

Pescara (Abruzzo) - 11 e 12 settembre 2021

J.K.A. Italia

Japan Karate Association

Stage Internazionale di Karate Shotokan Tradizionale

M° Naito, responsabile JKA Italia.

(20° anniversario dell'attentato alle torri gemelle di New York in America)

L

1. Attraverso la pratica di gohon, kihon ippon e jiyu ippon Kumite si aumenta la propria **sicurezza**; si acquisisce il concetto di **libertà** e **personalità** solo superando le regole, la tecnica di Karate diventa un mezzo per migliorare il carattere e imparare ad accettare i propri difetti.
2. L'inizio di questo percorso è imparziale, uguale per tutti, ma solo l'impegno costante permette al singolo di raggiungere il traguardo; chi è forte non ha tempo da perdere per **nascondere** i propri difetti e cercare **giustificazioni**, ma dimostra immediatamente consapevole della propria **responsabilità**.
3. Nel corso di questo stage abbiamo potuto apprezzare il comportamento corretto tenuto da un assessore che inizialmente, dovendo intervenire alla manifestazione, ha volutamente atteso, prima di potersi presentare, l'arrivo del proprio collega; in seguito, l'assessore medesimo ha interpretato educatamente le indicazioni ricevute attraverso lo sguardo del Maestro Naito e sciolto immediatamente le braccia che teneva conserte durante l'esposizione del collega. La dimostrazione dell'assessore di comprendere in linguaggio non verbale del Maestro e di rispetto verso una persona in cui riconoscere esperienza e capacità relazionali.
4. L'Istruttore JKA Italia deve saper valutare quando **intervenire** come mediatore, una **sicurezza interiore** che arriva con l'assunzione di **responsabilità**, **intervenire** con **sicurezza** significa anticipare e saper usare l'energia che unisce mente, spirito, tecnica e corpo (Shin Gi Tai / Shin Ki Tai).
5. L'orgoglio di appartenere alla scuola JKA, dove lo Stile di Karate Tradizionale Originale Shotokan si pone come strumento didattico ed educativo, imparziale con tutti i praticanti, deve guidare ogni Istruttore della JKA Italia, consapevoli delle proprie responsabilità, preparati ad affrontare la realtà senza paura del giudizio altrui.

S

La didattica del Maestro non si è limitata al palazzetto durante l'allenamento; è invece proseguita costantemente anche per strada, in albergo, in macchina, a tavola, durante gli esami da istruttore: in queste circostanze, alla presenza di tutti il Maestro ha fornito una vera e propria lezione di VITA a noi vecchi, trasmettendoci un pizzico della sua esperienza, non sotto forma di "Obbligo" ma con quella SEVERITA' di chi ama la disciplina e non ammette FALSITA' o MENZOGNE; solo attraverso la comprensione dei nostri errori si può crescere e solo gli errori ci danno l'occasione di crescere.... Essere uomini e istruttori responsabili e orgogliosi (pride) di far parte di una scuola di professionisti dal 1948 (73 anni). Meglio capire durante, dopo è facile.

Il Maestro non MOLLA MAI.

O

1. Allenamenti veramente interessanti con diversi concetti da acquisire.

Il primo giorno riferito al Kumite, dove il M.Naito ci ha dimostrato come dopo aver acquisito la base della pratica occorra andare oltre: **Coordinazione -scoordinazione**, minor peso sui talloni, maggior spinta abbassando la posizione, distanza ottimale, accompagnare la tecnica sempre con relativo spostamento dei piedi.

Tutti concetti importanti per raggiungere l'efficacia della tecnica.

Il secondo giorno in riferimento alla pratica dei Kata, i concetti di pressione e torsione del corpo, l'uso dei piedi e delle anche soprattutto nelle tecniche di rotazione.

In conclusione ho capito che occorre aggiungere pratica alla pratica.

2. Un sentito ringraziamento a tutta la segreteria e in particolare alle ragazze che ogni volta rinunciano a parte dell'allenamento per il disbrigo della burocrazia necessaria.
3. Come **una vera famiglia**, sempre contento di finire il tutto a tavola con il Maestro e gli amici rimasti dopo lo stage, dispiaciuto per chi è mancatosoprattutto per chi forse troppo concentrato su se stesso, sul proprio ego in questi ultimi tempi ha deciso di abbandonare la Federazione. D'accordo sulla proposta della nuova dirigenza ORG. JKA Italia. **Avanti i giovani.**

S

1. Quando il M° spiega come costruire la tecnica su se stessi attraverso la pratica lo fa dimostrando, le sue lezioni sono, come in un simposio, concrete e ricche di buoni esempi per far capire ai giovani come si arriva alla tecnica efficace.
2. Spesso si fa riferimento ai principi del M° Funakoshi (shoto nijukun, i 20 precetti ai quali si ispira sempre il M°): come l'acqua deve sempre essere mantenuta calda, invece di diventare fredda per mancanza di impegno ed energia, allo stesso modo è da considerare la costanza nella pratica del karate.

