Ibid.*, pp. 146-47.

⁹⁸ *Ibid.*, p. 142.

⁹⁹ Intervista fatta al maestro Marco Bertolotto il giorno 20/10/2023

¹⁰⁰ MURATA, "From 'Jutsu' to 'Dō'", cit., p. 148.

¹⁰¹ Intervista fatta al maestro Paolino Tarocco il giorno 20/10/2023.

¹⁰² Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/11/2023.

¹⁰³ MURATA, "From 'Jutsu' to 'Dō'", cit., p. 148.

presso le comunità di immigrati giapponesi che praticavano il *jūjutsu* per mantenere un legame con la madrepatria. Tuttavia, in questo periodo, il *jūjutsu* e il *judō* risultavano ancora molto intrecciati tra loro all'estero in quanto Kanō decise di sfruttare la concezione della lotta giapponese in questi Paesi per creare un nuovo sistema, rappresentato dal *judō*, così da far evolvere, invece di cambiare, la percezione del pubblico in generale. In questo modo, negli anni Trenta si riuscì a ottenere un passaggio dal *jūjutsu* al *judō*, simile a quello ottenuto in Giappone alla fine del diciannovesimo, anche in Europa e, più nello specifico, negli Stati Uniti.¹⁰⁴ Inoltre, a partire dagli anni Quaranta, in Europa si diffuse una variante europea chiamata “Metodo Kawaishi¹⁰⁵”, che introduceva il sistema delle cinture colorate in vigore ancora oggi.¹⁰⁶

Un importante sviluppo del *judō* a seguito della sua diffusione si riscontra alla fine degli anni Quaranta e riguarda l'affermazione del *judō* femminile e la possibilità per le donne di ottenere la cintura nera. Le arti marziali, infatti, erano state da sempre un privilegio prettamente maschile, considerato anche il retaggio della cultura dei samurai, e le donne, dall'inizio del ventesimo secolo fino agli anni Sessanta, avevano sempre ricoperto un ruolo minore all'interno di queste arti. I motivi principali riguardavano per lo più la differenza nella costituzione fisica e il fatto che le donne erano considerate inadatte al combattimento e portate a procreare. Perciò, in seguito alla smentita del mito della saggezza e della virilità giapponese acquisita attraverso le arti marziali, le donne videro nella pratica del *judō* un'occasione per raggiungere la parità e le campionesse rivendicarono l'uguaglianza come un diritto.¹⁰⁷

Fino agli anni Sessanta, tuttavia, come dimostrato dalla medaglia che è stata tolta alla campionessa Rusty Kanokogi ai campionati YMCA dello Stato di New York del 1961 e sebbene la stessa Fukuda Keiko¹⁰⁸ avesse dichiarato le similitudini della pratica del *judō* di uomini e donne per quanto riguarda il *randori* e il *kata*, in cui le differenze fisiche ed emotive tra i due sessi erano tenute in considerazione, i pregiudizi di una disciplina dominata da uomini erano ancora predominanti. Con l'insorgere di dibattiti a favore dei diritti delle donne negli anni Settanta, con la quantità di medaglie femminili vinte agli eventi internazionali e i vari cambiamenti economici e sociali, questa mentalità maschilista iniziò gradualmente a crollare e scomparve del tutto a seguito del primo Campionato Mondiale a New York del 1980 e il Campionato di Parigi del 1982. Infine, dopo la competizione a Seoul del 1988, il *judō*

¹⁰⁴ Michel BROUSSE, “The Globalization of Judo”, *Research journal of Budo*, 40, 3, 2008, p. 38.

¹⁰⁵ Trattasi di un sistema sviluppato dal professor Kawaishi, con l'assistenza di un ingegnere, Moshe Feldenkrais, che attinge al sistema delle cinture colorate sviluppato in Inghilterra a metà degli anni Venti e che consiste nell'indossare in successione una cintura bianca, gialla, arancione, verde, blu, marrone e infine nera, dopo il superamento di un esame, in base al livello del *judōka*. *History and Culture*, “International Judo Federation”, <https://www.ijf.org/history>, ultimo accesso il 26/11/2023.

¹⁰⁶ *History and Culture*, “International Judo Federation”, <https://www.ijf.org/history>, ultimo accesso il 26/11/2023.

¹⁰⁷ BROUSSE, “The Globalization of Judo...”, cit., p. 43.

¹⁰⁸ Famosa *judōka* giapponese e l'unica donna ad avere raggiunto il decimo *dan* nel *judō*.

femminile venne introdotto ufficialmente alle Olimpiadi di Barcellona del 1992 e permane tutt'oggi.¹⁰⁹

Sebbene Kanō riponesse molte speranze nella divulgazione del *judō* anche al di fuori del Giappone, al tempo stesso era preoccupato per la rapida espansione del solo aspetto competitivo e provava sentimenti contrastati nei confronti delle gare organizzate e dell'inclusione nel contesto olimpico, come da lui espresso in una lettera del 1936 indirizzata a Koizumi Gunji¹¹⁰:

My view on the matter, at present, is rather passive. If it be the desire of other member countries, I have no objection. But I do not feel inclined to take any initiative. For one thing, *judō* in reality is not a mere sport or game. I regard it as a principle of life, art and science. In fact, it is a means for personal cultural attainment [...] The Olympic Games are so strongly flavored with nationalism that it is possible to be influenced by it and to develop Contest Judo as a retrograde form as *jūjitsu* was before the Kōdōkan was founded. *Judō* should be as free as art and science from external influences—political, national, racial, financial or any other organized interest. And all things connected with it should be directed to its ultimate object, the benefit of humanity [...] Another point is the meaning of professionalism. With *judō*, we have no professionals in the same sense as other sports. No one is allowed to take part in public entertainment for personal gain. Teachers, certainly receive remuneration for their services but that it is in no way degrading [...] *Judō* itself is held by us all in a position at the high altar. To reconcile this point of view with the Western idea is difficult. Success, or the satisfactory result of joining the Olympic Games, would much depend on the degree of the understanding of *judō* by other participating nations.¹¹¹

Il problema, secondo Kanō, era che i primi artisti marziali si erano concentrati troppo sulle sole abilità pratiche e tecniche, ignorando gli aspetti spirituali e morali che Kanō aveva inserito e che enfatizzava nell'allenamento. Sebbene l'introduzione di questi elementi fosse in parte una strategia di marketing per distinguere il *judō* dalle pratiche del passato, lo scopo era rendere il *judō* uno sport moderno che riflettesse le norme europee e americane, includendo il pensiero di filosofi come Herbert Spencer (1820-1903) e riuscendo a bilanciare elementi più patriottici come arte marziale giapponese ed elementi più universali come sport moderno, soprattutto all'estero dove questi elementi rispecchiavano le idee sull'educazione fisica delle società vigenti. La globalizzazione del *judō* e l'iniziale ammissione del *judō* alle Olimpiadi del 1940 fu possibile grazie anche alla posizione di Kanō come rappresentante del Giappone all'interno del Comitato Olimpico Internazionale dal 1912

¹⁰⁹ *Ibid.*, pp. 43-44.

¹¹⁰ Conosciuto come il “Padre del *judō* britannico”

¹¹¹ *Ibid.*, pp. 39-40.

in poi, ma Kanō non vide mai la cancellazione del *judō* dal programma olimpico a causa della sua morte per broncopolmonite durante un viaggio per una riunione del comitato.¹¹²

Dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale, la pratica del *judō* venne proibita e molti leader del *judō* a livello internazionale come Edgar Schaefer, dalla Germania Ovest, e Aldo Torti, dall'Italia e primo presidente della International Judo Federation (IJF)¹¹³, videro nell'inclusione olimpica il futuro della disciplina. A questo scopo, André J. Ertel, appena eletto a capo della European Judo Union (EJU)¹¹⁴, propose di adottare il sistema delle classi di peso, senza il quale si riteneva che il *judō* non avesse possibilità di essere incluso come disciplina olimpica, e la decisione di includere la disciplina fu presa durante il Comitato Olimpico Internazionale che si tenne a Roma il 22 agosto 1960 e che vide il riconoscimento della IJF come Federazione Olimpica Internazionale e l'inclusione del *judō* ai Giochi Olimpici di Tokyo del 1964 con 32 voti favorevoli e solo 2 contrari.¹¹⁵

Le Olimpiadi del 1964 segnarono effettivamente un nuovo inizio per il *judō*, che acquisì una nuova identità nel mondo degli sport moderni, dimostrando una dimensione internazionale grazie all'assegnazione della vittoria, e quindi del titolo più prestigioso, a un atleta non giapponese, l'olandese Anton Geesink.¹¹⁶ Inoltre, la vittoria di uno straniero nell'unica competizione giapponese alle Olimpiadi e la successiva vittoria della medaglia d'oro della squadra giapponese di pallavolo femminile contro l'Unione Sovietica rappresentarono una sfida alla mascolinità giapponese tradizionale e un passo importante verso la parità dei sessi in Giappone.¹¹⁷

Il successo alle Olimpiadi di Tokyo portò conseguentemente a una maggiore diffusione internazionale ed è proprio all'estero che il *judō* ha dovuto subire in parte un processo di adattamento prima di essere accettato. Inoltre, la sua trasformazione in uno sport competitivo ha portato il *judō* ad attraversare un "processo di civilizzazione", come definito da Norbert Elias, che ne ha ridotto l'efficacia in combattimento. Molte delle tecniche con lo scopo di ferire, colpire o uccidere gli avversari sono state modificate o eliminate per scopi educativi, mentre d'altra parte vi sono state delle aggiunte importate dal wrestling popolare che in parte arricchiscono l'arte giapponese e in parte, invece, ne contraddicono i principi e i metodi.¹¹⁸

¹¹² Oleg BENESCH, "Olympic samurai: Japanese martial arts between sports and self-cultivation", *Sport in History*, 40, 3, 2020, pp. 13-14.

¹¹³ Federazione che gestisce e regola il *judō* a livello internazionale e fondata a Londra l'11 luglio 1951. *History and Culture*, "International Judo Federation", <https://www.ijf.org/history>, ultimo accesso il 28/11/2023

¹¹⁴ Organizzazione apolitica e senza scopo di lucro, fondata a Londra il 28 luglio 1948 e rappresenta una delle cinque unioni continentali all'interno della International Judo Federation (IJF). *History of EJU*, "European Judo Union", <https://www.eju.net/eju/>, ultimo accesso il 26/11/2023.

¹¹⁵ BROUSSE, "The Globalization of Judo...", cit., p. 40.

¹¹⁶ *Ibid.*, pp. 40-41.

¹¹⁷ BENESCH, "Olympic samurai...", cit., pp. 5-6.

¹¹⁸ BROUSSE, "The Globalization of Judo...", cit., pp. 41-42.

Vi sono molti praticanti del *judō* che esprimono il desiderio di un ritorno agli obiettivi e standard originali del *judō*, lontani dalla pratica agonistica che ha ottenuto un certo tenore; tuttavia, nella realtà dei fatti, solo una piccola percentuale dei praticanti è coinvolta nelle gare agonistiche di questa disciplina e la maggioranza continua a praticare e a guardare con ammirazione il Kōdōkan Judō, che costituisce il nucleo stesso dello spirito e della cultura del *judō* con la sua tecnica, la sua filosofia e i suoi principi.¹¹⁹

All'inizio del ventunesimo secolo si possono contare 200 Paesi raggiunti da questa disciplina, tra cui l'Italia, che vanta una lunga storia e che verrà approfondita nel paragrafo successivo.¹²⁰

2.2. Il *Judō* in Italia: storia e diffusione

La conoscenza del *jūjutsu* da parte degli italiani avvenne inizialmente grazie ai contatti tra i marinai italiani e quelli nipponici, già consolidati nel 1900 a seguito della rivolta dei Boxer quando l'Italia aveva ottenuto una concessione a Tientsin e conseguentemente espanso i propri interessi in Asia estremo-orientale, che permisero la diffusione del *judō* tra i soldati italiani la cui ammirazione nei confronti del popolo nipponico, a seguito della vittoria giapponese sulla Russia (1904-05), crebbe.¹²¹ Poiché vi era un forte interesse da parte dei militari italiani nel conoscere le arti marziali, nello specifico il *jūjutsu* di cui vedevano l'applicazione e l'efficacia in battaglia, e al contempo vi era l'interesse da parte dei giapponesi nell'approfondire le civiltà europee e americane, in molte città europee non mancarono le esibizioni da parte di esperti di *jūjutsu* e allievi di Kanō Jigorō nel periodo compreso tra il 1890 e il 1920.¹²²

Nello specifico, in Italia, dove al tempo era molto praticata e diffusa la lotta greco-romana, venne disputato il Trofeo Florio di lotta tra il dicembre 1905 e il marzo 1906, diviso in tre prove svoltesi a Palermo, Napoli e Roma, e solo il mese seguente tre maestri giapponesi si esibirono presso il Club Atletico Romano, uno dei quali rimase per un periodo a impartire lezioni ai soci del club.¹²³

La prima esperienza italiana diretta con il *jūdō*, in realtà, non si rivelò molto positiva in quanto, dopo aver ottenuto il permesso da parte del Ministro della Marina Carlo Mirabello di organizzare un corso sperimentale sulla nave Marco Polo, ancorata in Cina, il comando della nave e il compito di trovare un istruttore venne affidato al capitano di vascello Carlo Maria Novellis grazie al quale i marinai italiani stipularono un contratto di quattro mesi il 26 luglio 1906 con un maestro giapponese di

¹¹⁹ *Ibid.*, p. 42.

¹²⁰ *Ibid.*, p. 44.

¹²¹ TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 12.

¹²² Alessandra PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō* nelle forze armate italiane", *Il Giappone*, 41, Napoli, 2001, pp. 97-98.

¹²³ *Ibid.*, p. 98.

Shangai, che godeva della fiducia del consolato giapponese, per apprendere la disciplina a bordo della loro nave e firmando così l'atto di nascita della lotta giapponese in Italia. Tuttavia, al termine dell'allenamento non riuscirono a superare gli esami previsti dalla disciplina e la colpa fu imputata, dal Kōdōkan stesso, al maestro che "Pur essendo abbastanza abile, non poteva insegnare ai suoi allievi più di quanto sapesse"¹²⁴.

Nello stesso periodo, membri degli equipaggi italiani di altre navi, come la Vesuvio, iniziarono a prendere lezioni di *jūjutsu* non solo a bordo delle navi, ma anche presso i *dōjō* nei porti dove queste attraccavano, portando così i giapponesi a diffondere le tecniche anche tra i soldati italiani e incrementando l'ammirazione italiana nei confronti dei combattenti giapponesi. Proprio la nave Vesuvio giunse a Shangai il 31 dicembre 1906 e Novellis, che nel frattempo aveva proposto di richiedere l'invio di un insegnante direttamente dal Kōdōkan senza successo, cedette il posto al capitano Eugenio Bollati di Saint Pierre, che fece imbarcare dal Marco Polo due marinai ormai piuttosto abili nella disciplina, uno dei quali, il timoniere Luigi Moscardelli, ottenne l'abilitazione come insegnante nell'aprile 1907 e iniziò a insegnare a bordo della nave Vesuvio, dove a settembre si tennero le gare semestrali per mantenere allenato l'equipaggio come imposto dal Ministro della Marina e il cui vincitore fu il sottocapo cannoniere Raffaele Piazzola.¹²⁵

Il 30 maggio 1908, Luigi Moscardelli e Raffaele Piazzola furono richiamati in patria per dare dimostrazione della teoria e della pratica della lotta giapponese nei pressi di villa Corsini per eventi organizzati dalla Società Nazionale per il Movimento dei Forestieri e dall'Istituto Nazionale per l'Incremento dell'Educazione Fisica e, pochi giorni dopo, l'esibizione fu ripetuta nei giardini del Quirinale per volere di Vittorio Emanuele III. L'anno seguente, nel giugno 1909, ci fu un'altra esibizione all'Arena Nazionale di Roma, i cui protagonisti, stavolta, erano il capo timoniere Giuseppe Guzzardi e il capo cannoniere Romolo Scarinei, ma ebbe meno risonanza rispetto alla precedente.¹²⁶ Qualche anno più tardi, tra il 16 gennaio e il 15 febbraio 1911, al teatro Eden di Milano il giapponese Ono Akitarō sfidò molti avversari in vari combattimenti di *jūjutsu* e tra tutti spiccò Umberto Cristini, specialista della difesa personale giapponese, ed entrambi furono invitati nuovamente ad esibirsi solo pochi giorni dopo. Il 1° marzo 1911, sempre a Milano, si tenne un torneo che prende il nome di *gominuki*¹²⁷ in cui si sfidarono dieci italiani contro alcuni giapponesi in incontri di *sumo* e *jūjutsu*,

¹²⁴ Bruno CARMENI, *Vento dell'Est. La diffusione del Judo nel mondo*, [S.l.: s.n.], 2018, pp. 93-94; PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., pp. 98-99; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., pp. 12-13; DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., p. 102.

¹²⁵ PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., pp. 98-99; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 13; DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., p. 102.

¹²⁶ PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., pp. 99-100; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., pp. 13-14; DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., pp. 102-103.

¹²⁷ Gara di lotta giapponese che consiste in cinque incontri consecutivi. *Gominuki*, "Dizionario italiano", <https://www.dizionario-italiano.it/dizionario-italiano.php?lemma=GOMINUKI100>, ultimo accesso il 05/12/2023.

competizione che si è poi ripetuta dall'11 al 20 marzo al teatro Apollo di Roma con 24 atleti giapponesi a sfidare gli italiani.¹²⁸ Cristini sfidò anche altri lottatori professionisti come Ambrogio Andreoli e Giovanni Raicevich in quanto voleva dimostrare la superiorità della disciplina nipponica sulla lotta greco-romana, incontrando molte difficoltà viste le solide tradizioni e i grandi campioni che quest'ultima vantava nel nostro Paese.¹²⁹

Oltre a queste dimostrazioni pratiche, nel 1911 vi fu la pubblicazione in Italia del primo libro sul *jūjutsu*: “*Pugilato e lotta libera per la difesa personale*” del giornalista Alberto Cougnet ed edito da Ulrico Hoepli, che però si limitava per lo più a citare l'opera di Armand Cherpillod “*Manuale di Jiu-Jitsu*” del 1906, e l'anno seguente decise di includere la disciplina nel suo nuovo libro “*Le lotte libere moderne*”, sempre edito da Hoepli e dove ne parlava in maniera più ampia.¹³⁰ Con l'aumentato interesse nei confronti della cultura giapponese, che includeva la figura dei samurai e il loro codice d'onore, nel 1917 viene tradotto per la prima volta in Italia l'opera di Inazo Nitobe “*Bushidō – L'anima del Giappone*” (1899), in cui l'autore offre una descrizione approfondita del concetto di *bushidō*.¹³¹

Un evento degno di nota e che ha luogo nella regione del Veneto, regione su cui verte principalmente l'analisi dell'elaborato, riguarda il Battaglione San Marco, costituito durante la Prima Guerra Mondiale (1915-18) e composto da marinai esperti nel *jūjutsu* che non solo furono impiegati in servizi speciali su suolo veneto, ma, secondo quanto raccontato dal Comandante Vittorino Tur nel 1928, furono anche impiegati per l'addestramento speciale dei “Caimani del Piave¹³²”.¹³³ Quest'ultimi, inizialmente noti come gli Arditi, insieme al loro comandante Remo Pontecorvo, risultarono essere i primi al tempo a utilizzare le arti marziali importate dal Giappone nelle loro incursioni e restarono operativi fino alla fine della guerra.¹³⁴ Inoltre, nel 1918 gli Arditi bersaglieri addestrarono il contingente americano presente in Italia e guadagnandosi così una certa fama anche all'estero, come testimoniato da un articolo pubblicato nel quotidiano statunitense *Herald Journal* del 17 settembre 1918:

¹²⁸ CARMENI, *Vento dell'Est...*, cit., p. 94; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 14.

¹²⁹ TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 14.

¹³⁰ *Ibid.*, p. 14; DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., p. 105.

¹³¹ DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., p. 100.

