

# Seminario internazionale di aikido

15 ottobre 2010 con Shihan Maurizio Volpe  
16-17 ottobre 2010 con Doshu Yoshigasaki

**aikido: arte della vita, arte di vivere**



Per l'Associazione ticinese ki aikido di Balerna è stato particolarmente lieto l'appuntamento annuale per la tenuta del seminario internazionale di aikido.

Quest'anno decorrono infatti i 10 anni di attività e dunque di fondazione del sodalizio che nel tempo ha conosciuto uno sviluppo di tutto rispetto grazie alla collaborazione di tutti coloro che si sono avvicinati sui nostri tatami: da Andrea e Yvette che hanno dato l'avvio alla pratica sul territorio elvetico, a Shihan Bruno Maule che ha portato la sua vastissima conoscenza dell'arte, a tutti i praticanti che hanno consentito di mantenere viva l'Associazione, ai numerosi bambini e alle loro famiglie che ce li hanno confidati e che ce li confidano tutt'oggi, all'Autorità comunale di Balerna che ha considerevolmente sostenuto l'Associazione sia logisticamente che finanziariamente, a Bernhard Boll che gestisce il sito internet e insegna regolarmente in dojo, al Doshu che non ci ha mai fatto mancare il suo sostegno e la sua presenza a Balerna e da un paio di anni anche a Bosco Gurin.

Già da venerdì sera 15 ottobre, sotto l'eccellente direzione di Shihan Maurizio Volpe il seminario ha avuto inizio con la presenza di un folto gruppo di partecipanti giunti in palestra per condividere la pratica dell'arte con gli aikidoka di Balerna.

Kyu e dan si sono dedicati con attenzione allo studio e allo sviluppo delle tecniche del 2° tsuzukiwaza (Ushiro Katatedori) proposte e spiegate con grande precisione da Shihan Volpe dopo il Kenkotaiso, il Seitai Ho e l'Aikitaiso.



Al termine della lezione, tutti si sono radunati sul palco della sala sportiva per gustare un ricco buffet preparato e presentato da Laura e Karin a base di formaggi prodotti sugli alpeggi del Gottardo, salumi locali, riso e torte fatte in casa; il momento ha favorito una lieta convivialità in attesa dell'arrivo del Doshu proveniente dall'Italia e accompagnato da Donato Campagna al termine di alcune lezioni tenute presso altri dojo di amici aikidoka nello Stato a noi vicino.



Durante tutto il fine settimana del 16-17 ottobre il Doshu Yoshigasaki, con la sua immancabile serenità e armonia ha magistralmente diretto il seminario internazionale che ha convogliato sui nostri tatami un'ottantina di partecipanti di ogni grado e capacità.

Sintetizzare in poche righe quanto il Doshu ha proposto durante i due giorni della sua graditissima presenza a Balerna, è davvero cosa ardua; mi soffermerò solo su alcuni concetti filosofici che maggiormente mi hanno colpito, tralasciando gli aspetti tecnici.

Il Doshu, come già in altre occasioni, non si stanca di ripetere che l'aikido nella nostra epoca è divenuta un'arte di pace e armonia e come tale dovrebbe essere studiata e vissuta.

Amplificando il concetto, il Doshu ha spiegato che l'aikido è arte della vita e/o arte di vivere che consente di creare nuove realtà nella vita quotidiana a fronte di situazioni di pericolo di

diverso tipo quindi anche di tipo mentale e psicologico e di attacchi reali mediante lo sviluppo di tecniche armoniose.

Nei due giorni trascorsi sui tatami balernitani ha spesso insistito sul fatto che nessuno desidera combattere e pertanto, proprio in virtù di questo, l'aikido non può essere considerato un metodo per il combattimento, non è un sistema per l'autodifesa e nemmeno un'attività sportiva e/o competitiva.

E' piuttosto un mezzo che dovrebbe consentire lo sviluppo di buone relazioni con se stessi e gli altri mediante lo studio e l'applicazione delle tecniche, un mezzo per mantenere in buona salute il corpo fisico e per il raggiungimento della massima coordinazione e della tranquillità mentale: sembrano tutte cose facili ma in realtà ognuno ha le proprie ombre da scoprire, da accettare e da superare e questo è sempre un po' difficile perché implica introspezione, ricerca e capacità di autocritica.

