# Pionieri il mio percorso

### Rober Fabbretti

# PIONIERI IL MIO PERCORSO



www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2013 **Rober Fabbretti** Tutti i diritti riservati

A mio padre...

#### Introduzione

Ogni cosa, ogni essere vivente, ogni essere umano ha una storia. Ogni storia può essere più o meno importante, tutto dipende dal suo contenuto e da come si possono essere verificati gli eventi che l'hanno generata in base ai quali si prova emozione ed interesse.

Ogni persona ha un suo percorso, dal momento in cui nasce e per tutto il tempo della sua esistenza.

Anche io ho la mia storia ed è questa che Vi racconto. Ma non inizia da quando sono nato, bensì dalla primavera del 1969, anno in cui è iniziata la parte del mio "percorso", (termine che citerò per tutto il mio racconto) che ha determinato il tratto più piacevole della mia vita.

Il racconto del mio percorso, come già ho detto, inizia nel 1969 ed arriva sino al 2013, anno in cui sono giunto, ma che proseguirà poi per tutta la durata della mia vita; di questo sono sicuro.

In questo percorso, tenuto conto che può rientrare nella narrazione di eventi come ce ne sono tanti e, quindi, di poca importanza letterale, io ho raccontato con quanto di reale può esistere in una storia con nomi ed avvenimenti riferiti alla vera e pura realtà per cui la poca importanza in senso letterale viene, per me, valorizzata dal fatto che questa è la mia vera realtà, vissuta e raccontata.

Questo percorso vuole essere la testimonianza della passione, dei sacrifici e delle soddisfazioni con i quali io ho intrapreso l'inizio della pratica dell'AIKIDO.

Io ho conosciuto l'Aikido per un puro caso, pensando di intraprendere una qualsiasi ginnastica, e neanche per amore della ginnastica, ma solo per il fatto che ho condiviso, con mio fratello, lo scopo di riempire un po' del mio tempo libero. Sin dai primi momenti in cui ho cominciato ad eseguire i primi movimenti sono rimasto affascinato, senza aver mai visto prima nessun maestro giapponese, figuratevi dopo. Durante la stesura dello scritto ho cercato di far condividere al lettore le stesse emozioni che io ho provato durante questo cammino.

Ho abbinato, parallelamente, quanto da me vissuto con il succedersi di eventi e situazioni che hanno potuto verificarsi nell'ambito di questo percorso. Come già ho detto, è una storia come ce ne sono tante ma, a volte, anche una storia banale e di poca importanza per taluni può avere effetti costruttivi per altri, e mi riferisco principalmente a coloro che si avvicinano per la prima volta all'apprendimento di un'Arte come l'Aikido per la quale, considerata la massiccia evoluzione che esso ha sviluppato tra una frammentazione e l'altra, oggi come oggi è facile cadere in scelte che, in un primo momento, entusiasmano ma che poi si rivelano solo false.

È un percorso pieno di salite e di discese, come del resto è la vita di ogni giorno. Questi dislivelli io li ho vissuti e se devo essere sincero, ho trovato molte difficoltà ma anche molte soddisfazioni e, se nel raccontare questo mio percorso, in qualche modo, sono riuscito a dare anche un minimo contributo di consapevolezza ad una sola persona, posso dire di aver raggiunto un obiettivo personale ma, se come credo, l'interesse che potrà generare questo mio racconto si evolverà in una sfera maggiore, allora sarà una enorme soddisfazione il sapere che ho dato un concreto contributo a chi, volendo iniziare la pratica di questa Arte, potrà trovare in questo mio percorso un punto di riferimento per intraprendere questo lungo e meraviglioso cammino.

L'Autore

(Vorrei precisare una piccola premessa che ritengo importante: nello scorrere delle mie parole, sin qui formulate, ho usato il termine MAESTRO anche per tutte le cinture nere che ho citato ma è chiaro che tale termine è riferito in senso reale solo ai maestri: Tada, Kawamukai, Fujimoto ed Hosokawa ed altri maestri giapponesi, mentre per le cinture nere è solo un riferimento per meglio disporre, in forma letterale, un lato tecnico in confronto fra tutti i praticanti. Fin qui, direi che il termine più a loro appropriato sarebbe la qualifica di: ISTRUTTORE.) La qualifica di "Shihan" sarà poi il M° Tada a conferirla ai vari designati quando saranno pronti per tale titolo.