¹³² Gruppo di soldati della Fanteria Marina Italiana composto da volontari che si occupavano di incursioni e ricognizioni notturne. L'appellativo deriva dalla particolare tattica di combattimento da loro utilizzata, ovvero quella di attraversare il fiume con il favore delle tenebre ed esponendo solo la testa, in maniera molto simile ai coccodrilli. *I Caimani del Piave*, “Associazione Battaglia del Solstizio”, <https://www.battagliadelsolstizio.it/2021/07/18/i-caimani-del-piave/>, ultimo accesso il 29/11/2023.

¹³³ PELUSO, “L'Introduzione del *jūdō*...”, cit., p. 100.

¹³⁴ DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., pp. 87-90.

L'Italia [...] ha un corpo che è stato originato solo per le imprese più temerarie, per le operazioni di dieci-a-uno-morte sicura; un gruppo di uomini che proprio a causa delle loro speciali missioni piuttosto romantiche, è soggetto solo ai loro comandanti di battaglione e ai loro ufficiali. Questo corpo è chiamato gli "Arditi". L'Ardito, durante la sua formazione, riceve uno degli addestramenti più severi che siano mai stati conosciuti. In realtà, egli è l'unico soldato che si allena in condizioni di battaglia reali, come, per esempio, l'assalto a una trincea nemica, ma con un vero e proprio fuoco di sbarramento a solo un centinaio di metri di distanza da loro, e con esplosioni di vere granate, ecc. Anche se non frequentemente, è accaduto che degli Arditi siano rimasti feriti nel corso dell'istruzione ordinaria. Molti degli ufficiali italiani concordano sul fatto che, con tutto il dovuto onore e rispetto al resto dell'esercito italiano e a tutti gli eserciti alleati, non c'è un corpo di uomini che può essere confrontato con gli Arditi per quanto riguarda primati di brillante talento e audacia.¹³⁵

Nonostante l'iniziale successo riscontrato, fino al primo dopoguerra, il *judō* non fu molto discusso in Italia e per molti anni calò il silenzio a causa dello scoppio del conflitto, della morte di Cristini e anche del distacco totale da questa disciplina mostrato dalla Federazione Atletica Italiana, che includeva la lotta greco-romana, il pugilato e il sollevamento pesi e non era interessata a lotta libera e *jūjutsu/judō*.¹³⁶ Con la fine della guerra ci fu un riavvicinamento tra Italia e Giappone e l'interesse per il *jūjutsu* si riaccese, grazie anche all'istituzione della Scuola Centrale Militare di Educazione Fisica per l'Esercito alla Farnesina di Roma nel 1921. Fu il colonello Giulio Cravero a inserire il *jūjutsu* tra gli sport di combattimento e il Ministro della Marina scelse come insegnante il sottoufficiale Carlo Oletti, che mantenne la carica fino al dicembre 1930.¹³⁷

L'arrivo di Carlo Oletti segnò una vera e propria svolta per il *judō* nel nostro Paese che prese a diffondersi rapidamente e portò i delegati di 28 gruppi sportivi a riunirsi nella palestra Cristoforo Colombo a Roma, sede della società sportiva italiana più forte nel *jūjutsu* e presso cui Oletti insegnava dal gennaio 1923, per fondare la Federazione Jūjitsuista Italiana (FJJI), presieduta da Antonello Caprino, il 30 marzo 1924 e che riconosceva il metodo Kanō quale metodo ufficiale di *jūjutsu*. Quello stesso anno, il 20 e 21 giugno, si disputò il primo campionato italiano vinto da Pierino Zarella, specialista nella lotta greco-romana, e dalla Legione Allievi Carabinieri di Roma per il titolo a squadre; entrambi riconquistarono il titolo nel 1925.¹³⁸

Tuttavia, la mediocrità dell'iniziale maestro giapponese di Shangai e i pochi mesi di esperienza maturati portarono a confondere il *judō* del Kōdōkan con il *jūjutsu*, praticando la disciplina mediante

¹³⁵ *Ibid.*, p. 92.

¹³⁶ PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., p. 100; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 15.

¹³⁷ PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., pp. 100-101.

¹³⁸ *Ibid.*, p. 101; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., pp. 15-16; DUCCHI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., pp. 108-110.

l'uso della forza e non della cedevolezza (*jū*), ignorando la ricerca della "via" (*dō*) e di conseguenza anche tutti gli altri principi filosofici. Questa confusione rimase per molto tempo e a provare ciò è il fatto che in Italia il termine "*judō*" venne tradotto "rompi muscoli" almeno fino al 1926.¹³⁹

In Italia, inoltre, il *jūjutsu* si era diffuso principalmente tra le forze militari e non aveva ancora raggiunto il grande pubblico, considerando che i campionati italiani erano stati interrotti dopo la terza edizione del 1926 e che la trasformazione della FJJP in Federazione Italiana Lotta Giapponese (FILG) sotto la guida di Giacinto Puglisi non aveva portato a ulteriori sviluppi della disciplina in Italia.¹⁴⁰ La svolta decisiva avvenne il 7 luglio 1928 quando il quotidiano "*L'Impero*", insieme a "*A.S. Trastevere*", organizzò una grande manifestazione propagandistica nella Sala della Corporazione della Stampa a Trastevere, il cui successo fu attribuito a due presenze non previste: l'esperto *judoka* Mori Matakatsu, il quale si trovava a Roma, dove si trattenne per qualche tempo per insegnare prima alla società Cristoforo Colombo e poi alla Società Ginnica Roma (insieme al maestro Tommaso Betti Berutto) e che può essere considerato come il primo insegnante del *judō* italiano, e il fondatore della disciplina Kanō Jigorō, che si presentò dopo essere venuto a conoscenza dell'evento mentre si trovava a Parigi.¹⁴¹ Per l'occasione, Kanō rilasciò a "*L'Impero*" un'intervista in cui, tra le altre cose, afferma:

Il *Judō* è l'arte di utilizzare col massimo rendimento la forza umana: utilizzare la forza umana vuol dire farle assumere diverse forme e farle raggiungere diversi risultati. Combattere per la gioia di vincere, cercare la robustezza del proprio fisico, coltivare la forza senza perdere nulla in scienza e in intelligenza, migliorare l'uomo rispetto alla vita sociale: ecco i fini che deve avere uno sport che vuole rendersi utile nella vita di una razza e di una nazione, questo è ciò che si propone il *Judō*, il quale non ha solo lo scopo di educare il corpo, ma vuole anche plasmare moralmente e intellettualmente l'individuo per formarne un ottimo cittadino [...]. Per questo il *Judō* in Giappone non viene considerato come un'arte, ma come una cultura, che oltre ad offrire un'utilità immediata con la difesa personale per la vita, rinvigorisce i sentimenti migliori dello sportivo e dell'uomo.¹⁴²

Poco tempo dopo questo evento si tennero gli esami per l'ottenimento delle qualifiche come maestro e nel giugno 1929 si tenne il quarto campionato italiano. Tuttavia, il nuovo entusiasmo scaturito nei confronti del *jūjutsu* si raffreddò quando Oletti si trasferì a La Spezia nel 1930 e la FILG si sciolse nel febbraio 1931 e la sua attività assorbita dalla Federazione Atletica Italiana (FAI), fondata dal marchese Luigi Monticelli Obizzi nel 1902.¹⁴³

¹³⁹ PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., p. 99; CARMENI, *Vento dell'Est...*, cit., p. 94.

¹⁴⁰ PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., p. 101.

¹⁴¹ *Ibid.*, pp. 101-102; CARMENI, *Vento dell'Est...*, cit., p. 94; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 16.

¹⁴² TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 16.

¹⁴³ *Ibid.*, p. 17; CARMENI, *Vento dell'Est...*, cit., p. 95; PELUSO, "L'Introduzione del *jūdō*...", cit., p. 102; DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., pp. 110-111.

Si susseguirono molti anni in cui non si sentì più parlare del *judō/jūjutsu* fino alla Seconda Guerra Mondiale, l'evento più tragico della storia moderna e che, paradossalmente, segna la nascita del “vero” *judō* in Italia, grazie all'intervento del maestro Francesco Cao, il quale, dopo aver avuto modo di studiare la disciplina in Giappone e ottenere la cintura nera, inaugurò il 14 giugno 1942 il primo corso di allenatori di lotta giapponese presso la Scuola di Polizia di Caserta dove presentava lo stile Kanō, descrivendo il saluto, le posizioni, gli spostamenti, gli squilibri, le cadute e le tecniche, suddivise in base allo schema usato tutt'oggi e usando il termine “*judō*” e non più “*jūjutsu*”. In seguito, a causa della caduta del regime fascista il 25 luglio 1943, il quinto campionato italiano previsto per il 3 ottobre dello stesso anno fu cancellato e non si sentì più discutere di *judō* fino alla fine del conflitto, dopo il quale inizia la sua ascesa come disciplina sportiva.¹⁴⁴

La ripresa dell'attività del *judō* nel Dopoguerra si ebbe prima nel 1947, con la nomina di una commissione tecnica presieduta dal segretario generale della Federazione Italiana Atletica Pesante (FIAP, FAI fino al 1933) Alfonso Castelli, e nel 1948 con lo svolgimento del primo campionato nazionale nel Dopoguerra a Lanciano l'1 e 2 maggio. Inoltre, durante il III Congresso della FIAP, tenutosi a Genova il 16 e 17 ottobre 1948, venne approvato il regolamento tecnico e lo statuto federale che comprendeva tra gli organi centrali il Gruppo Autonomo Lotta Giapponese (poi Gruppo Autonomo Judō dal 1951). Al II Congresso dell'European Judō Union (EJU, costituita in occasione delle Olimpiadi del 1948), non solo vennero nuovamente approvati lo statuto e il regolamento, ma la sede di questa federazione venne trasferita a Roma e venne eletto presidente Aldo Torti, rappresentando così la prima federazione internazionale dopo la guerra a essere presieduta da un italiano e con sede in Italia.¹⁴⁵

È proprio nel secondo Dopoguerra che entra in gioco una delle figure più importanti del *judō* italiano e che può considerarsi pioniere del *judō* nipponico in Italia, ovvero il maestro Otani Noritomo “Ken” (1920-2017). Maestro dell'atleta della Nazionale Italiana di *Judō* Bruno Carmeni¹⁴⁶, Otani giunse a Roma dove conobbe Maurizio Genolini (figura di spicco del *judō* a livello nazionale e internazionale e la cui figlia, Dolores Genolini, fu la prima donna a ricevere la cintura nera in Italia) che gli chiese di tenere delle lezioni nella sua palestra “CRAL Monopoli di Stato” e che successivamente lo propose come allenatore della Nazionale italiana. La particolarità del maestro Otani è che la sua tecnica risultava molto spettacolare perché non rientrava nei canoni degli altri *judoka* sparsi nel mondo e infatti era molto diversa anche da quella degli altri maestri giapponesi che ebbero modo di insegnare in Italia in seguito e ciò potrebbe essere dovuto al fatto che Otani non è mai stato un maestro del

¹⁴⁴ PELUSO, “L'Introduzione del *jūdō*...”, cit., pp. 102-103; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 20; DUCCI, FICANO, *Le arti marziali nel mondo...*, cit., p. 111.

¹⁴⁵ TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., pp. 21-22.

¹⁴⁶ Esponente di Tenrikyo, di cui parla nel suo centro di Conegliano.

Kōdōkan. Otani era, infatti, contro la politica sportiva della Federazione di *Judō* Giapponese la quale, come successo alla promozione quarto *dan* di Bruno Carmeni, non riconobbe mai agli allievi di Otani il grado da lui attribuito.¹⁴⁷

Nonostante i rapporti tesi con il Kōdōkan in Giappone, Otani ebbe modo di farsi conoscere in Europa, tenendo diverse lezioni e allenando molti futuri campioni nazionali, tra cui i fratelli Tullio e Bruno Carmeni, Giuseppe Calabrese, Silvano Addamiani, Augusto Cerrachini e Pio Gaddi. Inoltre, sempre grazie a Genolini, fu assunto come tecnico di *judō* al Centro Sportivo delle Guardie di Pubblica Sicurezza di Nettuno (vicino Anzio) e grazie a lui i membri, alcuni parte della Nazionale Italiana, vinsero molti campionati. Fu proprio questa sua vicinanza all'Italia che attirò l'interesse di altri maestri giapponesi che vennero nel nostro Paese e insegnarono in varie città, ad esempio Koike Takashi (Milano), Sugiyama (Torino), Kuroki (Udine), Sojiro Kikukawa di Hamamatsu (Roma) e Yano Noburo (Brescia).¹⁴⁸

Nel maggio 1963 si svolsero i Campionati Europei a Ginevra e alla fine delle gare due atleti per l'Italia salirono sul podio guadagnandosi la medaglia d'argento: Nicola Tempesta, il cui successo era stato previsto essendo stato già due volte campione europeo e detentore di molte medaglie (tra cui la prima medaglia d'oro italiana al campionato continentale di Rotterdam nel novembre 1957), e Bruno Carmeni, anche lui campione italiano pluripremiato ma il cui risultato segnò la prima vittoria nella categoria dei pesi leggeri per un italiano nel podio Continentale, il che lo fece entrare nella storia del *judō* nazionale e gli garantì un posto per le prime Olimpiadi del *judō* del 1964.¹⁴⁹

Tuttavia, alle Olimpiadi entrambi gli atleti italiani furono eliminati alle qualificazioni e ciò portò alle dimissioni di Giovanni Valente (a cui si doveva la ripresa del *judō* tra il 1941 e il 1943) dalla presidenza della FIAP, che passò a Carlo Zanelli e che nel 1974 cambiò nome in Federazione Italiana Lotta Pesi Judo (FILPJ). In aggiunta, nel 1971, Cerracchini, con l'appoggio di Zanelli e Genolini, fondò l'Accademia Nazionale Italiana del *Judō* con sede nella foresteria del Velodromo Olimpico all'EUR.¹⁵⁰

Nel panorama femminile, il primo campionato italiano femminile venne disputato a Milano il 23 ottobre 1966 e a dicembre debuttò la Nazionale femminile con la sconfitta della Cecoslovacchia. Nel 1988, il *judō* femminile fu introdotto come sport dimostrativo alle Olimpiadi e la campionessa europea di quell'anno, Alessandra Giungi, si aggiudicò la medaglia di bronzo nei 52 kg e, nel 1991, il titolo mondiale a Barcellona. Infine, a Pechino, nel 2008, è stata conquistata la prima medaglia d'oro nel *judō* femminile da Giulia Quintavalle nei 57 kg. Altre campionesse alle Olimpiadi del *judō*

¹⁴⁷ CARMENI, *Vento dell'Est...*, cit., pp. 95-98.

¹⁴⁸ *Ibid.*, pp. 98-100, 102.

¹⁴⁹ *Ibid.*, p. 106; TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., p. 23.

¹⁵⁰ TOSCHI, *Breve storia del Judo...*, cit., pp. 23-25.

furono Emanuela Pierantozzi (argento nel 1992), Ylenia Scapin (bronzo nel 1996), Lucia Morico (bronzo nel 2004) e Odette Giuffrida (argento nel 2016 e bronzo nel 2020)¹⁵¹

I successi alle Olimpiadi non sono stati segnati solo dalle donne, ma anche da molti uomini, tra cui Felice Mariani (prima medaglia olimpica nel *judō* dell'Italia nel 1976), Ezio Gamba (argento nel 1984), Girolamo Giovinazzo (argento nel 1996), Giuseppe Maddaloni (oro nel 2000) e Fabio Basile (oro nel 2016), segnando una tendenza per la Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali (FIJLKAM) che prosegue dal 1976: la conquista ai Giochi di almeno una medaglia nel *judō*.¹⁵²

2.3. Il *Judō* in Italia: interviste

Allo scopo di analizzare più nello specifico quella che è la percezione e il vissuto del *judō* in Italia, si è deciso di limitare la ricerca al solo territorio regionale del Veneto e di raccogliere i dati necessari attraverso delle interviste effettuate a sei maestri di *judō* sparsi per tutto il territorio Veneto e dislocati, più nello specifico, nelle città di Portoviro, Castelfranco Veneto, Padova, San Donà di Piave e Bovolone.

La maggior parte dei maestri intervistati avevano alle spalle molti anni di esperienza, che va dai 25 anni fino agli oltre 60 anni di pratica, e tutti loro hanno avuto un approccio iniziale molto simile che li ha spinti a continuare a praticare la disciplina. Un fattore comunemente riscontrato è un primo contatto casuale con la disciplina, come testimoniato dal maestro Silvio Cici, che è venuto a conoscenza del *judō* tramite un volantino ricevuto durante il periodo scolastico, e dal maestro Giorgio Crema:

Inizialmente facevo calcio, perché al tempo non c'era il *judō* e non si sapeva cos'era. Poi, ho visto uno dei ragazzi che sulla borsa aveva scritto "*judō kai*", gli ho chiesto cos'era e mi ha parlato di questo posto dove si faceva *judō*, quest'arte marziale giapponese. Io, curioso, ho detto: "se mi porti vengo a vedere". C'era tutto il piazzale qua [a Padova] pieno perché facevano la pubblicità e si trovavano tutti per informazioni. Non sono più uscito, ho lasciato il calcio, dopo mi son messo a suonare in un complesso la batteria in giro, ma le gare coincidevano con il calcio sabato e domenica e allora dovetti decidere e alla fine ho deciso per il *judō*. Adesso sono il più alto in grado, assieme al presidente in regione all'ottavo *dan*.¹⁵³

¹⁵¹ *Ibid.*, pp. 24-26.

¹⁵² *Ibid.*, pp. 25-26.

¹⁵³ Intervista fatta al maestro Giorgio Crema il giorno 12/10/2023.

Un approccio simile è stato riscontrato anche dal maestro Marco Bertolotto, introdotto nella disciplina dal maestro Sergio Bazzani e che ha poi continuato a praticare, mentre nel caso dei maestri Paolino Tarocco e Fabrizio Gazzignato, sebbene anch'essi introdotti alla disciplina da conoscenti, da parte loro vi era già una certa passione e fascino verso il mondo delle arti marziali, come affermato da quest'ultimo:

Io abitavo a Torino e sono venuto ad abitare qua [a Portoviro], dove c'era mio cugino. A parte che mi sono sempre piaciuti i film delle arti marziali. Però c'era ad esempio il karate, poi però sono venuto qui e mio cugino praticava *judō* e mi sono subito appassionato. Io avevo 13 anni, prima sono andato a vederlo e dopo ho cominciato a fare judo e da allora sono la bellezza di 50 anni.¹⁵⁴

Oltre a un'iniziale approccio abbastanza comune tra tutti i maestri, a presentare elementi comuni è anche come questi maestri vedono e si avvicinano a questa disciplina. Idea abbastanza comune è, infatti, il considerare il *judō* principalmente uno sport, ma che al tempo stesso contiene delle idee e regole che lo contraddistinguono dagli altri sport e ciò si può sintetizzare nelle parole del maestro Gazzignato:

Io sono contrario a dire "arti marziali"; il *judō* è uno sport, un metodo di vita. Il *judō* è un modo di fare sport in maniera diversa dagli sport, perché abbiamo delle regole ben precise da seguire, che poi alla fine sono regole di tutti i giorni come la pulizia, il rispetto, l'ordine (ecc.), che però nel *judō* vengono ampliate. Perciò noi riteniamo il *judō* uno sport, perché è uno sport olimpico, ci sono i vari campionati, ci sono le varie gare (ecc.), però soprattutto è un modello di vita.

I tecnici di *judō*, i maestri, gli istruttori e gli allenatori, tendono ad essere individuati come educatori. Sembra poco, però noi tendiamo a essere più che maestri, educatori e cerchiamo di dare ai nostri atleti oltre ai movimenti tecnici delle tecniche, cerchiamo di dare proprio uno stile di vita.¹⁵⁵

Tuttavia, nonostante questa prospettiva comune, ci sono maestri come Cici la cui percezione della disciplina tende maggiormente verso il lato sportivo e altri come Tarocco che la vedono più come una filosofia di vita. Quest'idea viene espressa molto chiaramente proprio dal maestro Cici:

Il *judō* può essere praticato in diversi modi: in maniera amatoriale e filosofica, come anche in maniera competitiva, più visto simile allo sport, come faccio io nella mia palestra. Ma ci sono tante palestre, anzi, per la maggior parte il Veneto non fa competizioni e fa un qualcosa di più didattico e fine a sé stesso,

¹⁵⁴ Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/10/2023.

