

# 古池

Il judo sul tatami, nello studio, nel lavoro, nella vita.

selene  
CENTROSTUDI  
www.selenecentrostudi.it

# FURUIKE

“La via inizia con il dare  
e prosegue  
nello stare insieme  
per crescere  
e progredire.”  
Jigoro Kano

Vincent Van Gogh- Ramo di mandorlo fiorito, 1890 - V.G. Museum, Amsterdam

春夏

N°1 - Primavera / Estate 2014

Newsletter della Scuola di Judo Tradizionale  
del Selene Centro Studi



Vincent van Gogh (Sera d'estate a Arles) 1888 Kunstmuseum Winterthur



- Judo &...  
Uscire dal tatami  
Il ricordo dei kami
- Riti e tradizioni  
Il Festival Obon
- Arte  
Vincent Van Gogh  
e la "Giapponeseria"
- Lavoro  
Le influenze culturali  
nella critica e nel giudizio
- Letteratura...  
Ungaretti e gli Haiku
- Ricordi e Appuntamenti

## Judo & ... Uscire dal Tatami

Nuove Stagioni, nuovo Furuike; dopo aver dato il benvenuto alla Primavera e all'Estate, in questo numero Furuike ci invita ad ammirare gli alberi in fiore di Van Gogh e Hiroshige, a conoscere gli Haiku (li ricordate? I brevi componimenti giapponesi) di un poeta italiano, Giuseppe Ungaretti, a non trascurare il tempo della memoria e della gratitudine...insomma a lasciarci ispirare dal fascino dell'estremo oriente e a riflettere su ciò che ci influenza nelle nostre azioni, dentro e fuori dal tatami, ciò che ci ispira profondamente...

**“Nel Judo ci sono due dimensioni: ‘Realizzarsi’ ed ‘Essere utili’. La prima invita a fare, a praticare, a ricercare il miglior impiego dell’energia; la seconda riguarda il dare intelligentemente intorno a noi quello che serve a crescere.**

**Alcuni judoisti sono in questa visione; altri ne sentono il richiamo ma la pigrizia li trattiene nell’abitudine. Poi c’è una massa abbagliata dal luogo comune di gareggiare, vincere, contare nell’ambiente sportivo e ottenere qualche vantaggio dagli enti amministrativi.**

**Queste differenti interpretazioni del Judo rientrano nell’infinita varietà del mondo. Ma, anche se il partito degli egoici esisterà in eterno, sarebbe auspicabile una variazione di percentuale tra le due categorie estreme: quella sulla Via e quella che segue la corrente sportiva.**

**Perché i bambini ci guardano.**

**Perché l’egoismo è meschino.**

**Perché vivere è meglio che sopravvivere.**

**Il Judo ci insegna a fare uno sforzo per migliorare (educazione); ci indica una direzione (cultura); ci offre anche delle gare (sport).**

**Purché tutto questo esca dalla palestra e invada la vita, fino a formare un essere umano che realizzi il Miglior Impiego dell’Energia.**

**Questa è la sintesi dell’insegnamento di Jigoro Kano. Questa è la nostra proposta e se le nostre iniziative possono sembrare carenti è perché abbiamo bisogno di voi.”**

**[Cesare Barioli - Kyu-shin Do 28 Febbraio 1995 – N.30]**



Con lo spirito di chi con la bella stagione si rinnova per sfoderare nuove energie e per ricordarsi “chi siamo” e “da dove veniamo” proponiamo un estratto da “Kyu-shin Do”, periodico culturale redatto dal Maestro Cesare Barioli.

Mantenendo accesa la spia dell’autocritica, è necessario sapere quello che si sta facendo e perché lo si fa. Ma non è solo importante saperlo, occorre dichiararlo, presentarsi, prendere una posizione, preservare la propria identità: perché se è vero che il Judo può essere inteso come la Via dell’adattabilità è altrettanto vero che adattabile non significa indefinibile, sfuggente o addirittura ambiguo. E il **Judo Tradizionale**, che non ha la pretesa di essere migliore o peggiore dei diversi tipi di Judo proposti, ha un carattere ben definito e ha bisogno di persone altrettanto di carattere e con una forte identità che siano in grado di rispondere all’imperativo di Jigoro Kano: **“uscire dal tatami e portare il judo nella vita di tutti i giorni!”** Che si parli di Judo, del proprio lavoro o del proprio corso di studi, l’impegno è strettamente legato al motivo che ci spinge ad agire; **più alto è il motivo, maggiore sarà l’impegno necessario e ciò che tornerà indietro...** esattamente come nel Judo: riuscire a portare il lavoro fatto sul tatami al di fuori del dojo è uno sforzo enorme, ma non è forse vero che **“l’universo, senza sforzo umano, tira al caos?”**