#### Prefazione

L'argomento che primeggia il contenuto di questo testo è principalmente l'AIKIDO.

Mi sembra ovvio a questo punto dare, in sintesi, una spiegazione di questa Arte che ha sviluppato un'evoluzione significativa a livello mondiale.

## AIKIDO(合気道)

La via dell'energia e dell'armonia.

Spesso ci sentiamo rivolgere la domanda: "Che cosa è l'Aikido?"

Il termine AIKIDO si compone di tre ideogrammi dai quali si forma la parola.

合 (AI) armonia, 気 (KI) energia cosmica, 道 (DO) via.

Dalla traduzione letterale dei tre ideogrammi si può giungere alla definizione di: "Via dell'energia e dell'armonia".

Ad un primo impatto visivo l'Aikido si presenta come una raffinata forma di difesa personale basata sulla immobilizzazione di un avversario tramite l'applicazione di leve articolari, bloccaggi e proiezioni di uno o più attaccanti armati od a mani nude.

L'Aikido è la più moderna arte marziale giapponese i cui principi fondamentali sono stati scoperti dal suo fondatore, il maestro Ueshiba Morihei.

Il maestro Ueshiba ha volutamente caratterizzare la differenza che esiste tra un'arte fisica ed un'arte marziale spirituale elevando i princìpi dell'Aikido da un'arte marziale relativa ad un'arte in assoluto,

dall'aggressiva arte di combattimento ad una arte marziale spirituale, volendo, così, abolire ogni conflitto.

Quando qualcuno parla di noi, oppure noi stessi parliamo di noi, intendiamo sempre "la nostra esistenza o la nostra propria psiche". Attraverso i cinque sensi: tatto, vista, udito, olfatto e gusto riusciamo a capire che il nostro corpo ha una forma ed un peso ben definiti, siamo coscienti del nostro io-psichico, al contrario della nostra mente che non ha né forma né peso né colore.

Ogni mattina, al nostro risveglio, ci laviamo il volto ma quanti di noi si preoccupano di lavare altrettanto bene la propria mente? Sicuramente molto pochi.

Dobbiamo essere consapevoli che è la mente che comanda il corpo, la mente ordina ed il corpo esegue.

Molti di noi allenano scrupolosamente il proprio corpo ma si distaccano dall'allenare la mente, pochi si rendono conto che, come il corpo, anche la mente rimane sporca se non è lavata e debole se non è allenata.

Nell'insegnamento dell'Aikido si tiene conto di questa realtà e durante la pratica delle tecniche viene insegnato che, prima di muovere il corpo, si deve usare la propria mente e quando si tenta di proiettare un avversario, prima di proiettare il suo corpo, bisogna guidare la sua mente.

Se noi proviamo a proiettare il nostro avversario con la sola forza del corpo, ci accorgeremo ben presto della difficoltà a cui andiamo incontro, dobbiamo ricordare che la mente non ha né peso né forma e che un uomo fisicamente strutturato non necessariamente può avere una mente altrettanto forte e viceversa.

La capacità di guidare la mente è un'arte che si apprende e si può controllare al punto tale che una donna od un ragazzo ed anche una persona anziana possono riuscire facilmente a proiettare un uomo con struttura fisica maggiore.

Quando assistiamo per la prima volta ad una dimostrazione di Aikido la prima reazione del pensiero è di considerarla una cosa finta, calcolata, programmata. Ma non è proprio così.

Il senso comune dello spettatore considera il corpo come figura centrale rimanendo ingannato da una limitata ed incompleta conoscenza; infatti, esso non può vedere il lavoro che viene svolto dalla mente. Solo tramite la conoscenza del lavoro che, insieme, corpo e mente svolgono, si può giungere alla conoscenza della verità.