¹⁵⁵ *Ibid.*

perché è bello e divertente anche semplicemente imparare la tecnica. Poi a me piace vedere l'efficacia. Mi sento soddisfatto solo se riesco ad applicarlo nella realtà, non solo con un compagno collaborativo; quindi, questo è il mio personale punto di vista. Però, per esempio, esiste il *Judō Kata*. [...] Di base, il *judō* come tutto si evolve. Perché far insegnare una tecnica come la si faceva cento anni fa, quando adesso si può fare in maniera più efficace? Però la maggior parte delle persone ama la tradizione, ama il *judō* con quell'atmosfera di orientale, di olistico, diciamo, e lo fa vedere in queste forme più tradizionali. Però sono, appunto, punti di vista. Poi c'è anche la versione di difesa personale volendo, però quella è la meno diffusa. Esistono vari *kata* dedicati a difendersi dalla pistola, dal pugnale, dal bastone, ecc. Appunto, quello è molto tradizionalista. Io personalmente conosco pochissimi maestri che ancora lo conoscono e lo praticano. Prevalentemente, si affidano tutti al *kata* classico, al *naga no kata* e al *go-kyō*.¹⁵⁶

Sebbene però in generale il carattere sportivo venga enfatizzato, perdendo in parte gli elementi più filosofici introdotti inizialmente da Kanō, come l'allenamento del corpo atto a fortificare prima di tutto la mente a beneficio della società, a non essere andati perduti sono gli aspetti educativi e di benessere psicofisico che caratterizzano il *judō* e che sono riconosciuti anche in Italia.

Nel *judō* si riesce ad avere sempre la consapevolezza del nostro essere, [...] riesci a ridimensionarti, perché tu credi, soprattutto da bambino, di essere più forte di tutti, ma quando vieni sulla materassina e percepisci che un bambino più piccolo di te riesce a farti cadere lo stesso c'è un ridimensionamento del tuo stato naturale. Perciò nel *judō* impari a saper valutare te stesso, le tue potenzialità. Essendo uno sport di contatto, noi abbiamo il vantaggio che avendo sempre il contatto, siamo preparati ad avere certe reazioni, tipo non farsi prendere dal panico, e questo porta un benessere psicofisico, ma anche solo con le cadute.¹⁵⁷

Il maestro Riccardo Cuzzolin, in possesso di una laurea in fisioterapia, è riuscito a fornire una visione dei possibili benefici apportati:

Il *judō* è il miglior metodo di educazione fisica e mentale e sono cose che tu trovi scritte e mi trovo assolutamente d'accordo. [...] Per quella che poi è anche la valenza formativa costruisce bene tutte le capacità condizionali, tutte le capacità coordinative, tutte le capacità motorie che sono veramente sviluppate molto bene e a livello mentale anche. Questo grazie a due cose: la disciplina in sé e l'aspetto sportivo. Cioè, l'agonismo è importante, ogni persona ha il suo ruolo nella società e nel mondo, ha dei limiti e delle capacità, dei punti forti e dei punti deboli e questo è chiaro fin dall'inizio fin da quando ti

¹⁵⁶ Intervista fatta al maestro Silvio Cici il giorno 09/10/2023.

¹⁵⁷ Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/10/2023.

disponi per il saluto, dove il neofita (cintura bianca) sta da una parte e l'esperto sta dalla parte opposta. Siamo in ordine di grado perché ognuno ha il proprio posto e proprio ruolo nella società e c'è il rispetto, perché il neofita rispetta il più anziano perché rispetta lui e il percorso che ha fatto. È altrettanto vero che l'esperto ha un grande rispetto nei confronti del neofita, lo accoglie in *dōjō* e lo aiuta a crescere.¹⁵⁸

Come accennato dal maestro Cuzzolin, vi è un aspetto educativo molto importante che ruota intorno al rispetto tra maestro e allievo. Tuttavia, vi è anche un altro elemento sottolineato dal maestro Cici:

L'Unesco l'ha dichiarato il migliore sport dai 4 ai 21 anni¹⁵⁹ per un discorso psicofisico, quindi, sia a livello mentale sia a livello fisico. Sono d'accordo, perché non è uno sport individuale, come si pensa, non è uno sport di squadra, ma è uno sport di gruppo. Uno sport individuale lo pratichi da solo e lo pratichi, appunto, migliorandoti sempre da solo; invece, in questo sport non è possibile. Questa disciplina o sport, come la vuoi vedere, non si può praticare da soli, ha sempre bisogno di un compagno che ti aiuti, ti dia un feedback delle azioni che stai andando ad eseguire, che sia collaborativo all'inizio per imparare la tecnica e dopo lo fai anche non collaborativo, ma hai bisogno sempre di qualcuno che ti aiuti. Poi, con ogni tecnica, in realtà, hai delle percezioni diverse ogni volta che cambi partner, perché farlo con uno più leggero di te, farlo con uno del tuo stesso peso, uno più grosso o anche semplicemente che ha una struttura fisica leggermente diversa, braccia più lunghe oppure più alto, più basso, cambia ogni volta la sensazione; quindi, hai sempre bisogno di tante persone che ti aiutino per imparare.¹⁶⁰

Lo stesso maestro, inoltre, paragona il *judō* ad altri sport individuali e di squadre, mettendo così in evidenza quelle che potrebbero essere alcune delle differenze nella pratica e percezione degli altri sport:

Gli sport di squadra spesso, invece, ti lasciano in un angolino perché cercano sempre di avere la squadra migliore in campo e quindi tengono da parte quelli meno bravi. [Nel *judō*] hai sempre la tua squadra che ti aiuta a migliorare; invece, spesso negli sport di squadra quando competi o anche quando ti alleni, succede spesso che si addita il compagno più, o presunto, scarso che fa un errore, invece qua [nel *judō*], un compagno che fa un errore viene aiutato dagli altri affinché non lo faccia più. Lo si aiuta, quindi è molto costruttivo e autocritico, perché non puoi dare colpa a qualcun altro se non ti riesce la tecnica. Al massimo all'allenatore, però in linea di massima, se vedi gli altri che ci riescono, vuol dire che anche tu ci potevi riuscire e quindi è colpa tua, non la puoi dare a qualcun altro e gli altri ti aiutano a migliorare. Quindi dal punto di vista psichico ti aiuta tantissimo, dal punto di vista fisico è uno sport che è ottimo a

¹⁵⁸ Intervista fatta al maestro Riccardo Cuzzolin il giorno 13/10/2023.

¹⁵⁹ L'UNESCO si dichiara pro-Judo, "Judo italiano",

https://www.judoitaliano.it/articoli_dettaglio.php?ID=83&type=articoli, ultimo accesso il 05/01/2024.

¹⁶⁰ Intervista fatta al maestro Silvio Cici il giorno 09/10/2023.

livello motorio ed è completo. Il nuoto, per esempio, è completo dal punto di vista muscolare, cioè come muscoli utilizzati, ma la muscolatura non viene utilizzata in maniera ottimale perché non siamo in un ambiente naturale. È utile per imparare a nuotare, sviluppa anche la muscolatura, però se vai a correre, non è utile per correre.¹⁶¹

Essendo il *judō* definito spesso uno sport libero e senza limiti di età, durante le interviste è stato fatto notare spesso come questi benefici e valori educativi siano molto importanti per i bambini, a cui gran parte dei maestri intervistati hanno la possibilità di insegnare. Esempio esemplificativo è quello del maestro Gazzignato, che da molti anni ha avviato vari progetti con diverse scuole materne, elementari e medie:

Lavoriamo molto con le scuole perché è una disciplina che insegna certe regole. Sono regole quotidiane, tipo chiedere il permesso per uscire dall'aula, per parlare, ecc. Sono regole però che al giorno d'oggi i bambini, i ragazzi, gli atleti tendono a non ricordarsi bene mentre nella nostra attività vengono sempre ricordati. [In palestra] ho tantissimi bambini di 4, 5, 6 anni che vengono dall'asilo e ci vengono portati dai genitori proprio per questo e soprattutto perché dicono: “mio figlio è imperativo”, “mio figlio è vivace”. Ce li portano e ce li danno in custodia perché vogliono che gli insegniamo. Noi tendiamo a insegnargli questo e devo dire che abbiamo successo nel senso che avendo tanti atleti, vuol dire che qualcosa riesci ad ottenere e hai la soddisfazione di avere i bambini che si divertono e imparano uno sport e un modo di relazionarsi e di vivere e anche i genitori sono contenti di conseguenza. I genitori vengono a dirmi che vedono la differenza anche a scuola e a casa nel comportamento e questo viene fatto tutto con metodo, diciamo non studiato, ma programmato, perché lavorando coi bambini bisogna avere un po' di programmazione e sapere come comportarsi e per fortuna io sono sempre stato appassionato di questa disciplina. Nel senso che, quando ero allievo il mio obiettivo era diventare maestro e avere degli allievi. Non mi sono mai fermato e ancora adesso alla mia età comunque continuo a farmi tutti i corsi che posso fare proprio per poter portare avanti il lavoro con settori giovanili.¹⁶²

Una descrizione dell'attività del *judō* tra i più giovani è fornita anche dal maestro Crema e dal maestro Bertolotto:

Naturalmente non è uno sport a livello olimpico per ragazzi e per bambini. Per i bambini facciamo più un'attività motoria, l'attività *judō*-gioco, dove non ci sono tante tecniche perché le tecniche sono più specifiche e più difficili e quindi sotto forma di gioco si può lavorare anche su bambini molto piccoli.

¹⁶¹ *Ibid.*

¹⁶² Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/10/2023.

Infatti, il *judō* è stato il primo a scendere come età mentre una volta, bene o male, con tutti gli sport si partiva da 10-11 anni, poi piano piano il *judō* è sceso finché non siamo arrivati a tre anni e mezzo.¹⁶³

[Il *judō*] intanto è uno sport, però dentro c'è questa filosofia soprattutto educativa. Oltre ai grandi abbiamo anche il corso per bambini ed è molto educativo per i bambini, perché comunque hanno una responsabilità involontaria del compagno. Loro non se ne accorgono ma hanno una responsabilità di controllare la caduta del compagno, la tecnica del compagno e poi, attraverso il gioco e le varie dinamiche, praticamente si forma un bel gruppo ed è molto, come tantissimi altri sport, educativo per i bambini. Soprattutto, dal mio punto di vista, perché c'è un contatto corpo a corpo ed è una cosa molto importante, perché imparano a conoscersi e anche a trasmettere sensazioni che magari non trasmettono con la parola e con i gesti. E anche la lotta a terra, secondo me, è una parte del *judō* molto importante, quindi un bambino che pratica il *judō* cresce in maniera un po' diversa, come quando pratica tantissimi altri sport.¹⁶⁴

In aggiunta, il maestro Bertolotto sottolinea come i benefici fisici e mentali del *judō* non rappresentino una vera e propria cura, ma piuttosto un aiuto e sostegno a problemi di varia natura:

Allora, benefici mentali senz'altro, perché comunque aiuta, a livello di bambini, la coordinazione. Poi, un po' perché si fa scalzi e ci si muove tantissimo. [...] Poi mi chiedono “perché un'insegnante mi ha consigliato un'arte marziale essendo il mio bambino un pochino iperattivo?”. Allora, ci sono delle regole e questo bambino si deve confrontare subito con il compagno, con il proprio problema, però da qua a...; cioè, non curiamo, ma che abbia dei benefici in generale questo sicuramente. Senz'altro è un aiuto, perché ci sono le regole, la disciplina, il giocare col compagno, c'è da stare in silenzio, c'è il saluto. Quindi ci sono queste regole che, secondo me, aiutano molto e potrebbero aiutare a risolvere qualche problema col tempo.¹⁶⁵

Dei sei maestri intervistati, solo due hanno avuto l'opportunità di fare viaggi in Giappone legati alla disciplina. Il primo è il maestro Gazzignato, specializzato nel *kata*¹⁶⁶ lotta a terra del *judō*, che nel 2013 è andato a Kyoto portando con sé i suoi campioni¹⁶⁷, i quali sono arrivati terzi ai campionati mondiali di quell'anno e in seguito, grazie alla loro fama a livello mondiale, sono stati accolti al Kōdōkan di Tokyo tra i grandi maestri e dove i campioni italiani insieme al maestro intervistato hanno

¹⁶³ Intervista fatta al maestro Giorgio Crema il giorno 12/10/2023.

¹⁶⁴ Intervista fatta al maestro Marco Bertolotto il giorno 20/10/2023.

¹⁶⁵ *Ibid.*

¹⁶⁶ È la dimostrazione del combattimento. Viene fatta in due, ci sono delle posizioni e dei movimenti per dimostrare le tecniche del combattimento in maniera perfetta. Basta un dito fuori posto per perdere un campionato del mondo.

Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/10/2023.

¹⁶⁷ Nella propria palestra, il maestro Gazzignato ha tre coppie di campioni: i campioni italiani, i campioni del mondo di *kata* e i campioni europei. *Ibid.*

svolto una lezione apposita.¹⁶⁸ Il secondo è il maestro Tarocco che, come il maestro precedente, è stato ospite al Kōdōkan dove svolgeva lezioni tutti i giorni e aveva come contatto il maestro giapponese Yamamoto Yashiro, conosciuto in Italia, che gli fece visitare l'ottavo piano della struttura, dedicato alla pratica del *randori* e agli stage estivi di *kata*.¹⁶⁹ Avendo entrambi avuto la possibilità di un approccio diretto con il *judō* praticato in Giappone, hanno entrambi espresso l'importanza di mantenere un legame con la patria di questa disciplina perché “frequentare il giapponese che pratica questa disciplina ti mostra il *judō* in un'altra luce”¹⁷⁰ e “il *judō* è una cultura giapponese; noi copiamo la loro cultura e cerchiamo di imparare da loro il più possibile”¹⁷¹. Sebbene questo pensiero comune, tuttavia, il maestro Gazzignato sottolinea come il *judō* praticato in Italia non si discosti molto da quello praticato in Giappone, ma a cambiare è la percezione della disciplina, che da noi è diventata, secondo lui, più “commerciale”.¹⁷²

Al contrario, gli altri maestri non hanno espresso una particolare necessità di mantenere un qualche tipo di legame stabile con il Giappone e di conseguenza non hanno potuto esprimere un'opinione chiara sulla pratica in Giappone, a eccezione del maestro Bertolotto, che si è espresso sulla pratica del *judō* in Italia definendola molto più orientata all'agonismo, anche se non totalmente, in quanto disciplinato dalla Federazione che mira alle medaglie e ai risultati¹⁷³, e del maestro Silvio Cici che, nonostante non abbia mai avuto modo di seguire delle lezioni in Giappone, in 25 anni si è confrontato con molte persone che hanno avuto l'opportunità di provare il *judō* in Giappone e ha potuto così comprendere a grandi linee cosa lo rende diverso dal *judō* italiano:

Appunto, è molto diverso. Tutta la parte asiatica che pratica arti marziali ha una forma di rispetto degli altri e soprattutto degli insegnanti, molto più alta rispetto che in Europa. Ma perché è proprio tutta la cultura che è fatta in questo modo. Chi pratica sport non è che dice che nello sport ci deve essere tutta quella riverenza. C'è un po' di riverenza con il saluto, però [in Giappone] è proprio tutta la cultura della società. Qui più del saluto in Europa è difficile farlo anche rispettare e personalmente non ha neanche senso, secondo me, perché, appunto stiamo parlando della cultura giapponese, ma la disciplina è la tecnica e la tecnica, non è cultura giapponese, sono due cose diverse a mio parere.

Molte persone danno la maggior parte dell'attenzione su questo, sulla cultura giapponese, più che sulle tecniche del *judō* stesso. Al di là della forma di rispetto, c'è la pratica che è uno sport nazionale. Come tutti i paesi, diciamo, dell'Asia, c'è una cultura nel primeggiare a livello sociale, quindi anche

¹⁶⁸ *Ibid.*

¹⁶⁹ Intervista fatta al maestro Paolino Tarocco il giorno 20/10/2023.

¹⁷⁰ *Ibid.*

¹⁷¹ Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/10/2023.

¹⁷² Intervista fatta al maestro Fabrizio Gazzignato il giorno 06/10/2023.

¹⁷³ Intervista fatta al maestro Marco Bertolotto il giorno 20/10/2023.

nell'allenamento è diverso. Mi hanno raccontato che se [in Giappone] non combatti forte in allenamento si arrabbiano perché tu devi sempre spingere al 100%, altrimenti non li stai rispettando.

Poi, dal punto di vista tecnico cambia anche quello, perché il *judō*, come è visto in Giappone, è visto diversamente in altre parti del mondo. Lì è nato come *judō*, con quel *go-kyō*. In altre parti del mondo è nato con altre lotte che poi si sono trasformate nel *judō*. [...] Sono le stesse tecniche, ma sono fatte con una sfumatura diversa o anche con una tattica diversa. [...] Quindi sì, anche dal punto di vista tecnico c'è diversificazione. [...] Si vede un po' la caratteristica di ogni nazione. In Italia direi che siamo molto tattici e molto estrosi, alcune volte. Però sì, ogni paese ha il suo quindi anche da questo punto di vista può essere diverso il Giappone dagli altri paesi europei.¹⁷⁴

A prescindere dal Paese dove il *judō* viene praticato e dalle modalità di insegnamento, il *judō* risulta essere, come moltissimi altri sport, una disciplina che richiede molto impegno e costanza, ma soprattutto anni per essere appresa in modo completo e ottenere dei risultati attraverso allenamenti costanti proprio per la sua complessità:

[Nel *judō*] ci vuole molta costanza e perseveranza perché sono tecniche molto difficili da apprendere, che non si imparano subito. Ci vogliono anche anni e a volte non bastano neanche gli anni e non si apprendono all'inizio, soprattutto. Magari riesci a imparare il movimento da fermo, però io intendo appreso quando riesci ad applicarlo anche in combattimento, in un contesto in cui il tuo avversario prova a non fartela fare. Per me quello significa appreso. Da fermo si riesce abbastanza velocemente ad apprendere tutte le tecniche. Però sì, richiede molto equilibrio, coordinazione, e per apprendere tutti i movimenti ci vuole tempo.

Più o meno ogni tecnica è come imparare a guidare ogni volta. Quindi la prima volta devi pensare alla frizione, all'acceleratore, al cambio, a guardare gli specchietti e non ci puoi riuscire in un giorno perché il cervello non apprende tutto in una volta, il cervello non può pensare a più cose contemporaneamente. Quindi la prima volta penserai a mettere il cambio, la seconda volta non avrai più bisogno di pensare al cambio e guarderai gli specchietti. Dopo che hai imparato a guardare in automatico anche gli specchietti, potrai concentrarti a guardare avanti tutto il tempo e quello è il momento in cui riesci a combattere. Perciò imparare una tecnica è proprio imparare a guardare tutti questi dettagli nel secondo in cui esegui la tecnica, proprio per quello ci vuole tanto tempo. Sono abilità molto differenti a ogni singola tecnica e questa è la cosa difficile.¹⁷⁵

Purtroppo, però, come viene sottolineato dal maestro Tarocco:

¹⁷⁴ Intervista fatta al maestro Silvio Cici il giorno 09/10/2023.

¹⁷⁵ *Ibid.*

Nella vita di adesso non solo i bambini, ma anche i giovani, pretendono quasi tutto subito. Invece, in questa disciplina non è che i risultati si vedono subito, si vedono col tempo, la fatica, il sudore, lo studio. Ci vuole pazienza come tutte le cose.¹⁷⁶

Per concludere, quello che emerge da questa ricerca è che, sebbene questi maestri abbiano visioni a tratti contrastanti, soprattutto nell'inquadrare la disciplina più in un'ottica sportiva o filosofica, e praticino degli stili diversi tra loro, come il *kata*, avendo anche appreso a loro volta da maestri differenti, ad accomunare ogni maestro è l'aspetto educativo della disciplina che riconoscono e cercano di trasmettere agli allievi, nonché tutti i conseguenti benefici apportati. A prescindere dall'inquadramento, quindi, i valori che volevano essere trasmessi da Kanō e che costituiscono, in un certo senso, l'essenza del *judō* vengono preservati all'interno della disciplina.

¹⁷⁶ Intervista fatta al maestro Paolino Tarocco il giorno 20/10/2023.