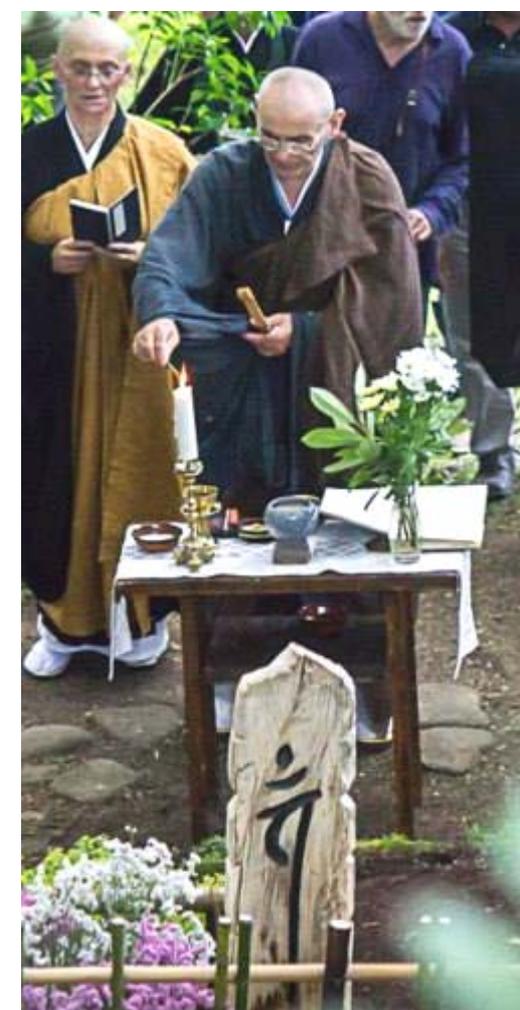
## Judo & ... Il ricordo dei Kami

Se, come disse il celebre scrittore Khalil Gibran, "il ricordo è un modo di incontrarsi," il ricordo del maestro Cesare Barioli ha avuto ancora una volta il potere di far incontrare la sua progenie judoistica da tutta Italia. In occasione del secondo anniversario della sua scomparsa, il 13 luglio, si è celebrata la commemorazione e la posa della stele al monastero Shobozan Fudenji.

La stele reca il nome del maestro Barioli ed è stata posta dall'Abate del Monastero Fausto Taiten Guareschi (foto sotto) nel viale dedicato alle personalità che hanno lasciato un segno vivo ed indelebile nella memoria collettiva o del Monastero. La celebrazione è stata accompagnata da un intervento del Professor Marcello Ghilardi, Ricercatore in capo filosofico all'università di Padova, che ha interpretato in chiave filosofica ed estetica i pensieri e gli ideali che Barioli promuoveva nell'ambiente del Judo italiano.



Davide Morelli, Leonardo Maresca ed Enrico Cloutier, assieme ad altri esponenti del Judo del Selene Centro Studi hanno partecipato alla Cerimonia.



Per omaggiare la memoria del maestro, Andrea Dotti e Stefano Maiaso del dojo Bu-sen di Milano, hanno eseguito il Ju no Kata. Per concludere in bellezza la giornata il gruppo Fudendaiko del monastero ha intrattenuto i presenti con un'esibizione di Taiko, i tamburi tradizionali Giapponesi.