M

Entusiasmante riprendere dopo tanto tempo con le tecniche del kumite, i ragazzi più giovani si sentono molto stimolati quando hanno la possibilità di dimostrare ed essere corretti dal maestro, di essere messi alla prova anche duramente.

Il Maestro ha chiesto agli istruttori di spiegare ai propri allievi. Questo è il modo giusto per motivare i giovani e responsabilizzare gli istruttori.

P

1. Noi occidentali spesso pensiamo solo a noi stessi, senza pensare di proteggere i nostri allievi. Quando è scomodo, ci arrabbiamo e qualcuno abbandona.
2. Il Maestro dimostra prima di parlare e se parla ha già dimostrato.
3. Comunica ai giovani con empatia, noi parliamo solo per noi stessi.
4. Non accetta compromessi e cammina sulla sua strada con rettitudine.
5. Dice sempre: "...prima salire sulla barca JKA e poi dire!"

W

Nella prima fase della lezione il Maestro ha trattato argomenti legati a combinazioni di kumite facendo lavorare il gruppo, puntualizzando l'attenzione sulla decostruzione della forma accentuando il valore del concetto di "sco-ordinato per essere più efficace".
"Shu-Ha-Ri" si è accesa nella mia mente questa triade "Costruire-Rompere-Staccare".

M

Praticare senza aver paura di sbagliare e di fare brutta figura davanti ai propri atleti. La sicurezza arriva dalla pratica, con la pratica tutto si può risolvere.

N

"QUESTA VOLTA SONO ARRIVATO IN ANTICIPO IO"

1. Ho sentito queste parole in una telefonata ricevuta mentre ero di ritorno da Pescara verso Milano.

Lo stage organizzato bene, il posto fantastico e il risultato positivo (**qualità e quantità**) hanno reso la fatica del viaggio (6 ore andata / 8 ore ritorno) comunque gratificante, nonostante io fossi preoccupato, nella **ripartenza** durante il Coronavirus, per questo primo appuntamento della JKA Italia a Pescara (raggiungibile per tutti in treno, in aereo, in auto e anche in barca, **una sensazione di futuro internazionale**).

Ho pensato a quella frase, quanto **sacrificio** negli spostamenti **dal Sud al Nord**, quante volte hanno attraversato l'Italia per migliaia di chilometri. Ho pensato a chi invece è fortunato ad essere vicino al palazzetto dove si pratica, a chi non deve mai dimenticare il **senso di ospitalità** con cui si dovrebbe **rispondere sempre col cuore aperto (gratitudine)**. Grazie alla **JKA Italia del centro-sud**, grazie all'**Emilia Romagna**, alle **Marche**, all'**Abruzzo**, alla **Campania**, alla **Basilicata** e alla **Puglia**.

2. Sono da **44 anni in Italia** e ricordo quando, in un'altra federazione, fino a 10 anni fa, per **33 anni**, giorno per giorno senza mai fermarsi, percorrevo quella strada attraverso Emilia-Romagna, Marche, Abruzzo e Puglia con occhi diversi, era un'altra sensazione.

Ora sto percorrendo questa strada, sorretto dall'**energia di un obiettivo chiaro** e coinvolto dalla **responsabilità di tramandare** non solo la tecnica, ma anche lo **spirito del karate shotokan tradizionale**.

Un messaggio la cui **nuova corrente di speranza (ikioi)** si è manifestata soprattutto la sera di sabato, dove tutti, donne e uomini, giovani e veterani hanno cenato insieme in un'atmosfera di **condivisione dello stesso obiettivo**.

3. Osservavo il paesaggio fatto di soffici **colline**, **valli** profonde e **pianure** coltivate con **ordine e pulizia**.

Uno spettacolo per gli occhi, ma tutta quella bellezza, pensavo, quanto **impegno** ha richiesto al contadino che in ogni stagione prepara il terreno, gli alberi e la natura intorno ad essi?

Viene in mente quanto tempo e quanta dedizione ci sono voluti, grazie ai **pionieri del Karate Shotokan della JKA in Europa**, per dare **valore** e **prestigio** alla JKA Italia, impegnata nel seguire l'**educazione dei giovani** e nel difendere la **parità di genere**.

"SENTO CHE CRESCE LA RESPONSABILITÀ DELLA MIA MISSIONE"