CAPITOLO 3:

L' *Aikidō*

3.1. Storia e caratteristiche dell' *aikidō*

Un'altra disciplina a rientrare tra le arti marziali del *budō* è l' *aikidō*, disciplina marziale che si è venuta a formare molti anni dopo la diffusione del *judō* in Giappone e all'estero, ma con cui presenta molti punti di contatto.

Fondatore dell' *aikidō*, il cui nome letteralmente significa “Via (*dō*) per la Coordinazione o Armonia (*ai*) dell'Energia Mentale (*ki*¹⁷⁷)”, è Ueshiba Morihei, nato a Tanabe nella prefettura di Wakayama il 14 dicembre 1883, il quale si dedicò allo studio di numerose arti marziali a partire dal 1901, tra cui varie scuole di *jūjutsu*, come Kito-ryū¹⁷⁸, Shinkage-ryū¹⁷⁹ e Daito-ryū *aikijūjutsu*¹⁸⁰, ma anche *sumo*, *kenjutsu* e *bukijutsu*¹⁸¹.¹⁸² Prestò servizio nell'esercito dal 1903 al 1905, tornando poi alla sua città natale e iniziando ad apprendere il *judō* a partire dal 1907. Inoltre, essendo una persona dal forte credo religioso, oltre a ispirarsi all'antico Shintō, molte delle sue idee e concetti derivano più nello specifico dal nuovo movimento religioso Ōmoto-kyō.¹⁸³

Il movimento di Ōmoto-kyō fu fondato il 3 febbraio 1892 da Deguchi Nao (1837-1918) quando questa fu posseduta per la prima volta dal dio Ushitora no Konjin. Nel 1898, fu il genero, Deguchi Onisaburō (1871-1948), a diventare leader del movimento e a introdurre i concetti di *reishu taijū* (lo spirito come

¹⁷⁷ Spirito o energia vitale; Fondamentale per la teoria e la pratica di molte forme di arti marziali giapponesi e di medicina terapeutica. *Ki*, “Oxford English Dictionary”, https://www.oed.com/dictionary/ki_n2?tab=meaning_and_use, ultimo accesso il 14/12/2023.

¹⁷⁸ Stile di alto livello del *jūjutsu* fondato da Toshinobu Ibaraki durante il periodo Kanei (1624-44). *Kito-ryū* (起倒流), “Weblio”, <https://www.weblio.jp/content/%E8%B5%B7%E5%80%92%E6%B5%81>, ultimo accesso il 20/12/2023.

¹⁷⁹ Scuola premoderna di tecnica della spada fondata da Kamiizumi Ise no Kami Hidetsuna durante il periodo Eiroku (1558-70). *Shinkage-ryū* (新陰流), “Weblio”, <https://www.weblio.jp/content/%E6%96%B0%E9%99%B0%E6%B5%81>, ultimo accesso il 20/12/2023.

¹⁸⁰ Scuola di arti marziali giapponesi resa popolare da Takeda Sokaku e da cui lo stesso Morihei Ueshiba apprende. *Daito-ryū aikijūjutsu* (大東流合気柔術), “Weblio”,

<https://www.weblio.jp/content/%E5%A4%A7%E6%9D%B1%E6%B5%81%E5%90%88%E6%B0%97%E6%9F%94%E8%A1%93>, ultimo accesso il 20/12/2023.

¹⁸¹ Disciplina che racchiude l'apprendimento delle armi classiche e tecniche a loro collegate tra cui pugnale (*tantōjutsu*), bastone (*bōjutsu*), lancia (*sōjutsu*), *naginata* (*naginatajutsu*), *jutte* (*juttejutsu*), *kusarifundō* (*kusarijutsu*), ventaglio da combattimento giapponese (*tessenjutsu*) e *shuriken* (*shurikenjutsu*). *Bukijutsu*, “Yasuragi dojo”, <https://www.yasuragidojo.com/weapons-jinenkan-kosei-gogi-dojo-mahopac-ny>, ultimo accesso il 23/12/2023.

¹⁸² SHIGEMASA Seki, “Aikidō sōshi-sha ueshiba morihei no budō-kan — taihonkyō no eikyō ni chūmoku shite —” (Il punto di vista del fondatore dell'Aikido Morihei Ueshiba sulle arti marziali: concentrarsi sull'influenza di Omoto-kyo), *Budō-gaku kenkyū*, 22, 2, 1989, p. 87; *L'origine*, “Aikikai d'Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/4-origine>, ultimo accesso il 23/12/2023; UESHIBA Morihei, *Budo. Gli insegnamenti del fondatore dell'Aikido*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1994, p. 8; Barry KROLL, “Arguing with Adversaries: Aikido, Rhetoric, and the Art of Peace”, *College Composition and Communication*, 59, 3, 2008, p. 455.

¹⁸³ SHIGEMASA, “Aikidō sōshi-sha ueshiba morihei...”, cit., p. 87.

entità principale e il corpo come secondario) e *bankyō dōkon* (tutti gli insegnamenti hanno la stessa origine), includendo anche aspetti del Buddhismo, teorie dello yin-yang e dei cinque elementi, e altri credi Shintō.¹⁸⁴ In seguito, nel 1912, Deguchi incontrò Ueshiba, diventando suo maestro, e quest'ultimo perfezionò ulteriormente le arti marziali precedentemente apprese. In seguito alla morte del padre Ueshiba Yoroku il 2 gennaio 1920, Morihei decise di trascorrere i successivi 8 anni ad Ayabe, sede del movimento, dove aprì l'Accademia Ueshiba in cui teneva corsi introduttivi di arti marziali, specialmente per i seguaci del movimento.¹⁸⁵

Il movimento di Ōmoto-kyō fu perseguito più volte dallo Stato, in particolare nel 1920 e 1933, per il reato di lesa maestà in quanto la sua dottrina si contrapponeva alla politica nazionale dell'epoca, basata sul cosiddetto Shintō di Stato, e la sua espansione era vista come una minaccia per la nazione, portando così al suo smantellamento nel 1935. Tornò in auge dopo il secondo conflitto mondiale, rifiutando ogni coinvolgimento con la politica nazionale.¹⁸⁶

Nel periodo precedente il conflitto, tuttavia, il pensiero di Ueshiba sulle arti marziali era molto vicino a quello di Deguchi. Ueshiba sosteneva gli ideali militaristici ed espansionistici del Kodoha¹⁸⁷ e, avendo trasferito gli ideali sostenuti da Ōmoto nelle arti marziali, credeva che l'allenamento in quest'ultime fosse necessario per realizzare l'unità spirituale e il percorso imperiale e che mirassero a dimostrare la volontà di Dio attraverso gli insegnamenti di Deguchi. Nel periodo post-bellico, sebbene la sua filosofia rimanga pressoché immutata, complice anche la profonda ferita spirituale lasciata dalla guerra, l'idea di "amore" viene fortemente enfatizzata e, in generale, diede alla sua disciplina una connotazione sempre più spirituale e di armonia universale. In pratica, considerava le arti marziali l'"amore" stesso e la loro pratica equivaleva, al tempo stesso, alla sua coltivazione.¹⁸⁸

Lo sviluppo dell'arte marziale praticata da Ueshiba Morihei può essere suddiviso cronologicamente in periodo prebellico, bellico e post-bellico. Nel periodo prebellico e bellico, la disciplina non si chiamava ancora *aikidō* (tale denominazione venne coniata nel 1942) e la pratica era improntata

¹⁸⁴ SUZUKI Sadami, "Twentieth Century *Budō* and Mystic Experience", in Alexander Bennet (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005, pp. 31-32; Nancy K. STALKER, "Ōmoto", in Lukas Pokorny e Franz Winter (a cura di), *Handbook of East Asian New Religious Movements*, Leiden, Brill, 2018, p. 53.

¹⁸⁵ SHIGEMASA, "Aikidō sōshi-sha ueshiba morihei...", cit., p. 87; UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., p. 10.

¹⁸⁶ SHIGEMASA, "Aikidō sōshi-sha ueshiba morihei...", cit., p. 87; *Il movimento dell'Ōmotokyō*, "Giappone in Italia", <https://www.giapponeinitalia.org/2010/12/il-movimento-dell%E2%80%99omotokyo/>, ultimo accesso il 19/12/2023.

¹⁸⁷ Fazione dell'ex esercito giapponese, guidata da Sadao Araki e Jinzaburo Masaki, attiva tra gli anni Venti e Trenta del ventesimo secolo e che progettava di riorganizzare il paese attraverso un colpo di stato, ma il piano fallì a causa dei conflitti con le fazioni di controllo e a seguito dell'Incidente del 26 febbraio 1936 venne sciolta. *Kodoha* (皇道派), "goo 辞書", <https://dictionary.goo.ne.jp/word/%E7%9A%87%E9%81%93%E6%B4%BE/>, ultimo accesso il 27/01/2024.

¹⁸⁸ SHIGEMASA, "Aikidō sōshi-sha ueshiba morihei...", cit., pp. 87-88; *L'origine*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/4-origine>, ultimo accesso il 23/12/2023.

soprattutto sull'efficacia assoluta anche a livello di difesa personale in quanto era necessario in tempi di guerra e doveva, come il *judō* a suo tempo, dimostrare di essere un'arte efficace.¹⁸⁹

A segnare profondamente lo sviluppo spirituale di Ueshiba fu la spedizione in Manciuria e in Mongolia del 1924, dove accompagnò Deguchi con l'obiettivo di raggiungere una comunità asiatica più ampia in linea con la politica nazionale e durante la quale si accorse di riuscire a vedere lampi di luce che gli segnalavano la provenienza dei proiettili mentre affrontava la morte negli scontri armati e anche in seguito al suo ritorno in Giappone si accorse di percepire spesso la manifestazione di una forza spirituale. Fu solo l'anno seguente che, a seguito della sua vittoria in uno scontro di *kendō* contro un ufficiale di marina, sperimentò la sua prima esperienza mistica in cui si sentì come immerso da una luce dorata che scendeva dal cielo e che gli fece provare una totale serenità del corpo e dello spirito, arrivando a comprendere il principio filosofico dell'unità dell'universo e del sé alla base dell'*aikidō*.¹⁹⁰

L'*aikidō* (noto prima come *aiki-bujutsu*, poi come *aiki-budō* e solo dopo la Seconda Guerra Mondiale con il termine corrente) fu quindi fondato nel 1925 e iniziò a guadagnare popolarità tra persone molto illustri, come l'ammiraglio Takeshita Isamu e l'ex Primo Ministro Yamamoto Gombei, e Ueshiba iniziò a essere invitato per delle dimostrazioni nella capitale tra il 1925 e il 1927, dove si trasferì in pianta stabile dal 1927. Nel 1930 aprì un *dōjō* provvisorio a Mejirodai dove ricevette la visita di Kanō Jigorō, fondatore del *judō*, il quale rimase molto colpito dalla tecnica di Ueshiba definendola il suo "*budō* ideale".¹⁹¹ Ueshiba e Kanō hanno avuto modo di apprendere l'uno dall'altro e, proprio per la loro stima reciproca, vi fu tra loro un interscambio di allievi non da poco. Entrambi, considerati delle persone molto rivoluzionarie al tempo, avevano infatti iniziato a studiare e praticare il *jūjutsu* e da lì uno aveva sviluppato il *judō* e l'altro l'*aikidō*, in primo luogo per difendersi e solo in un secondo momento entrambi avevano sviluppato principi e filosofie che presentavano delle analogie.¹⁹²

Morihei sviluppò la sua disciplina a partire principalmente dal *jūjutsu* e dall'*aikijūjutsu*, ma si è evoluto, al contrario di quest'ultime, con obiettivi spirituali basati sulla realizzazione dell'armonia spirituale e preservazione della pace. Sebbene le abilità fisiche associate a queste discipline risultino molto simili, a cambiare è il significato attribuito alla pratica dell'*aikidō*, e delle altre discipline del *budō*, e il modo in cui questo, attraverso la tecnica, si estende verso il fine desiderato nella vita quotidiana del praticante.¹⁹³

¹⁸⁹ Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023.

¹⁹⁰ UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., pp. 11-13.

¹⁹¹ *Ibid.*, p. 14.

¹⁹² Interviste fatte ai maestri Lorenzo Toffoletto e Riccardo Cuzzolin il giorno 13/10/2023.

¹⁹³ Paul BRAWDY, "Exploring Human Kindness through the Pedagogy of Aikido", Saint Bonaventure University, 2001, pp. 4-5; KROLL, "Arguing with Adversaries...", cit., p. 454.

Nel 1931, Ueshiba, chiamato anche con l'appellativo di Ō-sensei ("Gran Maestro" o "maestro dei maestri"), fondò l'attuale Honbu Dōjō nella prefettura di Wakamatsu, il Kobukan Dōjō, dove la propria arte marziale, che iniziò a essere insegnata in molte accademie militari e università e a diffondersi lungo tutto il territorio nazionale grazie all'apertura di numerosi nuovi *dōjō*, conobbe il suo primo periodo d'oro.¹⁹⁴

A seguito dello scoppio della guerra nel pacifico, Ueshiba nel 1942 decise di ritirarsi a Iwama, dove fondò un complesso da lui chiamato *ubuya* (stanza della nascita), che includeva l'*aiki-jinja* (Santuario dell'Aiki) e un *dōjō* esterno (l'Ibaragi Dōjō) e completato nel 1945, nel tentativo di preservare lo spirito del *budō* dell'*aikidō* dopo essere stato ridotto a una sezione del Butokukai¹⁹⁵ nel 1941 (periodo in cui il termine viene usato per la prima volta). Qui iniziò a insegnare l'*aikidō* a un numero limitato di allievi, tra cui Saitō Morihiro, che conosce nel 1946 e che diventò uno degli allievi a lui più vicini e, infine, negli anni seguenti si dedicò all'approfondimento di tecniche con la spada (*aiki ken*) e con il bastone (*aiki jo*), per lui fondamentali, per poi spegnersi il 26 aprile 1969 a causa di un cancro al fegato. Il figlio Kisshōmaru, a cui aveva lasciato la gestione del *dōjō* di Tokyo, assunse il titolo di "Secondo *dōshu*"¹⁹⁶ e iniziò a occuparsi della gestione dell'Associazione Aikikai, costituita il 9 febbraio 1948 e continuazione del Kobukan Dōjō (poi rinominato Ueshiba Dōjō e Quartier Generale Mondiale dell'*Aikidō* e nuovamente nel 1954 nell'attuale Honbu Dōjō).¹⁹⁷

Negli anni successivi alla nascita dell'associazione, l'*aikidō* iniziò a diffondersi gradualmente anche all'estero, grazie agli sforzi congiunti di Ueshiba e del figlio, e Morihei ricevette un riconoscimento nel 1964 dall'Imperatore Hirohito per i suoi contributi nelle arti marziali, seguito dalla costruzione di un nuovo Honbu Dōjō nel 1967.¹⁹⁸

L'*aikidō* è caratterizzato da movimenti a spirale il cui obiettivo è utilizzare le energie dell'avversario per neutralizzarlo, immobilizzandolo o sbilanciandolo, senza uso della forza e spesso in misura sufficiente a ritirarsi in sicurezza dalla situazione. Proprio per questo motivo, le tecniche insegnate, che solitamente terminano con un'immobilizzazione, una leva articolare o una proiezione, possono essere utilizzate solo come forma di difesa personale e non per iniziare uno scontro. Inoltre, ciò riduce l'efficacia marziale di queste tecniche che sono applicate, specialmente a livello introduttivo, con

¹⁹⁴ *O' Sensei. Il fondatore dell'Aikidō*, "Aikido Club Bergamo A.S.D.", <https://www.aikidobergamo.it/Morihei-Ueshiba/>, ultimo accesso il 22/12/2023; UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., p. 14.

¹⁹⁵ Apparato governativo che riuniva le arti marziali sotto un'unica organizzazione. UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., p. 16.

¹⁹⁶ Letteralmente "la guida (*shu*) della via (*dō*)" e l'attuale detentore del titolo è Moriteru Ueshiba. *International Aikido Federation*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/1-associazione/38-iaf>, ultimo accesso il 24/12/2023.

¹⁹⁷ *O' Sensei. Il fondatore dell'Aikidō*, "Aikido Club Bergamo A.S.D.", <https://www.aikidobergamo.it/Morihei-Ueshiba/>, ultimo accesso il 22/12/2023; *L'origine*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/4-origine>, ultimo accesso il 23/12/2023; UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., pp. 16-19.

¹⁹⁸ UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., p. 19-21.

compagni che ne permettono l'applicazione senza reagire, rendendo l'*aikidō* una forma d'arte più coreografica.¹⁹⁹

Esistono centinaia di tecniche nell'*aikidō*, molte delle quali però risultano essere una variazione di due movimenti base, che attingono alla teoria dello *yin* e dello *yang* e che hanno lo scopo di allontanare il difensore dal pericolo e, al tempo stesso, permettergli di guadagnare una posizione favorevole a controllare l'attacco: *tenkan* (ruotare via) e *irimi* (entrare). Il *tenkan* presenta un movimento più morbido (*yin*) e consiste nel fare un passo di lato, schivando un colpo (pugno, calcio, presa, ecc.) e ruotare fuori dall'attacco e trovandosi accanto all'attaccante, rivolti nella stessa direzione, mentre lo *irimi* presenta un movimento più deciso (*yang*) e consiste nell'uscire dalla linea di un possibile attacco, prima che questo si concretizzi effettivamente, e provare a rispondere a suddetto attacco con il solo obiettivo di neutralizzarlo o immobilizzarlo. Entrambe queste manovre incarnano l'ideale principale trasmesso dalla disciplina, ovvero l'empatia verso l'altro e il "mettersi nei suoi panni".²⁰⁰

Questa disciplina incorpora molte tradizioni comuni anche a Ōmoto-kyō come il Taoismo, il Neo confucianesimo, lo Shintō e il Buddhismo zen da cui attinge un insieme di credenze che affermano il perfezionamento di sé stessi, che non può avvenire senza il perfezionamento del sé degli altri (Neo confucianesimo e Taoismo), l'apprezzamento per una giustizia rapida e decisiva (Shintō) e uno sviluppo spirituale attraverso allenamenti fisici e mentali (Buddhismo zen) e che insieme portano a un miglioramento a livello personale.²⁰¹

Ueshiba, come già accennato, si dedicò alla pratica di molte arti marziali ma a rivestire un ruolo molto importante è l'*aikijūjutsu* della scuola Daito-ryū, da cui sviluppa dal 1922 il suo *aikijūjutsu* (conosciuto come "*aiki-bujutsu*", nome che aveva dato alla sua disciplina prima di *aikidō*), che aveva appreso dal suo maggiore maestro, Takeda Sōkaku, e che presentava molte tecniche simili all'*aikidō* e delle differenze con quest'ultimo a livello di filosofia.²⁰² Mentre, infatti, il Daito-ryū *aikijūjutsu* si basava sul concetto di vincere o perdere nelle tecniche di autodifesa tipiche della disciplina, l'*aikidō* rifiuta ogni forma di conflitto, inclusa la competizione, e si basa principalmente sull'autodifesa.²⁰³ Alla base dell'*aikidō* vi è, quindi, la compassione per l'altro e si viene a formare una relazione unica tra i due praticanti in cui la corretta applicazione delle tecniche ha l'obiettivo di rimuovere tutti i

¹⁹⁹ Drew FOSTER, "Fighters who Don't Fight: The Case of Aikido and Somatic Metaphorism", *Qual Sociol*, 38, 2015, pp. 170-72; KROLL, "Arguing with Adversaries...", cit., p. 455.

²⁰⁰ KROLL, "Arguing with Adversaries...", cit., p. 456, 459.

²⁰¹ BRAWDY, "Exploring Human Kindness...", cit., pp. 18-19.

²⁰² YABUZASHI Satoshi, "Gendai budō ni okeru shōhaikan no honshitsu ni kan suru genshōgakuteki ichi kōsatsu ni" (Lo studio fenomenologico sull'essenza della visione della vittoria e della sconfitta nel Budo moderno 2), *Kagaku/Ningen*, 45, 2016, p. 129; Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023; UESHIBA, *Budo. Gli insegnamenti...*, cit., p. 11.