Foto Astra Studio- Alberto Strano



*"La terra non ha memoria. Il vento si nutre di polvere e cespugli rotolati e dell'orgoglio di impronte cancellate e nuvole disperse. Ora che la mia gente di quelle stesse nuvole è fatta e con quelle stesse orme ha camminato, non c'è altro da attendere ancora. Non sarà Kokopelli, il suonatore dal morbido flauto, sulla schiena accasciato quando il suo spirito ci abbandona alla carestia che uccide. Non sarà Orge dai denti digrignati, né Soyal dal muto triangolo in bocca, né Nangosohu che ha in faccia la stella del mattino. Nessuno di questi dimenticati spiriti tornerà a riportarci l'orgoglio abbattuto, i sensi sopiti, la battaglia perduta perché mai combattuta. Nessuno. Sarà il dormiente generato dal sonno e dalla paura che ci condurrà sull'antico sentiero, il guerriero ardente unico figlio di questa terra che da sempre non ha memoria. Eppure, da sempre, ricorda." G.Faletti*



Bon Odori 盆踊り

Il Festival Obon **お盆**, o semplicemente Bon **盆**, è una festività estiva giapponese, in cui si rende onore agli spiriti degli antenati.

Il nome della festività deriva dal sanscrito Ullambana (lett. *appeso a testa in giù*) ed è collegato a una grande sofferenza che è necessario alleviare. I festeggiamenti consistono nella visita ai luoghi storici per la famiglia, pulizia delle tombe e degli altari familiari e ...in un festival carnevalesco di 3 giorni!

In questo periodo di festeggiamento variabile in base al calendario di riferimento della regione (15 Agosto, 15 Luglio o il 1° giorno del 7° mese lunare) sono presenti bancarelle di cibo, attrazioni da luna park e soprattutto le danze Bon (Bon Odori **盆踊り**) attorno al "pilastro centrale" del festival, lo Yagura **櫓** (Foto a destra).

Considerando il periodo estivo dei festeggiamenti, i partecipanti vestono tradizionalmente lo yukata (lett. Vestaglia da bagno), un kimono leggero di cotone che, oltre ad essere comodo e fresco, è anche uno degli aspetti più folkloristici dell' Obon. (Foto sotto a sinistra)



Il periodo di festa si conclude con la cerimonia del Toro Nagashi 灯籠流し (navigazione delle lanterne), in cui le lanterne di carta sono accese e lasciate navigare sui fiumi, simboleggiando le anime degli antenati che tornano a riposare.



*Le danze Bon sono una tipologia di danze tipica del festival, che si svolgono attorno allo yagura, pilastro centrale, a ritmo dei Taiko (tamburi tradizionali giapponesi). La musica e le movenze variano di luogo in luogo e sono strettamente collegate al folklore locale. La leggenda narra che il Monaco Mokuren, usò i suoi mistici poteri per osservare l'anima della sua defunta madre. Una volta scoperto che ella era finita nel reame degli spettri affamati, chiese al Buddha cosa potesse fare per poterla liberare, ed egli lo istruì su come fare offerte ai monaci che avevano da poco finito il ritiro estivo, il 15° giorno del 7° mese.*



*Dopo aver fatto ciò, il discepolo vide liberata l'anima della madre e, ripensando a tutto ciò che di buono ella aveva fatto per lui, la gioia fu tale che cominciò a danzare. Questa è l'origine delle danze Obon, che celebrano il ricordo degli antenati e ne apprezzano i sacrifici.*

Judo & ... Arte Dietro il celebre pittore olandese si nasconde l'arte Ukiyo-e.

A destra:  
"Il susino in fiore" di  
Vincent van Gogh  
(1887)

Vincent van Gogh  
(Zundert, 30  
marzo 1853 -  
Auvers-sur-Oise, 29  
luglio 1890) è stato  
un pittore olandese.



A sinistra:  
"Il giardino dei susini a Kamaeido"  
di Hiroshige Utagawa  
(1857)

Hiroshige Utagawa  
(歌川重) (Edo, 1797 -  
Edo, 12 ottobre 1858)  
è stato un incisore  
e pittore giapponese.  
A 14 anni venne



Autore di ben 864 tele e di più di mille disegni, senza contare i numerosi schizzi iniziati e non portati a termine più diversi appunti probabilmente destinati all'imitazione di disegni artistici di provenienza giapponese, tanto geniale quanto incompreso in vita, van Gogh influenzò profondamente l'arte del XX secolo.

nella "bottega" del maestro Toyohirō della scuola Utagawa. I suoi progressi furono talmente rapidi che, già nel 1812, Toyohirō gli rilasciò un certificato che l'ammetteva nella scuola Utagawa e con il nome di Utagawa Hiroshige. Insieme a Hokusai è considerato uno dei principali paesaggisti giapponesi dell'800. La serie più famosa di Hiroshige è "Le 100 vedute famose di Edo". Monet e Pissarro lo definivano " un meraviglioso impressionista".