Condiviamo questa visione del Doshu, o questa sua immaginazione, cioè che l'aikido è arte della vita e arte di vivere che si applica pienamente anche nella vita quotidiana la quale, come sappiamo, non è priva di pericoli di vario genere e non solo di quelli che possiamo immaginare giungere da qualche ipotetico aggressore, quindi pericoli che fanno comunque parte dell'esistenza nostra e del mondo e dunque costituiscono un'entità non sempre completamente controllabile e/o evitabile.

Nella pratica in dojo e nella vita quotidiana la nostra immaginazione determina la qualità di ciò che siamo e facciamo, quindi spetta ad ognuno di noi immaginare di essere e di fare il meglio possibile lungo un cammino di pace e armonia, per la crescita personale e per la migliore relazione possibile con noi stessi e con gli altri.

Approfittando della massima affluenza di praticanti sui tatami, prima della pausa per il pranzo abbiamo desiderato fare uno scatto fotografico, augurandoci che tutti o quasi tutti siano rimasti immortalati per il ricordo di questo bel seminario ricchissimo di contenuti.



Per il pranzo eravamo attesi al Grotto del Mulino nel Parco delle gole della Breggia che abbiamo raggiunto a piedi "romanticamente sotto l'ombrello", costeggiando il fiume nell'intento di creare un momento di evasione nella natura, favorire la conversazione e osservare i primi colori autunnali della vegetazione.

Come sempre l'accoglienza dei nostri amici del Grotto è stata calorosa e l'ambiente molto conviviale.

La pratica dell'arte è ripresa nel pomeriggio con una lezione di aikido per tutti.

In serata eravamo attesi all'Osteria del Furmighin a Sagno per un simpatico aperitivo prima di gustare l'eccellente cena preparata da Anna.

La serata si è svolta all'insegna dell'allegria e del piacere di stare insieme, ciò che fa sempre bene al cuore e all'amicizia.

La domenica mattina è trascorsa in un'atmosfera armoniosa e serena iniziando con un'interessante lezione per gli istruttori e i dan, a cui ha fatto seguito la lezione per tutti.



E' così giunto al termine un altro intenso e interessantissimo seminario che ha convogliato a Balerna numerosi amici giunti da vicino e da lontano, che abbiamo accolto con simpatia e affetto.

E' con un sentimento di gratitudine che vorrei sottolineare in particolare la presenza degli amici del dojo di Valdarno, degli amici del dojo di Bassano del Grappa e degli amici di Genova perché hanno percorso una lunga strada per giungere da noi viaggiando di buon mattino, e questo non va dimenticato.

Per sottolineare i 10 anni di attività della nostra Associazione, è con grande piacere che abbiamo potuto offrire una T-shirt commemorativa a tutti i partecipanti, grazie alla sponsorizzazione della locale Caffè Chicco d'Oro al cui direttore Cornelio Valsangiacomo vanno i nostri più sentiti ringraziamenti e a titolo personale aggiungo anche un amichevole abbraccio.

Un grazie di cuore anche ai gentili ospiti della Fondazione Provvida Madre di Balerna che hanno assemblato per noi dei simpatici portachiavi in cuoio, pure distribuiti a tutti in ricordo dell'evento.



Come sempre un piccolo gruppo (organizzatori e amici) si è ancora seduto attorno ad un tavolo del Grotto del Mulino per il pranzo e per condividere un ultimo momento di convivialità prima di congedarsi dal Doshu Yoshigasaki a da Shihan Maurizio Volpe a cui rivolgiamo un sentito grazie per l'eccellente conduzione del seminario.

A tutti i partecipanti va il nostro caloroso arrivederci in attesa di ritrovarci in una prossima occasione.

Sentiti ringraziamenti anche:

- al Municipio e alla Direzione scolastica di Balerna per la messa a disposizione degli spazi
- a Harriet Erkelens per le belle e originalissime decorazioni floreali offerte all'Associazione
- a Laura e Karin per l'allestimento del buffet del venerdì sera
- a Bernhard Boll per la collaborazione informatica, tecnica e amministrativa
- all'Associazione ticinese ki aikido Balerna, al suo Presidente Govert Erkelens per l'immane e prezioso sostegno in ogni occasione e a tutti coloro che hanno collaborato nei lavori di allestimento del dojo e nella posa dei tatami
- a Anna dell'Osteria del Furmighin e allo staff del Grotto del Mulino per gli ottimi pasti cucinati e la gentile accoglienza



Arigato  
Yv