²⁰³ YABUZASHI, "Gendai budō ni okeru...", cit., p. 129.

pensieri aggressivi dalla mente dell'avversario che, invece, entra nella relazione con l'intento di causare danni o addirittura uccidere. Tuttavia, come già evidenziato, non vi è alcun tipo di rivalità tra i partecipanti e la consapevolezza dell'altro risulta una caratteristica fondamentale della pedagogia di Ueshiba. La vera sfida nell'*aikidō* è mantenere un'interazione sociale non violenta anche nel contesto violento dello scontro e ogni forma di opposizione risulta temporanea e racchiusa in un processo continuo di interazione, creazione e distruzione.²⁰⁴

A permettere la creazione di una base comune per l'interazione delle due parti coinvolte sono i movimenti dell'*aikidō*, i quali standardizzano il modo in cui muovere il proprio corpo e coordinare i propri movimenti con quelli del partner. La conoscenza comune ai praticanti di questi movimenti porta alla creazione di uno spazio comune che struttura l'interazione dei loro corpi (come stare in guardia, come maneggiare l'arma rispetto all'altro, modi di farsi avanti, di lato, indietro, ecc.) e che altrimenti non sarebbe possibile nell'*aikidō* e non contribuirebbe all'attività condivisa dei praticanti.²⁰⁵

Questa visione di sensibilità verso l'altro e di “vedere” nel “cuore” dell'aggressore era, in realtà, già presente nel vecchio *bujutsu* e racchiuso nel concetto di *kan-ken futatsu no koto* (“che riflette il cuore o la mente”). Si trattava di una qualità esibita da guerrieri esperti che oltre ad affidarsi alla sola vista degli occhi, considerata da sola debole e suscettibile all'illusione, si affidavano anche alla vista della mente intuitiva, considerata decisamente più affidabile, in modo da essere sempre pronti a possibili attacchi provenienti da tutte le direzioni. Nel *budō* moderno, invece, questo termine descrive la capacità di vedere/conoscere il sé dell'altro, suggerendo che vi sia altro oltre ciò che catturano gli occhi e che anche ciò è preso in considerazione e valutato.²⁰⁶

A differenza di altre arti marziali come *judō* o *karate*, che presentano momenti in cui i partecipanti competono tra loro per mostrare le proprie abilità o apprendere tecniche difensive e offensive, tra i partecipanti dell'*aikidō* vi è una continua alternanza delle tecniche e dei ruoli di *uke* e *tori* e la pratica, in questo modo, implica un'esecuzione fluida delle tecniche per controllare un avversario che non resiste e in assenza di un conflitto tra le parti coinvolte. Questo perché Ueshiba, che ricercava uno stato mentale che inglobasse un'unità fra *ki*, mente e corpo, si rifaceva al concetto di *reishu taijū*, ereditato da Ōmoto-kyō, e poneva come obiettivo primario della disciplina la crescita spirituale e la ricerca della perfezione.²⁰⁷ Kisshōmaru Ueshiba, suo figlio e successore, enfatizzò ulteriormente l'assenza di conflitti e competizioni nella disciplina affermando che “*aikidō* refuses to become a

²⁰⁴ BRAWDY, “Exploring Human Kindness...”, cit., p. 20; Einat Bar-On COHEN, “Opening and Closing Ritual in “*Aikidō*” and “*Karate*” and the Dismantling of Violence”, *Journal of Ritual Studies*, 23, 1, 2009, p. 40.

²⁰⁵ Augustin LEFEBVRE, “The coordination of moves in Aikido interaction”, *Gesture*, 15, 2, 2016, p. 129.

²⁰⁶ BRAWDY, “Exploring Human Kindness...”, cit., p. 21.

²⁰⁷ YABUZASHI, “Gendai budō ni okeru...” cit., pp. 128-30.

competitive sport and rejects all forms of contests or tournaments...Such things are seen as fueling only egotism, self-concern and disregard for others”.²⁰⁸

L’*aikidō*, quindi, a differenza di molte altre discipline che includono un sistema di tipo competitivo, adotta un sistema di pratica di tipo *Kata*, che risale alla storia dei samurai e al loro sistema di miglioramento delle proprie abilità. I samurai, trovandosi spesso in situazioni tra la vita e la morte, tendevano a ripetere i movimenti che avevano salvato loro la vita e cercavano di migliorarne la precisione, portando così alla creazione di sequenze di movimento accurate per riprodurre le loro esperienze in situazioni marziali reali e la trasmissione e miglioramento di queste tecniche è ciò che contraddistingue questo sistema ancora oggi e che vede la sua realizzazione anche nell’*aikidō*.²⁰⁹

Proprio l’assenza di rivalità permette di concentrarsi sul superamento degli attaccamenti dell’ego, che si manifestano nell’aggressività e nell’incapacità di riflettere ed esprimere la nostra natura vera ed universale. Nell’*aikidō*, questa natura si manifesta con il *ki* e l’armonia promossa dalla pratica deriva proprio dalla consapevolezza del *ki* in sé stessi e di come questo si esprime attraverso l’altro.²¹⁰ Ciò rispecchia l’esperienza del divino (*kenshin*) e del sé che riflette l’universo dello stesso fondatore Ueshiba, che descrive lo stato mentale a cui aspirava e che ritiene sia raggiunto con l’*aikidō* come il trasformarsi nel “the very love of *musubi* (the procreative spirit) that is the unity of self and other, the unity of the divine and humankind, and the universe being the self”²¹¹. In seguito, anche il figlio Kisshōmaru fornirà una descrizione dell’essenza dell’*aikidō* che riflette lo stesso pensiero del padre:

His goal was...The unification of the fundamental creative principle, *ki*, permeating the universe, and the individual *ki*, inseparable from breath-power, of each person. Through constant training of mind and body, the individual *ki* harmonizes with the universal *ki*, and this unity appears in the dynamic, flowing movement of *ki*-power that is free and fluid, indestructible and invincible. This is the essence of the Japanese martial arts embodied in *Aikidō*.²¹²

L’insieme di tutte queste caratteristiche ha reso sin da subito la disciplina molto più inclusiva rispetto alle altre arti marziali, come ad esempio il *judō*, dove inizialmente alle donne era proibito praticare. Al contrario, nell’*aikidō* non c’è mai stata questa proibizione e presenta la percentuale più elevata di donne, ma anche di persone relativamente anziane e questo grazie al fatto che l’esecuzione efficace delle tecniche, anche nella difesa contro avversari più grandi e più forti, non richiede molta forza fisica e quindi ciò rende la disciplina accessibile a una vasta gamma di persone, rafforzando

²⁰⁸ FOSTER, “Fighters who Don’t Fight...”, cit., p. 171.

²⁰⁹ LEFEBVRE, “The coordination of moves...”, cit., p. 126.

²¹⁰ BRAWDY, “Exploring Human Kindness...”, cit., p. 4.

²¹¹ SUZUKI, “Twentieth Century *Budō*...”, cit., p. 32.

²¹² BRAWDY, “Exploring Human Kindness...”, cit., p. 4.

maggiormente l'idea di disciplina universale, senza limiti di età, sesso e nazionalità, promossa anche dal *judō*.²¹³

Secondo le analisi di Foster e di Brawdy, entrambe su suolo statunitense, l'*aikidō* sembra presentarsi come più di una semplice attività fisica per i praticanti, i quali non solo si sentono parte di una comunità e si mantengono in forma, ma offre loro nuovi modi di affrontare difficoltà e sfide non marziali e non legate all'autodifesa anche fuori dal *dōjō*, in un contesto quotidiano.²¹⁴ In questo senso, l'*aikidō*, basandosi su una filosofia di pace e non violenza, offre al praticante l'opportunità di reindirizzare la forza dell'avversario e un'ampia gamma di opportunità di autoapprendimento e conoscenza dell'altro anche a livello di relazioni interpersonali.²¹⁵

All'interno del *dōjō* è presente, inoltre, una ritualità specifica, che cambia di disciplina in disciplina, e che nell'*aikidō* rappresenta il passaggio dal mondo esterno a un mondo dominato da nuove regole. Tuttavia, non si tratta di un passaggio netto, ma graduale. Nel corso dell'allenamento i tratti del mondo esterno vengono lentamente abbandonati e persi completamente al momento degli inchini di apertura, per poi essere nuovamente acquisiti dopo gli inchini finali, momento in cui si torna nel mondo esterno e dove gli elementi e messaggi dell'*aikidō* vengono tradotti nella vita di tutti i giorni, realizzando il suo scopo di armonia nel mondo esterno.²¹⁶

Nella ritualità dell'*aikidō* lo *shōmen*²¹⁷ riveste un ruolo centrale, superiore al maestro, che prima si inchina all'altare e solo dopo si rivolge verso gli allievi. L'inchinarsi allo *shōmen*, tradizionalmente, simboleggia l'ottenimento da parte dei partecipanti dello spirito guerriero del fondatore, il quale, insieme agli altri oggetti, dona ogni volta nuovamente la sua legittimità e potere a tutti gli allievi. Ciò nonostante, è importante evidenziare che la ritualità e i gesti insiti nella disciplina non sono percepiti allo stesso modo all'estero e in Giappone, dove un certo grado di formalità e gestualità è culturalmente accettato e radicato. Inoltre, sebbene molti di questi rituali siano associati allo Shintō (ad esempio, lo *shōmen* e il *kamidana*, il santuario Shintō domestico, contengono entrambi una serie di elementi comuni e legati al culto dello Shintō) non hanno un riconoscimento religioso da parte dei giapponesi stessi e proprio questa connotazione religiosa mancante e l'importanza attribuita alla loro esecuzione durante la pratica ne ha probabilmente permesso la diffusione anche all'estero.²¹⁸

²¹³ *Ibid.*, p. 172.

²¹⁴ *Ibid.*, p. 180-81; BRAWDY, "Exploring Human Kindness...", cit., p. 10.

²¹⁵ *Ibid.*, pp. 3-4.

²¹⁶ COHEN, "Opening and Closing Ritual...", cit., p. 36.

²¹⁷ Trattasi di un altarino onorario in cui è presente una fotografia del fondatore Morihei Ueshiba, una riproduzione della sua calligrafia con scritti i tre kanji del nome "*aikidō*", una piccola composizione floreale e le tre armi in legno utilizzate nella pratica: un pugnale (*tantō*), una spada (*boken*) e un bastone (*jō*). COHEN, "Opening and Closing Ritual...", cit., p. 34.

²¹⁸ *Ibid.*, p. 35, 37-38.

Questa ritualità si riscontra anche nelle interazioni dei praticanti all'interno della disciplina che possono essere viste come un metodo attraverso cui gli esseri umani ritualizzano modi di simulare una situazione di combattimento, risolvere i conflitti evitando il combattimento e prepararsi a situazioni reali di combattimento, il tutto in assenza di una comunicazione di tipo verbale.²¹⁹

3.2. L'*Aikidō* in Italia: storia e diffusione

In Giappone, alla fine della Seconda Guerra Mondiale, si era venuta a creare una situazione che da una parte aveva portato Ueshiba a ritirarsi a Iwama e fondare un nuovo *dōjō* e dall'altra aveva affidato il *dōjō* centrale di Tokyo al figlio Kisshōmaru e ciò influenzò la diffusione della disciplina in Italia, dove è presente una certa differenziazione di stili e pedagogie. In Italia, la conoscenza e diffusione dell'*aikidō* si deve principalmente grazie alle attività di promozione dell'Associazione di Cultura Tradizionale Giapponese, Aikikai d'Italia, fondata a Roma nel 1970 con il contributo del maestro Tada Hiroshi e che a oggi conta quasi 6000 soci.²²⁰

I due *dōjō*, infatti, presentano delle differenziazioni tecniche tra loro. L'Ibaragi Dōjō di Iwama, gestito dal fondatore dell'*aikidō*, si trova nella campagna giapponese e presenta la matrice originale dell'*aikidō* (definita anche con il termine "*takemusu aikidō*" ("Via per l'armonia dell'energia mentale che crea il guerriero")).²²¹ Il *dōjō* è come una comunità in cui gli allievi pregano nel tempio, curano l'orto e si allenano nella disciplina, che presenta un'etichetta molto tradizionalista con una struttura organizzativa dove le varie attività sono separate.²²² Dall'altra parte vi è, invece, lo Honbu Dōjō di Tokyo, gestito dal figlio del fondatore, che, al contrario, aveva sede nella capitale culturale, economica e politica del Paese e, intorno agli anni Sessanta, Kisshōmaru decise di diffondere la conoscenza dell'*aikidō* nel mondo inviando gli allievi più promettenti nelle varie parti del mondo, tra cui il maestro Tada giunto in Italia.²²³ Inizialmente, tuttavia, per poter partecipare alle lezioni vi era l'obbligo di essere presentati da due garanti e questo poneva un limite alla diffusione dell'*aikidō*, perciò Kisshōmaru, che era molto lungimirante e aveva anche occhio per gli affari essendo un commercialista, avendo anche notato le difficoltà fronteggiate da molti stranieri che si erano approcciati all'*aikidō* del padre, decise di modificare il processo di formazione tecnica della disciplina, in modo tale che fosse più semplice da apprendere.²²⁴

²¹⁹ LEFEBVRE, "The coordination of moves...", cit., p. 126.

²²⁰ L'associazione, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/l-associazione>, ultimo accesso il 23/12/2023.

²²¹ Intervista fatta al maestro Lorenzo Toffoletto il giorno 13/10/2023.

²²² Interviste fatte al maestro Riccardo Cuzzolin e all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli rispettivamente il giorno 13/10/2023 e il giorno 27/11/2023.

²²³ Intervista fatta al maestro Riccardo Zamperlin il giorno 17/11/2023.

²²⁴ Interviste fatte al maestro Lorenzo Toffoletto il giorno 13/10/2023.

In precedenza, vi era stata un'ulteriore separazione tra i primi allievi di Ueshiba che, pur seguendo le orme del maestro, si erano caratterizzati nella loro pratica, considerato che molti praticavano altre arti marziali come il *judō*, tra cui Kenji Tomiki e Minoru Mochizuki, e il *kendō*, come Kiyoshi Nakakura, e lo stesso si verificò in seguito a questa divisione tra padre e figlio, dove vi era chi decise di restare legato al fondatore e ai suoi insegnamenti e chi condivideva, invece, la visione del figlio. Tuttavia, è importante sottolineare che Kisshōmaru non ha mai disconosciuto il padre e la differenza di approccio è dettata soprattutto dal periodo storico e da scelte strategiche per la diffusione dell'*aikidō*. Sebbene questa apparente divisione, l'unica differenza sostanziale sta nello stile e nella pedagogia. Vi erano, infatti, alcuni allievi, come ad esempio il maestro Tōhei Kōichi, il quale sviluppò la Ki Society, una scuola che enfatizza maggiormente l'unione tra il *ki* e il nostro aspetto interiore, e che alla morte del fondatore intraprese una strada differente da Kisshōmaru e altri come i maestri Tada e Fujimoto, il primo che enfatizza molto l'aspetto di ciò che lui definisce il “forgiare la nostra energia vitale” (*ki no renma*)²²⁵ e il secondo che praticava un *aikidō* più moderno e con una pedagogia differente rispetto al maestro Tada ma che ne condivideva l'essenza, che alla morte del fondatore, pur rifacendosi alla didattica di Ō-sensei, rispettavano e riconoscevano il figlio come legittimo successore.²²⁶

Soprattutto a partire dalla fine degli anni Sessanta, con la morte del fondatore, si sono venute a creare molte scuole diverse tra loro, pur rifacendosi alla stessa disciplina, che ha portato a interpretazioni del mondo e di sé stessi nel mondo diverse e che in alcuni casi si sono trasformate in veri e propri stili.

In riferimento a queste due pedagogie separate dell'*aikidō*, fu lo stile dello Honbu Dōjō a raggiungere per prima l'Italia alla fine degli anni Cinquanta grazie a un corso tenuto a Roma da Haru Onoda, poi sostituita dal maestro Danilo Chierchini e in collaborazione con Motokage Kawamukai, al tempo giovanissimo *shodan*²²⁷ e che contribuì a richiamare l'attenzione del *dōjō* di Tokyo e del maestro Tada Hiroshi sull'Italia. In seguito, nell'ottobre 1964, fu proprio il maestro Chierchini a invitare il maestro Tada, allora settimo *dan*, che si trasferì in Italia dopo essere stato mandato dallo Honbu Dōjō di Tokyo per insegnare e diffondere l'*aikidō* in Italia.²²⁸

Riguardo la figura del maestro Tada Hiroshi, che in Italia ha rivestito un ruolo di rilievo per l'*aikidō* e affiliato allo Honbu Dōjō di Tokyo, come altri maestri, aveva avuto modo di apprendere l'arte direttamente dal fondatore, che aveva incontrato nel 1950, nel *dōjō* di Tokyo e fu talmente affascinato

²²⁵ Più nello specifico, si riferisce all'insieme delle pratiche mirate a sviluppare e affinare il *ki* e la concentrazione mentale. *Ki-no-renma*, “Aikikai d'Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/la-pratica/36-kinorenma>, ultimo accesso il 29/12/2023.

²²⁶ Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023.

²²⁷ Letteralmente “primo (*sho*) grado (*dan*)” ed è l'equivalente di cintura nera primo *dan*. *La Storia*, “Aikikai d'Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/l-associazione/40-la-storia>, ultimo accesso il 24/12/2023.

²²⁸ *La Storia*, “Aikikai d'Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/l-associazione/40-la-storia>, ultimo accesso il 24/12/2023.

dalla sua personalità carismatica e dalla sua profonda conoscenza del *budō* che decise di abbandonare il *karate*, che praticava all'epoca, e dedicarsi interamente alla disciplina di Ueshiba, da lui percepita come una pratica che combinava in modo scientifico le pratiche ascetiche finalizzate a raggiungere la condizione di *kishintai*²²⁹ e le tecniche difensive tipiche delle arti marziali. Una volta diventato maestro a sua volta ha sempre sottolineato l'importanza del praticare con gentilezza anche nell'allenamento personale, a cui dava grande valore, così come erano essenziali anche i movimenti di mani e piedi e lo sviluppo interiore del *ki* tramite tecniche di meditazione col respiro (*kokyū-hō*), ma soprattutto ha sempre allenato i suoi allievi seguendo la metodologia che lui aveva appreso dallo stesso Ueshiba.²³⁰ In Italia, tra i suoi maggiori allievi, si ricordano Danilo Chierchini e la moglie, Francesco Verona, per molti anni Presidente Nazionale dell'Aikikai d'Italia, e Fausto De Compadri, maestro a Mantova di riferimento per il nord Italia e che ebbe modo di apprendere in seguito anche dal maestro Saitō Morihiro, famoso in Italia per aver diffuso la pedagogia di Iwama.²³¹

Precedentemente, l'*aikidō* in Italia si appoggiava sulle visite di maestri provenienti dalla Francia, tra cui i maestri Abe Tadashi, Mochizuki Minoru e Kobayashi Hirokazu, ma fu proprio grazie al maestro Tada e al suo carisma che la disciplina fiorì in Italia: Tada iniziò a dare dimostrazioni, aprendo corsi e insegnando nelle maggiori palestre italiane di *judō* (unica arte marziale diffusa all'epoca) e ponendo così le prime basi dell'Aikikai d'Italia, costituita dopo la compilazione dello Statuto e che fu riconosciuta come Ente Morale dallo Stato italiano il 9 settembre 1978. Il maestro Tada istituì anche una serie di stage annuali, il primo dei quali si svolse a Venezia nell'agosto 1968 e che riscontrò un notevole successo (per gli standard dell'epoca). L'anno successivo si svolse a Roma e negli anni seguenti si spostò in varie sedi, tra cui Desenzano del Garda, Padenghe, Coverciano e l'attuale Palazzetto dello Sport di La Spezia.²³²

Negli anni successivi si susseguirono molti altri maestri giapponesi che collaborarono con il maestro Tada e contribuirono alla diffusione dell'*aikidō* in Italia, tra cui i maestri Fujimoto Yoji e Hosokawa Hideki, che diventarono parte integrante dell'Aikikai d'Italia, ma prima di loro anche il maestro Ikeda Masatomi, che insegnò per un certo periodo a Napoli, seguito dal maestro Nemoto Toshio, insegnante a Torino, e qualche anno più tardi dai maestri Yamanaka Kano e Nomoto Jun, che rivestirono il ruolo educativo a Firenze.²³³

²²⁹ Sistema di armonizzazione di spirito, mente e corpo facente parte della filosofia orientale. *Hiroshi Tada: fondatore e direttore didattico dell'Aikikai d'Italia*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/42-tada-bio>, ultimo accesso il 25/12/2023.