Vincent Van Gogh e la "giapponeseria" di M.B.S.

Fragile, schizofrenico, sofferente l'uno. Solido, composto, sereno l'altro. Cosa lega Van Gogh e Utagawa Hiroshige? Va ricordato subito che l'interesse di Vincent van Gogh verso l'arte giapponese non è stato casuale né episodico. Il grande artista fiammingo era, come noto, praticamente autodidatta e restio ad accettare le regole dell'apprendimento; quindi, con l'apertura dei porti del Giappone all'occidente (fine XIX secolo), accolse con entusiasmo la possibilità di attingere ispirazione da una scuola che privilegiava l'osservazione attenta della natura e la composizione istintiva, alle lunghe sedute in studio. Fu facilitato dall'aver vicino il fratello Theo, che esercitava il mestiere familiare di mercante d'arte; insieme raccolsero più di 400 opere, che ora si trovano al museo Van Gogh di Amsterdam.

IL GIAPPONISMO O GIAPPONESERIA (MALDESTRA TRADUZIONE DAL FRANCESE JAPONISME E JAPONAISEIRE) COLSE VAN GOGH E MOLTI PITTORI FRANCESI COME UN MAL D'AFRICA, UNA NOSTALGIA IRRIMEDIABILE, PUR NON AVENDO MAI VARCATO I CONFINI DEL SOL LEVANTE. L'ARTE UKIYO-E, SI MANIFESTA SOPRATTUTTO IN QUEI DIPINTI CHE RITRAGGONO I FIORI. LE ROSE, GLI IRIS, I GIRASOLI, TESTIMONIANO L'INTERESSE DI VINCENT PER I DIPINTI GIAPPONESI, IN PARTICOLARE DELL'INCISORE E PITTORE HIROSHIGE, SUI QUALI OSSERVA CON AMMIRAZIONE LA VIOLENZA CROMATICA, RESA VIBRANTE DAI CONTRASTI, I TONI E GLI ABBINAMENTI DEI COLORI.

*Il GIAPPONISMO è considerato come il fenomeno culturale (non solo artistico), che si manifesta in Europa e negli Stati Uniti dal 1860 al 1913, grazie alla diffusione in Occidente della cultura giapponese. Sandali, kimono, ombrelli di carta, raggiunsero ben presto ogni parte del mondo. Notevole importanza ebbero le stampe Ukiyo-e che influenzarono radicalmente lo stile degli impressionisti francesi.*



La locandina della mostra Parigina che mette a confronto le opere dei due grandi maestri di pittura.

In una lettera al fratello, Vincent confessa: «In quanto a soldi ho perduto più che guadagnato, e va bene, ma intanto ho avuto la possibilità di vedere molte giapponeserie con tranquillità e a lungo. Il tuo appartamento non sarebbe quello che è senza le giapponeserie (...). Tutto il mio lavoro si basa sulla giapponeseria».

« Non si potrebbe studiare l'arte giapponese, mi sembra, senza diventare molto più sereni e più felici: dobbiamo ritornare alla natura, nonostante la nostra educazione e il nostro lavoro in un mondo convenzionale. ... Invidio ai giapponesi l'estrema nitidezza che tutte le cose hanno presso di loro. Nulla vi è mai noioso, né mi sembra mai fatto troppo in fretta. Il loro lavoro è semplice come respirare: essi fanno una figura mediante pochi tratti sicuri, con la stessa disinvoltura come se si trattasse di una cosa semplice quanto abbottonarsi il panciotto. » V.v. Gogh



## Le influenze culturali nella critica e nel giudizio di S.M.

Nelle vita di tutti i giorni, soprattutto in ambito lavorativo, ci può capitare di dover giudicare il lavoro o gli errori nostri e degli altri. Il nostro giudizio, tuttavia è fortemente influenzato dal contesto culturale in cui si è inseriti e tende a ricadere sulle **persone** piuttosto che sulle **situazioni che le riguardano**, molto spesso difficili da osservare e descrivere.