²³⁰ *Hiroshi Tada: fondatore e direttore didattico dell'Aikikai d'Italia*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/42-tada-bio>, ultimo accesso il 25/12/2023.

²³¹ Interviste fatte al maestro Lorenzo Toffoletto e all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli rispettivamente il giorno 13/10/2023 e il giorno 27/11/2023.

²³² *La Storia*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/l-associazione/40-la-storia>, ultimo accesso il 24/12/2023.

²³³ *Ibid.*

La diffusione dell'*aikidō* in Italia e nel mondo portò, nel 1976, alla fondazione della International Aikido Federation (IAF), dopo una serie di visite internazionali partite proprio dal *dōjō* centrale dell'Aikikai d'Italia da parte del *dōshu* Kisshōmaru Ueshiba, che raggruppa in un unico organismo internazionale le associazioni di *aikidō* sparse nei vari Paesi e riconosciute dallo Honbu Dōjō di Tokyo. Presidente di questa federazione è sempre il *dōshu*, mentre la carica di presidente esecutivo è stata a lungo ricoperta dall'italiano Giorgio Veneri, membro della Direzione Didattica dell'Aikikai d'Italia, fino alla sua morte nel 2005 e il maestro Tada, fondatore e attuale presidente dell'Aikikai d'Italia, è presidente del Superior Council che comprende sette tra i maestri più rappresentativi nella diffusione dell'*aikidō* nel mondo. Inoltre, tra i gruppi rappresentanti per ogni nazione, l'Aikikai d'Italia continua a essere uno dei più importanti e numerosi a livello mondiale.²³⁴

Scopo di questa associazione, oltre a garantire la diffusione della disciplina all'estero secondo la tradizione e lo spirito trasmesso da Ueshiba e promosso dallo Honbu Dōjō, è anche favorire l'incontro tra i praticanti internazionali sotto la guida dell'Aikikai del Giappone tramite un congresso, un importante seminario e un *enbukai*²³⁵. Per favorire la visibilità ed espansione dell'*aikidō*, differenziandolo comunque dagli sport competitivi, la disciplina è stata protagonista di alcune manifestazioni sportive a livello mondiale e, più recentemente, la IAF si sta impegnando nel favorire l'uguaglianza di genere nella pratica e aumentare la presenza delle donne all'interno delle istituzioni tra gli insegnanti internazionali.²³⁶

Alla fine degli anni Settanta e inizio anni Ottanta, quando ormai l'*aikidō* era ormai ben diffuso in Italia e conosciuto grazie al contributo del maestro Tada e dell'Aikikai d'Italia, ci fu chi sentì parlare del *dōjō* di Iwama e decise di visitarlo, venendo così a conoscenza del maestro Saitō Morihiro, il quale fu portato in Italia dal maestro Paolo Nicola Corallini nel 1984 e grazie al quale anche in Italia iniziò ad attecchire quella che è considerata la matrice originale dell'*aikidō*, anche se non è poi stata accettata da tutti, e ha conseguentemente portato molti *dōjō* in Italia a interiorizzare una ritualità (ad esempio, nelle forme di saluto iniziali) che non è presente a Tokyo e che risulta quindi più tradizionale. Nonostante ciò, paradossalmente, questo filone della disciplina risulta essere molto più praticato in Italia che non in Giappone attualmente e lo stesso Saitō ha sottolineato come, secondo lui, in futuro si sarebbe reso necessario per i giapponesi andare all'estero per imparare bene il "vero" *aikidō*.²³⁷

²³⁴ *International Aikido Federation*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/1-associazione/38-iaf>, ultimo accesso il 24/12/2023.

²³⁵ Manifestazione pubblica organizzata in occasione di dimostrazioni di arti marziali. *International Aikido Federation*, "Aikikai d'Italia", <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/1-associazione/38-iaf>, ultimo accesso il 24/12/2023.

²³⁶ *Ibid.*

²³⁷ Interviste fatte al maestro Lorenzo Toffoletto e all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli rispettivamente il giorno 13/11/2023 e il giorno 27/11/2023.

Saitō era l'allievo più longevo di Iwama, che aveva seguito il fondatore per 24 anni fino alla fine dei suoi giorni e da cui aveva ereditato il *dōjō* alla sua morte. Aveva, quindi, incamerato la pedagogia del fondatore e la sua missione era di trasmettere l'*aikidō* così come lo aveva appreso dal maestro, senza cambiare nulla e differenziandosi in questo modo dall'*aikidō* praticato a Tokyo da Kisshomaru e dai figli che lo hanno susseguito.²³⁸

Il suo nome fu inizialmente conosciuto nel mondo grazie alla pubblicazione nel 1970 di cinque volumi contenenti un sistema di classificazione e nomenclatura di centinaia di tecniche di *taijutsu*²³⁹, *aiki ken* e *aiki jo* usate in molti posti nel mondo e il primo Paese che visitò furono gli Stati Uniti nel 1974 per condurre dei seminari in California. Negli anni ha poi creato una rete capillare di istruttori all'estero che contribuirono a diffondere lo stile di Iwama, lo Iwama Ryu Aikidō, un *aikidō* in cui le tecniche di *taijutsu* e *bukiwaza*²⁴⁰ si armonizzano perfettamente. Il maestro si è spento il 13 maggio 2002, tuttavia, secondo Corallini, il suo atteggiamento verso l'arte e la sua capacità di creare una pratica basata su principi pedagogici efficaci che vanno ad armonizzare la disciplina con la tradizione più pura, unite alla devozione mostratagli da altri istruttori, ha permesso all'*aikidō* di essere attualmente stimato come una vera e propria arte marziale.²⁴¹

In Italia, i maestri Paolo Corallini e Fausto De Compadri furono i primi ad apprendere da Saitō, folgorati dal suo approccio all'arte e la propensione e capacità di trasmettere la didattica, e a ottenere in Italia le cinture nere in questo stile, seguiti poi da altri pochi allievi diretti di Saitō di cui si ricordano Alessandro Tittarelli, Massimo Aviotti e Gianfranco Leone. Entrambi i maestri avevano già avuto modo di entrare in contatto con l'Aikikai d'Italia e apprendere l'*aikidō* promosso dall'associazione, ma conoscendo Saitō hanno capito che vi era una grande differenza rispetto a ciò che avevano già appreso e, in particolare, il maestro De Compadri, al tempo quarto *dan* dell'Aikikai, ha deciso di togliere lo *hakama*²⁴² e reimparare tutto dall'inizio, tornando a indossare la cintura bianca.²⁴³

Il maestro Corallini, a cui si deve il merito per l'arrivo di Saitō in Italia, fu il primo italiano a essere accettato come allievo al *dōjō* di Iwama nel 1984, dove si accorse che l'*aikidō* da lui appreso nei suoi 15 anni di carriera era uno stile fluido, bello da vedere e poco efficace e che, soprattutto, non rispecchiava quello tradizionale del fondatore. Alla fine del suo soggiorno in Giappone e una volta

²³⁸ Intervista fatta all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli il giorno 27/11/2023.

²³⁹ Tecniche a mani nude. *Aikido Dictionary*, "Takemusu Iwama Aikido", <https://takemusu-iwama-aikido.org/aikido-dictionary/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

²⁴⁰ Tecniche con le armi nell'*aikidō* che includono *aiki ken* e *aiki jo*. *Aikido Dictionary*, "Takemusu Iwama Aikido", <https://takemusu-iwama-aikido.org/aikido-dictionary/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

²⁴¹ *Morihiro Saito Shihan – 9 Dan*, "Taai - Takemusu Aikido Association Italy", <https://www.taai.it/morihiro-saito/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

²⁴² "Gonna pantalone" a pieghe, di colore solitamente nero o blu scuro, indossato dai titolari di cintura nero e spesso da donne di qualsiasi grado. *Aikido Dictionary*, "Takemusu Iwama Aikido", <https://takemusu-iwama-aikido.org/aikido-dictionary/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

²⁴³ Intervista fatta al maestro Lorenzo Toffoletto il giorno 13/11/2023.

appresa la pedagogia di Iwama, da lui riconosciuta come la vera e unica via per studiare l'*aikidō* di Ueshiba, decise di farla conoscere anche in Italia e a tale scopo convinse il maestro Saitō a dirigere un *koshukai*²⁴⁴ a Torino nel febbraio 1985, segnando l'arrivo per la prima volta di questa figura di spicco in Europa centrale e la conoscenza dell'*aikidō* di Iwama in Europa. In seguito, il maestro Corallini invitò annualmente il maestro Saitō in Italia e creando così un vero e proprio nucleo di sviluppo dell'Iwama Takemusu Aikidō anche in altre nazioni europee, i cui praticanti iniziarono anch'essi a frequentare il *dōjō* di Iwama, precedentemente quasi sconosciuto, e a invitare Saitō, spesso seguito da Corallini che lo raggiungeva ogni anno in Giappone per stargli vicino il più possibile e progredire tecnicamente e aiutarlo a diffondere il Takemusu Aikidō.²⁴⁵

Nel 1985, Corallini fonda l'Iwama Ryu Italy (cambia poi nome nell'attuale Takemusu Aikido Association Italy, TAAI, di cui è ora Direttore Tecnico e Consigliere), associazione di cinture nere fedeli esclusivamente all'insegnamento di Saitō e che riceve il Riconoscimento Ufficiale dello Honbu Dōjō il 1 novembre 2015, mentre nel 1990, ormai godendo della piena fiducia di Saitō, fu incaricato di rappresentarlo nell'Europa centrale e meridionale e in Africa, dirigendo ogni anno numerosi seminari in Italia e all'estero. Il 25 maggio 2001, ricevette il settimo *dan* (poi conferito nuovamente dal *dōshu* il 9 gennaio 2011 in ratifica del precedente), grado più alto mai conferito da Saitō nel mondo e ottenuto ad oggi solamente da lui e dal maestro Ulf Evenås, entrambi successivamente nominati suoi Rappresentanti Ufficiali (Kyoju Dai Ri). Infine, nella prima decade del ventunesimo secolo, ricevette diversi premi e riconoscimenti per il suo grande contributo nella divulgazione della disciplina, tra cui la Medaglia d'Onore al Merito Sportivo, i premi "Fair Play" e "Apollino d'Oro", fino ad arrivare al conferimento l'8 gennaio 2017 del titolo di Aikikai Shihan dal *dōshu* Moriteru Ueshiba.²⁴⁶

Sebbene, comunque, vi sia stato questo sviluppo separato della disciplina in Giappone che si è poi rispecchiato anche in Italia, come emerso anche dalle interviste svolte a vari maestri della disciplina che hanno avuto modo di apprendere pedagogie diverse tra loro e da maestri differenti, si può notare come in realtà non emerga una così profonda differenziazione degli stili, soprattutto a livello di pratica, tra i praticanti italiani, ognuno dei quali presenta un approccio molto personale alla disciplina.

3.3. L'*Aikidō* in Italia: interviste

²⁴⁴ Raduni di *aikidoka* della durata di un fine settimana.

²⁴⁵ *Diffusione del Takemusu Aikido dal Giappone all'Italia*, "Taai - Takemusu Aikido Association Italy", <https://www.taai.it/diffusione-del-takemusu-aikido/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

²⁴⁶ *Ibid.*; Paolo Corallini Shihan, "Taai - Takemusu Aikido Association Italy", <https://www.taai.it/paolo-corallini/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

Similmente al lavoro svolto con il *judō*, si è deciso di limitare l'analisi della percezione e vissuto dell'*aikidō* in Italia al solo territorio della regione Veneto. A tale scopo sono stati intervistati sei praticanti tra maestri e insegnanti provenienti dalle città di Verona, Peschiera del Garda, San Donà di Piave e Rovigo.

Gli intervistati presentano molte differenze sia a livello di approccio iniziale alla disciplina, sia a livello di anni di esperienza, con maestri come Riccardo Zamperlin con alle spalle quasi quarant'anni di esperienza nella disciplina e altri, come l'insegnante Sara Masiero, che vantano solo pochi anni di pratica.²⁴⁷ Proprio l'approccio iniziale di quest'ultima risulta, tuttavia, interessante perché avvenuto nel 2020, durante il periodo della pandemia da Covid-19, e quindi diverso rispetto alle persone che iniziano solitamente a causa principalmente della limitazione, al tempo imposta dal governo, di fare lavoro di contatto, molto importante nell'*aikidō* e in altre arti marziali.²⁴⁸

Gli altri maestri intervistati presentano tutti almeno una decina d'anni di esperienza e pratica e, in alcuni casi, questi maestri avevano già avuto modo di praticare altre arti marziali giapponesi come nel caso del maestro Watanabe Koji e dell'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli, entrambi con un'esperienza di *judō* alle spalle:

Pratico *aikidō* da ventidue anni e precedentemente mi sono dedicato per più di vent'anni al *jūdō* e ad altre discipline marziali. Da tempo mi dedico parallelamente anche allo studio di uno stile di spada tradizionale giapponese.

Praticai *aikidō* per la prima volta per circa un mese come fisioterapia in seguito a un infortunio alla spalla avuto durante una gara di *jūdō*. Pensai che fosse una pratica molto tranquilla e non mi piacque molto perché la mia mentalità all'epoca era diversa e non ero pronto. Successivamente sono tornato all'*aikidō* in un periodo in cui non praticavo *jūdō*. Volevo continuare a studiare un'arte marziale tradizionale giapponese e andai alla ricerca di un insegnante, più che di una disciplina in particolare, con cui poter praticare senza troppe spiegazioni filosofeggianti. Lo incontrai ed era un maestro di *aikidō*.

Cominciò così il mio percorso in questo mondo che scopri essere molto più vasto di quanto immaginassi. Da allora smisi con il *jūdō* e le altre discipline, tranne la spada tradizionale, e mi sono dedicato completamente all'*aikidō*.²⁴⁹

Trentasette anni che pratico arti marziali. Ho iniziato con il *judō* all'età di otto anni e alla ricerca di qualcosa che fosse complementare al *judō* volevo fare *jūjutsu*. Un mio amico praticante di *judō* mi ha proposto di andare a vedere un maestro, Giancarlo Giuliani, che praticava *aikidō* ed è stata una

²⁴⁷ Interviste fatte ai maestri Riccardo Zamperlin e Sara Masiero rispettivamente il giorno 17/11/2023 e il giorno 26/10/2023.

²⁴⁸ Intervista fatta alla maestra Sara Masiero il giorno 26/10/2023.

²⁴⁹ Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023.

folgorazione. È dal 2009 che pratico. Inizialmente l'*aikidō* l'avevo visto solo sui libri. Ho praticato con lui e poi con altri maestri e in collaborazione con il maestro Toffoletto e Cuzzolin si portano avanti progetti di promozione della disciplina a livello regionale.²⁵⁰

Tuttavia, non è sempre stato possibile identificare quale ramo preciso dell'*aikidō* praticavano i maestri, a riprova che non esiste un confine netto tra la corrente dell'Iwama Ryu Aikidō e dell'Aikikai in Italia. Si è potuto, però, identificare uno stile di *aikidō* molto preciso nella disciplina praticata dal maestro Alan Pellegrini, e conseguentemente anche dalla maestra Sara Masiero che ha avuto modo di apprendere da lui e insegnare nello stesso *dōjō* aperto dal maestro in Italia.

Il maestro Pellegrini ha avuto modo di conoscere e praticare l'*aikidō* direttamente in Giappone, più di preciso presso la città di Matsuyama, dove ha avuto modo di conoscere il maestro Tanimoto Kancho, il quale nel 1979 ha aperto il suo *dōjō*, Aishinkan, il cui nome vuol dire “luogo dove si incontra il cuore”²⁵¹, e come raccontato dal maestro stesso:

Ho cominciato *aikidō* che avevo ventotto anni ma l'ho conosciuto per caso. Ero in Giappone a fare un viaggio in bicicletta e da lì, conoscendo gente, mi hanno detto di venire a vedere questo maestro di arti marziali. Mi ci hanno portato e me ne sono subito innamorato, per cui ho deciso di rimanere in Giappone per studiare e sono rimasto alla scuola del maestro, che si chiama Aishinkan. Aishinkan è una piccola organizzazione che fa parte dell'Aikikai. [...] Il mio maestro è di Matsuyama e si chiama Tanimoto, ha il titolo di *shihan* che è un po' come un caposcuola e che ha anche poteri speciali. Ha quindi la sua organizzazione ed è più libero dall'Aikikai e siamo una delle poche scuole che ha il suo riconoscimento. [...] Ho conosciuto l'*aikidō* rimanendo là, prima non volevo farlo. Avevo già fatto *karate* per tanti anni quando ero più giovane e non ho voluto fare mai più arti marziali; invece, mi è arrivato così per caso e sono rimasto a studiare lo stile del mio maestro, che è un po' particolare. Ci sono una marea di modi di fare *aikidō*, per cui quando poi sono tornato in Italia non potevo affacciarmi all'Aikikai d'Italia che ha tutt'altro modo di fare *aikidō*.²⁵²

Come poi racconta il maestro, a differenziare questa scuola dall'Aikikai e da Iwama è il fatto che, fino all'arrivo del maestro Pellegrini, la scuola non si era mai espansa all'estero:

Io sono arrivato nel 2008/2009, sono rimasto lì due anni e quando ho deciso di tornare in Italia, c'è stata la prima sede all'estero. Quest'anno un ragazzo giapponese, che aveva studiato con il mio maestro ancora

²⁵⁰ Intervista fatta all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli il giorno 27/11/2023.

²⁵¹ *Chi siamo*, “Aikido Aishinkan”, <https://www.aikidoaishinkan.it/chi-siamo/>, ultimo accesso il 31/12/2023.

²⁵² Intervista fatta al maestro Alan Pellegrini il giorno 10/11/2023.

tantissimi anni fa, ha fondato la seconda sede al di fuori del Giappone a Hong Kong. Quindi abbiamo un po' questa esclusiva di essere i primi fuori dal Giappone, mentre lì c'è qualche sede.²⁵³

Il maestro ha avuto modo di aprire la sede in Italia, con il benestare del suo maestro e fondatore, nel 2011 nella città di Rovigo, e si dedica alla diffusione dell'*aikidō* Aishinkan e alle attività di studio e diffusione dell'*aikidō* e, in maniera più ampia, della cultura giapponese.²⁵⁴

Ad avere la possibilità di viaggiare in Giappone per apprendere la disciplina nel corso degli anni vi sono anche il maestro Watanabe e il maestro Zamperlin, che ha praticato la disciplina un paio di giorni presso lo Honbu Dōjō di Tokyo, dove, spiega, il *dōshu* faceva una lezione di un'ora la mattina, dalle 6:30 alle 7:30, in seguito alternandosi con altri maestri.²⁵⁵ Nonostante ciò, anche gli altri maestri intervistati, sebbene non abbiano mai avuto l'opportunità di un contatto diretto con la disciplina in Giappone, sono concordi nella maggioranza che esistano delle effettive differenze nella pratica della disciplina tra i due Paesi e gli stessi si sono anche espressi a favore dell'importanza di mantenere un legame con la patria della disciplina. A partire dall'insegnante Masiero, che anche nel confronto con altri *dōjō* italiani afferma che:

[In Italia] è stato reso più, secondo me, commerciale e vendibile. Nel senso che io ho fatto degli stage in altri *dōjō* qua in Italia con amici di Alan, però hanno un approccio molto diverso e proprio marziale, cioè, è più duro, più secco. Io ho percepito la differenza, invece qui [nel *dōjō* di Rovigo] c'è proprio più amore.²⁵⁶

Lo stesso maestro Pellegrini, proveniente dallo stesso *dōjō* e con un'esperienza iniziale di due anni in Giappone, conferma in gran parte le parole della sua allieva:

A livello di pratica penso che tutti sudino alla stessa maniera, ma è l'approccio che cambia, perché qua molti maestri, ho visto, tendono a stereotipare tanto l'idea del giapponese samurai. Noi siamo fermi alle cose più da film.²⁵⁷

L'insegnante tecnico²⁵⁸ Lavagnoli, inoltre, nel confermare questa linea di pensiero, fornisce una prospettiva culturale più ampia che giustifica in un certo senso queste differenze:

²⁵³ *Ibid.*

²⁵⁴ *Chi siamo*, "Aikido Aishinkan", <https://www.aikidoaishinkan.it/chi-siamo/>, ultimo accesso il 31/12/2023.