La cultura occidentale considerata in genere **individualista**, in presenza di un errore, tende ad attribuirne la responsabilità al singolo individuo; al contrario, le culture orientali, che pongono in risalto **l'appartenenza al gruppo** ed all'interdipendenza, tendono ad attribuire l'errore al gruppo, al contesto, tenendo ampiamente in considerazione i fattori situazionali e ambientali in cui la persona agisce e attribuendo a tali fattori la vera responsabilità.



*Nel judo per esempio, concentrarsi sulla persona e focalizzarsi sulla tecnica, invece che sulla situazione in cui si pone l'altro valutando le sue reazioni al contesto è uno degli errori più evidenti.*

Lo schema più diffuso sul comportamento umano è quello secondo cui sono le caratteristiche personali degli individui ad indurli a comportarsi in un certo modo (attribuzione interna), e non le situazioni in cui si trovano. Questa tendenza è chiamata **errore fondamentale di attribuzione**. Non sempre è un errore compiere un'attribuzione interna. Tuttavia numerosi studi dimostrano che le situazioni sociali producono un forte impatto sul comportamento, che le persone di solito tendono a sottovalutare. Una delle ragioni per cui si compie l'errore fondamentale di attribuzione è il fatto che di solito disponiamo di più informazioni sulla persona piuttosto che sulla situazione in cui si trova. Inoltre le informazioni situazionali spesso sono di difficile interpretazione.

Il processo di attribuzione di solito si struttura in due fasi: dapprima le persone operano un'attribuzione interna, quindi cercano di aggiustare l'attribuzione considerando la situazione in cui si trova l'altro. Questo secondo stadio però, comportando un tipo di pensiero meno automatico e più controllato, richiede maggior sforzo e attenzione, per cui in determinate circostanze (stress, stanchezza, distrazione) le persone lo saltano a piè pari, mantenendo l'attribuzione interna anche se è sbagliata. In genere siamo consapevoli che anche le altre persone tendono a dare motivazioni interne ai nostri comportamenti. Siamo anche però convinti che le nostre azioni suscitino molta più attenzione di quanto in realtà avvenga. Questo fenomeno viene definito **"effetto riflettore"** e ci fa sentire in imbarazzo, o ci mette in difficoltà molto più di quanto la situazione richiederebbe. In realtà gli altri ci giudicano meno severamente di quanto crediamo, in quanto provano **empatia**.

Al contrario, quando la nostra autostima viene minacciata, si tende ad attribuire a se stessi i successi e i fallimenti a fattori situazionali; questo comportamento risente tuttavia della cultura da cui si proviene, poiché nelle culture collettiviste (come le culture asiatiche, ad esempio) il fallimento viene attribuito all'individuo ed il successo al gruppo, all'opposto che nelle culture occidentali.

Judo & ... la poesia degli Haiku [SDN]



Educa con le arti letterarie, unifica con le arti marziali; così otterrai la vittoria.  
(Sun tsu, l'arte della guerra)

Nella prima stagione del Furuike, abbiamo accennato all'haiku 俳句 componimento poetico nato in Giappone, composto da soli tre versi, ma ricchi di significato. In particolare, uno dei tre introduce un argomento, che viene ampliato e concluso negli altri due versi. La teoria alla base di questo tipo di poesia è la convinzione di quanto il linguaggio sia inadeguato per rappresentare la verità. Ma semplificando il linguaggio e portandolo alla sua essenza più pura, si riesce a trasmettere l'energia vitale di ogni cosa. Questo spiega perché negli haiku ci siano diversi argomenti che vanno dalla natura, alla vita e alla morte, dall'amore alla religione e come la cultura Zen sia mescolata all'interno di questi componimenti. Nelle poesie di Matsuo Basho (citato nel primo Furuike), l'intera natura è chiamata ad esprimersi (lo stagno, la rana, l'acqua). Tutto è kami, divinità, e al cospetto del divino il poeta si colloca in contemplazione, con anima e corpo, in un'unità che non si può scindere.

**Curiosità:**

Si dice che gli haiku siano fioriti anticamente in Giappone nel periodo tra il XVII e il XVIII secolo, in cui molti samurai coraggiosi e determinati non solo in battaglia, manifestavano la loro grandezza e il loro prestigio nella solitudine della meditazione e nel comporre haiku alla corte dell'Imperatore. Tra di loro il famoso **Matsuo Basho**, che abbandonò la vita da samurai per dedicarsi completamente alla letteratura.