²⁵⁵ Intervista fatta al maestro Riccardo Zamperlin il giorno 17/11/2023.

²⁵⁶ Intervista fatta alla maestra Sara Masiero il giorno 26/10/2023.

²⁵⁷ Intervista fatta al maestro Alan Pellegrini il giorno 10/11/2023.

²⁵⁸ A differenza del maestro, che può operare con atleti di alto livello e a livelli significativi di complessità, l'insegnante tecnico, seppur possieda piena autonomia operativa, può operare in situazioni di complessità medio-basse.

La differenza c'è ed è normale che ci sia, perché ovviamente loro sono giapponesi e noi siamo italiani. Il nostro modo di essere e il nostro livello culturale incide tantissimo su come pratichiamo qualcosa, semplicemente nell'etichetta (*reigi*), nello stare in *dōjō*, che è un po' diverso, dal mio punto di vista, culturalmente.

A livello di pratica credo che, da quello che ho visto da altri maestri, abbiano un approccio diverso e lo hanno anche quando trasmettono la disciplina a noi occidentali. Partono da molto più indietro, te lo spiegano molto di meno, sono più abituati a far vedere e che poi si ripeta più volte. Per il resto non vedo, nel complesso, queste grandi differenze, anche perché poi ogni maestro porta avanti una sua pedagogia che è legata alle sue esperienze, da quello che ha ricevuto e da come riesce a trasmetterlo. Alla fine, si pratica con tutti. Poi c'è la società che cambia e oggi è una continua sfida ovunque (sport, social, scuola, lavoro, ecc.) e quindi si è sempre alla ricerca di qualcosa che ti faccia sentire protetto e che ti possa in qualche modo difendere da quello che c'è fuori. Sicuramente la pratica è adattata alla nostra mentalità. Una grande differenza che ho riscontrato con i giapponesi è che, quando incontrano una persona a prescindere dal fatto che sia vestita come loro, all'inizio aspettano prima di prendere "intimità", anche tecnicamente, non si mostrano più forti o non si mettono mai al di sopra, quanto più si adattano e ho avuto modo di sperimentarlo anche a livello lavorativo.²⁵⁹

Discorso che si può anche riassumere nella sua metafora con il Monte Fuji che "è grande e ci sono varie vie per raggiungere la vetta, ma poi la vetta è sempre la stessa per tutti, ovvero l'*aikidō*. Cambia il modo di viverlo e l'approccio"²⁶⁰. Una prospettiva simile viene anche presentata dal maestro Watanabe, che, come il maestro Pellegrini, ha avuto modo di avvicinarsi all'*aikidō* giapponese:

Non si possono replicare dei modelli così come sono senza contestualizzarli, altrimenti si rischia che sia solo una sorta di rappresentazione magari affascinante, ma poco comprensibile. Penso che sia giusto che ci siano, in una certa misura, delle caratterizzazioni anche diverse all'interno di ciascun ambito culturale. Bisogna capire quanto della tradizione di un paese si possa introdurre e in che misura ciò sia comprensibile per far avvicinare le persone di una differente area geografica e culturale a una pratica di questo tipo.

Anche da parte degli italiani stessi, ci sono persone che desiderano che la tradizione venga riportata nella maniera più pura e fedele possibile. Si tratta però di una scelta che spesso diventa elitaria perché così facendo potrà essere seguita solo da quelle persone che siano in grado di aderirvi senza compromessi e mediazioni. Questo può anche andar bene, si tratta di comunque scelte, ma bisogna riflettere su un punto.

²⁵⁹ Intervista fatta all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli il giorno 27/11/2023.

²⁶⁰ *Ibid.*

Ovvero se l'*aikidō* sia una pratica rivolta a tutti o sia rivolta solo a persone in grado di fare una scelta radicale abbracciando una cultura molto diversa dalla propria in maniera pura e senza compromessi. In questo secondo caso l'*aikidō* sarà destinato ad essere una pratica di nicchia che solo pochi conoscono e sono in grado di portare avanti perché richiederebbe un grande impegno, sostanzialmente un impegno di tipo professionale.

Oppure considerare che l'*aikidō* possa essere rivolto a tutti e che tutti, in misura diversa, ne possano trarre beneficio. Accettare che sia una pratica rivolta anche alla maggioranza di persone che hanno una famiglia, che hanno una professione diversa e che possono dedicare solo un determinato numero di ore di pratica alla settimana. In tal caso sarà necessario trovare un compromesso che sia in sintonia con l'ambito storico, sociale e culturale in cui si opera. Questo in sostanza, a mio avviso, è il punto di svolta tra il cosiddetto *aikidō* tradizionale e l'*aikidō* moderno, senza dare giudizi di merito circa la validità di una scelta piuttosto che l'altra.²⁶¹

In riferimento al tipo di pratica che si viene a diffondere nel Paese, il maestro Toffoletto e il maestro Riccardo Cuzzolin, anch'egli praticante di *aikidō* e intervistato in quanto maestro ed esperto di *judō*, sottolineano come l'Aikikai d'Italia, rispetto ad altri Paesi, ponga molta importanza nel capire cosa cercano gli allievi nella disciplina, cosa espressa molto chiaramente dal maestro Cuzzolin che lo presenta in retrospettiva al proprio approccio all'insegnamento:

I miei allievi non sembrano e non saranno mai tutti uguali, perché come insegno e cosa insegno è diverso se insegno all'amatore di settant'anni, sessant'anni o cinquant'anni, all'agonista di venticinque anni che arriva agli assoluti, alla forza dell'ordine o chi viene per difesa personale o al bambino. Sono cose differenti ed è normale che sia così, quindi ti porti a casa quello che vuoi e se sono sufficientemente intelligente e abile ti do quello che è giusto per te. C'è questo gioco di ruoli tra insegnante e allievo dove è inutile che vieni qui per fare un po' di ginnastica e io ti insegno come ammazzare la gente in situazioni di guerra se in guerra non ci andrai mai, oppure viene quello che veramente deve andare ad arrestare persone in qualche ghetto e si trova degli armadi pronti a menarlo e, al contrario, ti parlo della filosofia. Forse, non ho dato una risposta alle tue esigenze.²⁶²

Un aspetto interessante riscontrato nel *dōjō* del maestro Zamperlin, favorevole a mantenere un legame con il Giappone, è il fatto che nella pratica dell'*aikidō* ricalca molto la tradizione giapponese, esponendo anche alcuni esempi di gestualità e movimenti che risalgono a quest'ultima e che ripropone durante l'allenamento:

²⁶¹ Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023.

²⁶² Intervista fatta al maestro Riccardo Cuzzolin il giorno 13/10/2023.

Vedi che camminano in ginocchio? Perché logicamente i giapponesi vivevano in *seiza*²⁶³, bevevano il tè e mangiavano in *seiza*, e siccome dovevano difendersi si picchiavano in ginocchio. Tutto quello che facciamo in piedi, lo riproponiamo anche in ginocchio, naturalmente prevalentemente si sta in piedi, perché noi occidentali abbiamo le ginocchia anatomicamente diverse dai giapponesi, i quali ci stanno perché le loro articolazioni per millenni stavano in ginocchio mentre noi stavamo seduti normalmente. [...] Poi, vedi come sono messe le ciabattine? Sono messe in modo sempre a imitazione dei giapponesi, i quali, nella vita di tutti i giorni in cui poteva esserci un terremoto o un uragano, mettevano le ciabattine in modo che fossero comode per scappare di casa, quindi tu esci, te le infili e scappi.²⁶⁴

Ad andare un po' controcorrente è, invece, il maestro Toffoletto, il quale riconosce che il Giappone con la sua cultura rappresenta l'origine della disciplina a livello storico, culturale e filosofico, ma ritiene che vista da un punto di vista puramente tecnico ci si possa anche distaccare e lo spiega con un paragone:

Un paragone che si può fare è un qualsiasi musicista al mondo che impara a leggere la musica e a dare i nomi e le differenziazioni in italiano, ma con questo non vuol dire che siano venuti a studiare in Italia. Eppure, i virtuosi li trovi ovunque, perché tutti quanti su una matrice comune hanno costruito il proprio mondo. Quindi la possiamo vedere anche sotto questo aspetto. Poi è chiaro, un legame col Giappone ci sarà sempre, nel momento in cui entri in *dōjō* e rispetti tutta una certa ritualità è chiaro che c'è un legame, ma questo non significa che debba essere proprio una cosa da perseguire assiduamente, assolutamente no.²⁶⁵

A differenza del *judō*, si può notare che l'*aikidō* viene percepito molto più come una filosofia di vita e quasi mai come un semplice sport e una delle ragioni principali è sicuramente l'impossibilità della disciplina di essere praticata a livello agonistico in quanto mai disciplinata e quindi senza prestazione sportiva, ma anche in quanto, come espresso dall'insegnante Masiero, "pratica fine a sé stessa, dove il valore non è attribuito da altri ma da sé stessi"²⁶⁶ e che "ti fa lavorare molto dentro, cioè affronti delle parti di te stesso che non pensavi di avere durante l'*aikidō*"²⁶⁷. Lavagnoli esprime la stessa idea in maniera più approfondita:

²⁶³ Modo di sedere sul pavimento, considerato corretto in Giappone, con le ginocchia allineate, gli stinchi e il dorso dei piedi appoggiati a terra e la schiena dritta.

²⁶⁴ Intervista fatta al maestro Riccardo Zamperlin il giorno 17/11/2023.

²⁶⁵ Intervista fatta al maestro Lorenzo Toffoletto il giorno 13/10/2023.

²⁶⁶ Intervista fatta alla maestra Sara Masiero il giorno 26/10/2023.

²⁶⁷ *Ibid.*

Per me non è esclusivamente uno sport di combattimento. È un'arte marziale e se proprio vogliamo definirlo è più l'arte di sopravvivere nel combattimento, perché è una disciplina che è complessa, ha molte sfaccettature ed è contaminato ovviamente da tutto quello che è la cultura giapponese. [...] Il suo messaggio è molto grande: non è combattimento, ma una ricerca interiore e personale di sé stessi, di distruggere la mente conflittuale che abbiamo attraverso anche la pratica fisica e la “meditazione in movimento”, come la definiva Ueshiba.

Per me è questo: una disciplina che mi aiuta a conoscere me stesso e a combattere questa realtà conflittuale che abbiamo un po' tutti quanti, questo attaccamento alle cose materiali e a cose spirituali. È uno stile di vita. Si è a contatto con una disciplina che ti insegna a non usare la forza, che è la prima cosa che impariamo a usare quando nasciamo, ed è difficile. È uno stile di vita che porto avanti dalla mattina alla sera, anche al di fuori dell'attività puramente in palestra, l'applico anche al mio lavoro e nella vita di tutti i giorni. È una cosa che fa parte di te e che diventa quasi scontata a volte, però non lo è. [...] Non è una sfida contro qualcuno, ma solo contro te stesso.²⁶⁸

In aggiunta, il maestro Watanabe pone enfasi anche sull'elemento sociale, che gioca anch'esso un ruolo importante nell'esperienza della pratica:

Rappresenta sicuramente un modo per conoscere i propri limiti e per affrontarli nella maniera più sincera possibile, sia a livello tecnico che mentale ed emotivo. Senza competere con altri, ma esclusivamente contro sé stessi e i propri limiti. Nell'evoluzione della pratica si incontrano spesso ostacoli o punti di stallo, in questi casi l'unica soluzione è allenarsi. Nell'*aikidō* non c'è un traguardo, una finalità, se non il cammino stesso. Per questo non c'è vittoria o sconfitta e, come dice il fondatore, – La Vera vittoria è la vittoria contro sé stessi –.

È fondamentale anche la condivisione, ovvero il mettersi in relazione con l'Altro, perché questo ti permette di uscire dalla tua zona di “comfort”. Da soli si corre il rischio di illudersi ed auto convincersi, ma entrando in relazione con l'Altro si viene costretti ad affrontare anche ciò che non si è in grado di comprendere e che rimane fuori dal proprio controllo.

L'assenza di competizione non significa assenza di confronto. Il confronto ci deve essere, ma si tratta di un confronto costruttivo per migliorare insieme e non distruttivo in cui ci si confronta per trovare un vincitore e uno sconfitto.

Tuttavia, in un ambito di gruppo, il rischio di essere risucchiati nel meccanismo della setta è sempre dietro l'angolo. È importante tenere sempre presente che lo scopo non è chiudersi in un mondo, ma aprirsi al mondo nel confronto con l'Altro. Questo è ciò che io personalmente, come istruttore, pregherei ogni giorno che accadesse in ognuna delle persone con cui condivido la pratica e in me stesso, per poter riportare questa esperienza nella vita di tutti i giorni anche al di fuori del *dōjō*.²⁶⁹

²⁶⁸ Intervista fatta all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli il giorno 27/11/2023.

²⁶⁹ Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023.

Sulla stessa scia dei precedenti maestri, anche il maestro Zamperlin presenta una prospettiva molto interessante della propria percezione dell'*aikidō*:

È come se fosse un mio laboratorio di analisi. Nella mia vita il *dōjō* mi ha “salvato”, perché la vita non è sempre semplice, può succedere una disgrazia, un lutto o una malattia, però mi sono sempre curato col *tatami*. Solo il fatto di salire lì, ti indica se stai bene o no, se stai bene con la testa, se stai bene con il fisico e quindi diciamo che è proprio una filosofia di vita. È quasi un salvagente. [...] Nella mia esperienza è curativo, poi anche nella vita, ciò che fai qui poi continua: se qua impari a respirare bene, che è difficile respirare bene, poi cerchi di respirare bene anche quando lavori. Per me è un modo per stare bene e sprono anche i miei allievi. [...] Quest'oretta di pratica ti distoglie dai problemi che hai avuto durante il giorno, torni a casa che sei più sereno, almeno nella mia esperienza. Quindi per me è una filosofia, non è uno sport.²⁷⁰

Proprio questo aspetto curativo e benefico viene enfatizzato spesso anche da tutti gli altri intervistati, concordi che la disciplina porti a benefici psico-fisici importanti e che si possono riassumere nelle parole dell'insegnante Masiero:

L'*aikidō* è: pratico e nel momento in cui lo faccio sento anche i miei limiti, che siano fisici o psicologici. Poi c'è tutto un discorso di regole e di rispetto, di disciplina sul *tatami*, che si chiama *reishiki*; praticamente quando ci si mette in ginocchio si è tutti uguali, non c'è uno più avanti o più indietro; quindi, non c'è nessuno che è migliore di un altro, siamo tutti uguali sul *tatami*. Vi è anche il rispetto degli altri, il rispetto di sé stessi, dell'ambiente, quindi dal punto di vista psicologico hai tutta una disciplina, un'educazione che ti viene da questo luogo. Dal punto di vista motorio usi tutti gli arti, quindi usi sia la parte superiore che la parte inferiore, lavori molto sull'equilibrio. L'*aikidō* è tantissimo sull'equilibrio statico e dinamico e anche sulla coordinazione.²⁷¹

Inoltre, si tratta di benefici fisici e mentali che, come sottolineato da Lavagnoli, rendono l'*aikidō* molto più accessibile a una fascia d'età più larga rispetto ad altre discipline e motivo per cui presenta il tasso più alto di praticanti anziani che ancora lo praticano attivamente sul *tatami*. In aggiunta, il maestro fornisce un confronto con il *judō* sulla base della propria esperienza personale:

Porta benefici fisici perché comunque ha una pedagogia abbastanza completa, che non è così scontata. Questo perché negli sport da combattimento non sempre la parte fisica e la parte mentale hanno un filo

²⁷⁰ Intervista fatta al maestro Riccardo Zamperlin il giorno 17/11/2023.

²⁷¹ Intervista fatta alla maestra Sara Masiero il giorno 26/10/2023.

conduttore. È molto funzionale, soprattutto negli anni. [...] È una disciplina che ti mantiene sano e che, se fatta in un determinato modo, fa bene anche alla testa, con questa continua lotta contro sé stessi. Personalmente mi rilassa tantissimo. Il *judō* l'ho fatto per lo più in maniera agonistica, ma non ero sereno perché avevo quest'ansia di dover sempre essere pronto. Con il *judō* e le gare lasciavo a ogni sfida o allenamento un pezzettino, una parte di me, indietro, mentre l'*aikidō* già dall'aver una buona postura, essere centrati, portare il compagno allo squilibrio restando in equilibrio, non ti permette mai di lasciare un pezzettino di te indietro, è sempre in difesa totale tua e di chi pratica con te. Ecco perché alcuni definiscono l'*aikidō* "l'arte di difesa per eccellenza".²⁷²

Sono importanti, tuttavia, l'approccio corretto e la costanza nella disciplina senza i quali non è possibile vedere né risultati nella pratica né risultati a livello di benessere personale e il maestro Pellegrini evidenzia come non sempre i benefici mentali siano riscontrabili:

Buttarla troppo sul filosofico, troppo sul profondo, diventa più uno stereotipo. Quindi sì, chiaro che si migliora, però è una roba che dura anni e non c'è un fine. C'è sicuramente un beneficio mentale, però non possono bastare quelle due volte a settimana che uno viene e quando forse ti accorgi di aver avuto il beneficio mentale in realtà non te ne sei accorto, sono passati talmente tanti anni che pensi sia l'età che ti fa migliorare. Più che altro mette su il fisico, si lavora su riscaldamento, stretching, allungamenti, che per la schiena sono un toccasana. A livello mentale può fare danni anche l'*aikidō*, perché chi prende cintura nera a volte può sviluppare degli attriti, perché pensa di essere arrivato più in alto degli altri; quindi, in questo senso c'è competizione ma lo vede solo il maestro. Fa bene. Mi portano a volte ragazzi che soffrono di disturbi come l'autismo e vengono trattati uguali agli altri ed è ciò che vogliono i genitori e gli psicologi, mentre in un campo da calcio sarebbe diverso.²⁷³

Lo stesso discorso sull'approccio e il contesto in cui l'*aikidō* viene praticato sono ripresi anche dal maestro Watanabe, che si sofferma maggiormente sull'aspetto formativo:

L'*aikidō* può apportare dei benefici, ma dipende innanzitutto dall'insegnante e dall'ambiente in cui lo si pratica. Bisogna non dare niente per scontato e lavorare continuamente, assieme agli altri e con grande attenzione. Può essere educativo, formativo, anche nelle relazioni sociali, ma deve esserci una attenzione continua, paziente, mantenendosi sempre con i piedi per terra, senza essere catturati da immagini troppo idealizzate e affrontando concretamente i problemi giorno per giorno. La pratica deve essere sempre accompagnata dalla riflessione, ma tale riflessione deve sempre essere in equilibrio con l'aspetto pratico e la teoria non deve diventare una scusa per coprire le mancanze della pratica, chiaramente vale anche

²⁷² Intervista fatta all'insegnante tecnico Cristian Lavagnoli il giorno 27/11/2023.

²⁷³ Intervista fatta al maestro Alan Pellegrini il giorno 10/11/2023.

il contrario. È generalmente difficile farsi male con l'*aikidō* perché non è il suo scopo, anzi, tecnicamente parlando, si tratta di neutralizzare una situazione pericolosa con il danno minore sia per me che per l'Altro.

Dal punto di vista educativo e formativo, ho avuto varie esperienze di persone che si sono trasformate in maniera sorprendente, in senso positivo, sia sotto l'aspetto caratteriale che relazionale.²⁷⁴

Come già accennato dal maestro Pellegrini e dal maestro Watanabe, questo genere di benefici si possono riscontrare anche nelle fasce d'età più giovani, sebbene l'*aikidō*, come il *judō*, si presenti più come un aiuto nel correggere certi problemi e atteggiamenti e non come una vera e propria cura:

Con i bambini hai gli schemi motori di base, soprattutto rotolamento. Tanti genitori portano i bambini qui, perché pensano che riescano ad ottenere dei lavori e dei risultati. Ovvio che i miracoli non li fai con l'*aikidō*. Ti ritrovi a scontrarti con qualcosa, anche perché tu pratichi con le persone, non pratichi da solo e non pratichi sempre con la stessa persona ma con persone diverse e più pratichi con persone diverse, più hai a che fare con energia e spiritualità diverse.²⁷⁵

I bambini logicamente deve farli giocare perché non è possibile altrimenti, però pian piano gli insegni delle basi della disciplina, a mettere le ciabattine messe bene, a piegare l'abito da allenamento (*keikoji*) e vedi dei progressi. Anche lì c'è la selezione naturale: c'è il bimbo che capisce che non c'è competizione e c'è il bimbo che invece la vuole.²⁷⁶

Per concludere, sebbene l'*aikidō* presenti un retroscena molto variegato sia in Italia, sia nella madrepatria, è possibile notare come non sussistano grandi differenze nella pratica della disciplina tra i vari maestri, ma nell'approccio personale: in Italia l'*aikidō* rappresenta una parte molto importante della propria vita personale anche al di fuori del *dōjō*. Nel confronto con il *judō*, si presenta anche come una disciplina senza molti connotati sportivi e con una maggiore dimensione filosofica percepita dai praticanti e che hanno la possibilità di confrontarsi maggiormente con la propria persona, piuttosto che con un avversario da sconfiggere, e quindi di lavorare molto di più sul proprio miglioramento e sviluppo psico-fisico.