Si sta come d'autunno sugli alberi le foglie

Bosco di Courton luglio 1918

Ungaretti è con un reparto italiano sul fronte francese, nel bosco di Courton, sotto i bombardamenti tedeschi: ogni cannonata spezza alberi e vite umane...

**Ungaretti e gli haiku**

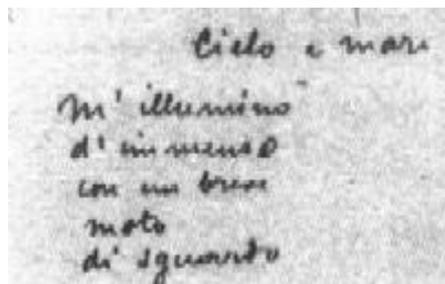
All'interno della letteratura italiana sembra che il primo Ungaretti, scrivendo componimenti brevi, si ispirasse agli haiku della tradizione giapponese.

Tra un fiore colto e l'altro donato l'inesprimibile nulla

Milano 1914/1915



Il carnato del cielo sveglia oasi al nomade d'amore Versa, il 20 maggio 1916



Santa Maria La Longa, 26-01-1917, presso Trieste, una mattina di sole; all'improvviso i soldati ed Ungaretti vedono la distesa infinita del mare. E s'illuminano "d'immenso con un breve moto di sguardo"

Il poeta napoletano Gherardo Marone, che curò l'Antologia dei Poeti Giapponesi, assimilò infatti la poesia del suo amico Ungaretti a quella giapponese notando che l'estensione caratteristica delle sue poesie era la straordinaria brevità che la rendeva fortemente vicina alla fantasiosa e grande poesia giapponese. Inoltre, sempre secondo Marone, la sua interiore e miracolosa virtù era la sua suprema essenzialità, che la sollevava alla purezza divina di tutta la poesia immortale.

Il poeta dei celebri versi "M'illumino/d'immenso" negherà accanitamente l'influenza della poesia giapponese fino al 1959, quando in un'intervista realizzata in Giappone, rivela la sua domestichezza con la poesia autoctona.

Judo & ... Ricordi e Appuntamenti Primavera Estate 2014



Marzo: Ciaspolata in Notturna con i giovani del Judo organizzata da Romeo Dalmastrì



Maggio: conclusa con successo la 1° edizione del corso trimestrale per Principianti Adulti



FORMAZIONE TRIMESTRALE PER ADULTI PRINCIPIANTI

dal 6 Marzo al 29 Maggio 2014

**23° STAGE RESIDENZIALE di Judo Tradizionale (bambini 8-11 anni)**

22 - 29 GIUGNO

JUDO E ... ELEMENTI DI SPADA GIAPPONESE, TIRO CON L'ARCO, PISCINA, ESCURSIONI NEL BOSCO, FALO', RICETTE, LABORATORI CREATIVI, COMPAGNIA E TANTA TANTA NATURA!



Giovani

**Shochūgeiko & ...**

SPADA GIAPPONESE  
TIRO CON L'ARCO  
ARTI ORIENTALI  
PISCINA  
ESCURSIONI  
FORMAZIONE  
LABORATORI

29 GIUGNO - 6 LUGLIO

Agosto: Davide Morelli partecipa allo stage di Taiko organizzato dal Monastero Fudenji e dal gruppo Fudendaiko diretto dal Rev. Thomas Kurai



Anche quest'anno Judo e... tanti ricordi indimenticabili, che racconteremo nel prossimo numero...



**Prossimi Appuntamenti!**

- In segreteria, dal 15 settembre i **CD con il video dello stage estivo di Judo Bambini e Giovani**
- 21 settembre: Sport Day, Via Rizzoli **Judo sotto le Torri!**
- Ottobre/Novembre: in partenza il corso dell'antica disciplina dello **Shorin Ryu**
- Ottobre: nell'ambito del **convegno organizzato dal Provveditorato degli Studi**, formazione tramite il Judo tradizionale del Selene Centro Studi per insegnanti delle Scuole di Bologna
- Continua la **formazione in azienda** tramite il Judo tradizionale con Intesasanpaolo e Mediocredito