²⁷⁴ Intervista fatta al maestro Watanabe Koji il giorno 23/11/2023.

²⁷⁵ Intervista fatta alla maestra Sara Masiero il giorno 26/10/2023.

²⁷⁶ Intervista fatta al maestro Riccardo Zamperlin il giorno 17/11/2023.

CONCLUSIONE

Il presente lavoro si è posto come obiettivo quello di indagare e analizzare la pratica e la percezione di due tra le più importanti arti marziali giapponesi del *budō*, il *judō* e l'*aikidō*, nel territorio italiano e più nello specifico nel contesto della regione Veneto.

Allo scopo di raggiungere questi obiettivi, la ricerca ha previsto lo svolgimento di interviste a sei maestri per ogni disciplina operanti nella regione Veneto e le cui domande erano strutturate con l'intento di sondare ogni aspetto della disciplina, della sua pratica e di come sia vissuta e vista dal praticante.

L'indagine ha evidenziato una certa tendenza tra gli intervistati di riconoscere queste arti come delle discipline ricche di principi e regole specifiche che rimandano alla cultura giapponese. Come è stato possibile apprendere, queste arti marziali rappresentano oggi un aspetto molto caratteristico della cultura giapponese, che si è ormai espansa in tutto il mondo grazie alla diffusione massiccia di queste discipline la cui storia affonda le proprie radici nell'antica tradizione dei samurai.

Tuttavia, sebbene originariamente si trattasse di arti marziali legate esclusivamente alla guerra ed esclusiva della sola classe guerriera, è stato lo sviluppo storico e culturale che le ha caratterizzate a portarle nel corso degli anni a essere conosciute e praticate in tutto il mondo, trasformandole in discipline fruibili da chiunque e con il nuovo obiettivo di favorire lo sviluppo fisico e mentale dell'individuo. Proprio questi meriti, riscontrati anche nella ricerca sul campo, hanno portato a una grande diffusione di queste discipline in tutto il territorio nazionale italiano dove, però, presentano delle differenze nell'approccio e nei metodi di apprendimento in particolare tra Italia e Giappone e, in alcuni casi, anche tra i diversi *dōjō* regionali.

Viene infatti sottolineato come entrambe le discipline abbiano dovuto subire un lungo processo di adattamento prima di essere accettate in Italia e iniziare a diventare man mano più popolari e diffuse lungo tutto il territorio nazionale, luogo che presenta una cultura differente dalla madrepatria di queste arti che incarnano in parte dei principi universalmente accettabili come la considerazione verso l'altro e l'imparare a conoscersi e migliorarsi da un punto di vista morale e l'importanza del rispetto, dall'altra invece presentano una certa ritualità nei gesti, come l'atto di inchinarsi al maestro o all'altare dedicato al fondatore della disciplina, che, seppur rispettata, non è percepita allo stesso modo tra i due Paesi. In Giappone, infatti, un certo grado di formalità e gestualità è culturalmente radicato e presente anche nella quotidianità odierna che, come evidenziato, non è riconducibile a usanze religiose, non riscontrabili in entrambe le nazioni.

Come è stato sottolineato all'inizio della ricerca, le discipline del *budō* si differenziano dagli altri sport tradizionali in quanto le prime non pongono il focus sulla vittoria, ma sul miglioramento della propria persona e proprio questo aspetto viene fortemente enfatizzato da tutti i maestri.

In Italia, più nello specifico all'interno della regione Veneto, è possibile constatare come il *judō* sia visto in parte come una disciplina puramente sportiva ma al tempo stesso non allo stesso livello degli altri sport (ad esempio, calcio, baseball, nuoto, ecc.) e che racchiude al suo interno dei principi e delle regole che portano molte persone a vivere la disciplina anche come una filosofia di vita. Vi sono maestri che praticano questa disciplina in maniera più tradizionalista e fine a sé stessa e altri che invece, al pari di altri sport combattivi, sono maggiormente focalizzati sull'efficacia della tecnica e non vanno a ricercare il legame con il Giappone. In entrambi i casi, tuttavia, al *judō* è riconosciuto un forte valore educativo, specialmente per i praticanti più giovani, che si rispecchia anche al di fuori del *dōjō*.

L'*aikidō*, invece, non è considerato come uno sport, complice anche la mancanza di competizioni e agonismo, e rappresenta una disciplina che accompagna il praticante in un percorso di miglioramento fisico e mentale personale e con lo stesso aspetto educativo riconosciuto anche al *judō*. Inoltre, si presenta come una disciplina più leggera e praticabile anche da praticanti molto più anziani, essendo caratterizzata da un uso molto limitato della forza e, come definita dal maestro Watanabe, una forma di "meditazione in movimento" che fa lavorare molto di più su sé stessi rispetto anche al *judō*, considerato come una disciplina educativa ma anche in parte focalizzata sulla vittoria in competizione. Entrambe le discipline sono vissute in maniera più profonda e personale rispetto agli sport tradizionali e, sebbene il *judō* a differenza dell'*aikidō* sia praticato e vissuto anche in un'ottica prettamente agonista da alcuni praticanti, è importante sottolineare come sia riconosciuto un certo valore aggiunto a queste discipline e ai benefici da loro apportati. Il lavoro di squadra risulta fondamentale in ognuna delle due arti dove il compagno con cui ci si allena permette al praticante di migliorare e viceversa. In entrambi i casi, i principi e messaggi che i fondatori hanno impresso nelle discipline e che desideravano fossero trasmessi da esse risultano ancora presenti in queste arti, che hanno mantenuto i loro valori intatti nel processo di adattamento al contesto italiano.

Trattandosi di una ricerca la cui indagine si è svolta in un contesto territoriale delimitato, in merito a possibili future ricerche, una ricerca sul campo simile può essere effettuata anche analizzando altre regioni d'Italia e ampliare questa modalità di ricerca anche ad altre discipline del *budō* popolari in Italia, come ad esempio il *karate* e il *kendō*.

BIBLIOGRAFIA

- BENESCH, Oleg, “Olympic samurai: Japanese martial arts between sports and self-cultivation”, *Sport in History*, 40, 3, 2020, pp. 328-355.
- BENNETT, Alexander (a cura di), *Budo perspective*, 1, Auckland, Kendo World Publications, 2005.
- BOWMAN, Paul, *Deconstructing Martial Arts*, Cardiff, Cardiff University Press, 2019.
- BRAWDY, Paul, “Exploring Human Kindness through the Pedagogy of Aikido”, Saint Bonaventure University, 2001, pp. 1-26.
- BROUSSE, Michel, “The Globalization of Judo”, *Research journal of Budo*, 40, 3, 2008, pp. 33-44.
- BROWN, David Hugh Kendall *et. al.*, “Sacred Imagery and the Sacralisation of Violence in the Martial Arts”, *Im@go. A Journal of the Social Imaginary*, 19, 2022, pp. 35-66.
- BROWN, Roger H., “Yasuoka Masahiro's 'New Discourse on Bushidō Philosophy': Cultivating Samurai Spirit and Men of Character for Imperial Japan”, *Social Science Japan Journal*, 16, 1, 2013, pp. 107-129.
- CARMENI, Bruno, *Vento dell'Est. La diffusione del Judo nel mondo*, [S.l.: s.n.], 2018.
- COHEN, Einat Bar-On, “Opening and Closing Ritual in “*Aikidō*” and “*Karate*” and the Dismantling of Violence”, *Journal of Ritual Studies*, 23, 1, 2009, pp. 29-44.
- CYNARSKI, Wojciech J., “Budo in global culture: from the traditional to the popular”, *Research journal of Budo*, 50, 3, 2018, pp. 170-180.
- CYNARSKI, Wojciech J., “Budo, Martial Arts and Combat Sports—Definition, Ideas, Theories”, *Research journal of Budo*, 45, 3, 2013, pp. 233-241.
- DUCCI, Paola, FICANO, Gianluca, *Le arti marziali nel mondo militare*, Roma, Stato Maggiore della Difesa - Ufficio Storico, 2020.
- FOSTER, Drew, “Fighters who Don't Fight: The Case of Aikido and Somatic Metaphorism”, *Qual Sociol*, 38, 2015, pp. 165-183.
- FULLER, Carol, LLOYD, Viki, *Martial Arts and Well-Being*, Abingdon-on-Thames, New York, Routledge, 2020.
- HOLT, Jason, “Physical Philosophy: Martial Arts as Embodied Wisdom”, *Philosophies*, 8, 14, 2023, pp. 1-7.
- KROLL, Barry, “Arguing with Adversaries: Aikido, Rhetoric, and the Art of Peace”, *College Composition and Communication*, 59, 3, 2008, pp. 451-472.
- LEFEBVRE, Augustin, “The coordination of moves in Aikido interaction”, *Gesture*, 15, 2, 2016, pp. 123-155.

MARTINKOVA, Irena *et. al.*, “The Contribution of Martial Arts to Moral Development”, *IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology*, 19, 1, 2019, pp. 1-8.

PELUSO, Alessandra, “L'Introduzione del jūdō nelle forze armate italiane”, *Il Giappone*, 41, Napoli, 2001, pp. 97-103.

RAIMONDO, Sergio, “Il bushido alleato. Il Giappone guerriero nell'Italia fascista (1940-1943)”, *Giornale di storia*, 27, 2018, pp. 1-29.

RAIMONDO, Sergio, “Martial arts and civil society in Italy during Sixties and Seventies”, *Idō – Movement for Culture*, 8, 2008, pp. 38-44.

STALKER, Nancy K., “Ōmoto”, in Lukas Pokorny e Franz Winter (a cura di), *Handbook of East Asian New Religious Movements*, Leiden, Brill, 2018, pp. 52–67.

TERRONE, Antonio, “Mind and Body in Budo: Poems of the Way”, *Spirituality Studies*, 6, 1, 2020, pp. 52-61.

TOSCHI, Livio, *Breve storia del Judo*, Roma, Polo Culturale FIJLKAM, 2023 (I ed. 2012).

UESHIBA, Morihei, *Budo. Gli insegnamenti del fondatore dell'Aikido*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1994.

YOUNG, Damon A., “Bowing to Your Enemies: Courtesy, Budō, and Japan”, *Philosophy East and West*, 59, 2, 2009, pp. 188-215.

INAGAKI, Masahiro, “Supōtsu bunka ni miru (seiyō) to (tōyō)” (“L'Occidente e l'Oriente nella cultura sportiva”), *Budō-gaku kenkyū*, 32, 3, 2000, pp. 1-11.

稲垣 正浩、「『スポーツ文化にみる〈西洋〉と〈東洋〉』」、*武道学研究*、32 卷 3 号、2000 年、pp. 1-11

SHIGEMASA, Seki, “Aikidō sōshi-sha ueshiba morihei no budō-kan — taihonkyō no eikyō ni chūmoku shite —” (Il punto di vista del fondatore dell'Aikido Morihei Ueshiba sulle arti marziali: concentrarsi sull'influenza di Omoto-kyo), *Budō-gaku kenkyū*, 22, 2, 1989, pp. 87-88.

関鎮 正、「合気道創始者植芝盛平の武道観—大本教の影響に注目して—」、*武道学研究*、22 卷 2 号、1989 年、pp. 87-88.

YABUZASHI, Satoshi, “Gendai budō ni okeru shōhaikan no honshitsu ni kan suru genshōgakuteki ichi kōsatsu” (Lo studio fenomenologico sull'essenza della visione della vittoria e della sconfitta nel Budo moderno), *Kagaku/Ningen*, 44, 2015, pp. 63-73.

藪崎 聡、「現代武道における勝敗観の本質に関する現象学的一考察」、*科学/人間*、第 44 号、2015 年、pp. 63-73.

YABUZASHI, Satoshi, “Gendai budō ni okeru shōhaikan no honshitsu ni kan suru genshōgakuteki ichi kōsatsu ni” (Lo studio fenomenologico sull'essenza della visione della vittoria e della sconfitta nel Budo moderno 2), *Kagaku/Ningen*, 45, 2016, pp. 125-132.

藪崎 聡、「現代武道における勝敗観の本質に関する現象学的一考察二」、*科学/人間*、第 45 号、2016 年、pp. 125-132.

SITOGRAFIA

Aikido Dictionary, “Takemusu Iwama Aikido”, <https://takemusu-iwama-aikido.org/aikido-dictionary/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

Bukijutsu, “Yasuragi dojo”, <https://www.yasuragidojo.com/weapons-jinenkan-kosei-gogi-dojo-mahopac-ny>, ultimo accesso il 23/12/2023.

Chi siamo, “Aikido Aishinkan”, <https://www.aikidoaishinkan.it/chi-siamo/>, ultimo accesso il 31/12/2023.

Dai nippon butoku kai (だいにほん - ぶとくかい〔 - ブトククワイ〕【大日本武徳会】), “weblio”, <https://www.weblio.jp/content/%E3%81%A0%E3%81%84%E3%81%AB%E3%81%A3%E3%81%BD%E3%82%93%E3%81%B6%E3%81%A8%E3%81%8F%E3%81%8B%E3%81%84>, ultimo accesso 26/11/2023.

Daito-ryū aikijūjutsu (大東流合気柔術), “Weblio”, <https://www.weblio.jp/content/%E5%A4%A7%E6%9D%B1%E6%B5%81%E5%90%88%E6%B0%97%E6%9F%94%E8%A1%93>, ultimo accesso il 20/12/2023.

Diffusione del Takemusu Aikido dal Giappone all'Italia, “Taai - Takemusu Aikido Association Italy”, <https://www.taai.it/diffusione-del-takemusu-aikido/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

Gominuki, “Dizionario italiano”, <https://www.dizionario-italiano.it/dizionario-italiano.php?lemma=GOMINUKI100>, ultimo accesso il 05/12/2023.

Hiroshi Tada: fondatore e direttore didattico dell'Aikikai d'Italia, “Aikikai d'Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/42-tada-bio>, ultimo accesso il 25/12/2023.

History and Culture, “International Judo Federation”, <https://www.ijf.org/history>, ultimo accesso il 26/11/2023.

History of EJU, “European Judo Union”, <https://www.eju.net/eju/>, ultimo accesso il 26/11/2023.

I Caimani del Piave, “Associazione Battaglia del Solstizio”, <https://www.battagliadelsolstizio.it/2021/07/18/i-caimani-del-piave/>, ultimo accesso il 29/11/2023.

Il JUDO è Randori e Kata, “Judo Kodokan Empoli”, <https://judokdkempoli.xoom.it/nuovo/randori-e-kata.html>, ultimo accesso il 22/11/2023.

Il movimento dell'Ōmotokyō, “Giappone in Italia”, <https://www.giapponeinitalia.org/2010/12/il-movimento-dell%E2%80%99omotokyō/>, ultimo accesso il 19/12/2023.

International Aikido Federation, “Aikikai d'Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/1-associazione/38-iaf>, ultimo accesso il 24/12/2023.

Kata (過 多), “weblio”,
<https://www.weblio.jp/content/%E3%81%8B%E3%81%9F#:~:text=%E9%81%8E%E5%A4%9A&text=%E6%95%B0%E9%87%8F%E3%81%AA%E3%81%A9%E3%81%8C%E5%A4%9A%E3%81%99%E3%81%8E%E3%82%8B,%E3%81%A9%E3%81%AE%E3%82%88%E3%81%86%E3%81%AB%E7%94%A8%E3%81%84%E3%82%8B%E3%80%82>, ultimo accesso 26/11/2023.

Ki, “Oxford English Dictionary”, https://www.oed.com/dictionary/ki_n2?tab=meaning_and_use, ultimo accesso il 14/12/2023.

Ki-no-renma, “Aikikai d’Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/la-pratica/36-kinorenma>, ultimo accesso il 29/12/2023.

Kito-ryū (起 倒 流), “Weblio”,
<https://www.weblio.jp/content/%E8%B5%B7%E5%80%92%E6%B5%81>, ultimo accesso il 20/12/2023.

Kodoha (皇 道 派), “goo 辞 書”,
<https://dictionary.goo.ne.jp/word/%E7%9A%87%E9%81%93%E6%B4%BE/>, ultimo accesso il 27/01/2024.

L’associazione, “Aikikai d’Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/l-associazione>, ultimo accesso il 23/12/2023.

L’origine, “Aikikai d’Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikido/aikido-cenni-storici/4-origine>, ultimo accesso il 23/12/2023.

L’UNESCO si dichiara pro-Judo, “Judo italiano”,
https://www.judoitaliano.it/articoli_dettaglio.php?ID=83&type=articoli, ultimo accesso il 05/01/2024.

La scuola del maestro Matayoshi, “A.I.K.O. Associazione Italiana Kobudo di Okinawa”,
<http://www.kobudo.it/index.html>, ultimo accesso 15/11/2023.

La Storia, “Aikikai d’Italia”, <https://www.aikikai.it/index.php/aikikai-italia/l-associazione/40-la-storia>, ultimo accesso il 24/12/2023.

Morihiro Saito Shihan – 9 Dan, “Taai - Takemusu Aikido Association Italy”,
<https://www.taai.it/morihiro-saito/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

O’ Sensei. Il fondatore dell’Aikidō, “Aikido Club Bergamo A.S.D.”,
<https://www.aikidobergamo.it/Morihei-Ueshiba/>, ultimo accesso il 22/12/2023.

Paolo Corallini Shihan, “Taai - Takemusu Aikido Association Italy”, <https://www.taai.it/paolo-corallini/>, ultimo accesso il 29/12/2023.

Shinkage-ryū (新 陰 流), “Weblio”,
<https://www.weblio.jp/content/%E6%96%B0%E9%99%B0%E6%B5%81>, ultimo accesso il 20/12/2023.

RINGRAZIAMENTI

A conclusione di questo elaborato, desidero menzionare tutte le persone, senza le quali questo lavoro di tesi non esisterebbe nemmeno.

Desidero innanzitutto ringraziare la mia relatrice, la professoressa Silvia Rivadossi, per avermi guidato e sostenuto durante tutto il percorso di stesura del lavoro con disponibilità e gentilezza, oltre che per il piacere e il coinvolgimento provati all'ascolto di ogni sua lezione.

Un ringraziamento anche a tutti i maestri che ho avuto il piacere di conoscere e intervistare, senza il quale questo lavoro non sarebbe stato possibile. Spero che la passione per queste discipline non si spenga mai e di essere riuscita a trasmetterla nel mio elaborato come voi siete riuscita a trasmetterla a me.

Ringrazio poi tutta la mia famiglia per avermi sempre sostenuto in ogni mia scelta; in particolare mia mamma, il cui supporto mi ha permesso di vivere grandi esperienze e di portare a termine il mio percorso universitario. Un giorno mi sdebiterò, ma siccome soldi non ne ho spero che la mia tesi possa bastarti.

Un grazie di cuore anche a tutti i miei amici universitari la cui complicità ha reso questi ultimi anni così entusiasmanti e indimenticabili e che mi sono rimasti accanto fino alla fine di questo percorso.

Ognuno di voi ha contribuito a rendermi la persona che sono oggi e ve ne sarò sempre grata.

Infine, vorrei dedicare questo piccolo traguardo a me stessa, ai miei sacrifici e alla mia tenacia che mi hanno permesso di arrivare fin qui e che possa essere il primo di una lunga serie di traguardi nel lavoro e nella vita.

Grazie a tutti, senza di voi non ce l'avrei mai fatta.