

# Il mio Ricordo di Miyagi Sensei

di Genkai Nakima

traduzione dall'Inglese di Andrea Ramberti

Questa è una parte dell' articolo originale "Chojun Miyagi The Karate Master. La sua bontà è infinita e predica la moralità" scritto da Genkai Nakima e pubblicato nella rivista mensile "Aoi Umi", No.70 febbraio 1978 (pagine 99-100) da Aoi Umi Shuppansha. Questo è un numero speciale ed è dedicati ai maestri di karate di Okinawa.

Era la primavera del 1923, avevo 15 anni, quando dissi a mio padre che avevo intenzione di imparare il karate da Sensei Miyagi. Egli mi disse "Sarebbe grandioso se tu imparassi da 'Bushi Miyagushiku' (Miyagi il Grande Maestro di Karate)! ". Ottenni così il suo permesso. A quel tempo Sensei Miyagi era già famoso per il suo Karate, così mio padre pensò che fosse l'insegnante ideale per me.

Noi, gente della comunità di Kumemura in Okinawa, eravamo fieri della nostra discendenza dal popolo cinese. Credevamo che i nostri antenati venissero dalla Cina, pertanto rispettavamo moltissimo non solo le arti letterarie ma anche le arti marziali cinesi. Quanto alle arti letterarie, fondammo una scuola, " Meirindo" (qualcosa di simile ad un college odierno), che era un centro d'istruzione per i giovani.

Per quanto riguarda le arti marziali quali Karate e Bo, ritengo che la nostra pratica fosse adeguata alla forza fisica di ognuno ed ad altre caratteristiche personali.

Secondo un programma del festival culturale alla scuola "Meirindo", ci furono esibizioni di Bo, di Teshaku o di Tiechi (Sai), Sesan, Chishokin, Tohai e



Chojun Miyagi Sensei  
1888-1953

Suparinpei. La maggior parte delle tecniche di karate erano le stesse di quelle insegnate da Sensei Miyagi.

(Continua a pagina 11)

*(Continua da pagina 10)*

Bene, le lezioni di Sensei Miyagi iniziarono; si svolgevano tre volte a settimana, lunedì, mercoledì e venerdì, dopo la scuola dalle 3 del pomeriggio alle 8 della sera presso la casa di Sensei Miyagi, non in un Dojo come accade oggi. Qualche tempo dopo, il mio compagno di classe, Bunshun Tamagusuku, nipote del famoso karateka Jin-an Shinszato, rinunciò. Rimanemmo così in tre : Tatsutoku Sakiyama, Kiju Nanjo (i cui cognomi era a quel tempo rispettivamente Senaha e Azama) ed io.

L'iter del nostro addestramento consisteva in esercizi preparatori, esercizi supplementari e movimenti dei piedi del Sanchin. Secondo la spiegazione di Sensei Miyagi riguardo gli esercizi preparatori, eseguendo gli esercizi fisici, possiamo prepararci per l'addestramento del karate convenzionale quale Sanchin ed altri Kata. Inoltre questi esercizi svolgono anche la funzione di riscaldamento. Un altro significato degli esercizi preparatori è quello di sviluppare la nostra forza fisica attraverso l'allenamento di tutti i muscoli necessari, in modo da poterli utilizzare in ogni situazione. In breve, sviluppiamo il corpo per il karate attraverso gli esercizi preparatori.

Gli esercizi supplementari sono un genere di addestramento volto principalmente all'apprendimento delle tecniche di base dei Kata. Essi ci aiutano a capire la scienza e la logica del karate e allo stesso tempo a migliorare la nostra abilità nel karate grazie allo sviluppo della nostre capacità atletiche e della nostra forza fisica. In questo modo possiamo gettare

le basi per la pratica del karate: eseguendo gli esercizi preparatori e gli esercizi supplementari.

Sensei Miyagi ci raccontava molte storie per ben due, tre ore dopo la fine della pratica. I temi delle sue storie vertevano non solo su argomenti tecnici relativi al karate, ma anche su considerazioni sul mondo in generale, la situazione attuale dei circoli di Karate, l'origine del Karate, sulla sua ricerca e studio del Karate e del Buddismo, sugli spettacoli tradizionali di Okinawa, ecc. A quel tempo eravamo solo dei ragazzi della scuola superiore, ma Miyagi Sensei già ci introduceva alla dottrina della verità del Karate, all'anima del maestro di Karate, alla Via del Karate, cioè la Via dell'uomo o della moralità.

Ancora ricordo il suo volto luminoso con occhi taglienti in cui ritrovo l'amore e la bontà del vero Maestro di Karate.

Ora vi racconterò alcuni detti di Sensei Miyagi. "Se esercitate solo il Sanchin per tutta la vostra vita, non è necessario che esercitate altri Kata. Il Sanchin è di per sé essenziale ed importante!"

Un giorno gli chiesi: "Quante volte devi praticare il Sanchin per ritenere di averlo eseguito bene?", lui rispose: "Penso di eseguire bene il Sanchin soltanto una volta ogni trenta".

A quel tempo era giovane, aveva 34 o 35 anni. Le sue parole sono ancora impresse nella mia mente.

"La posizione della mano alla conclusione del Sanchin è la stessa assunta da Buddha nelle statue

*(Continua a pagina 12)*

1: in realtà Shinszato sensei rispose: 'Hanko-Ryu', scuola mezzo dura e il suo Maestro scelse poi il nome Goju-Ryu dal poema Kempo Hakku.

*(Continua da pagina 11)*

che lo rappresentano." Sensei Miyagi spesso ci raccontava questa storia. Penso che la posizione della mano alla conclusione del Sanchin sia in assoluto l'espressione di preghiera più bella. Ho ritrovato la stessa posizione della mano in molte statue di Buddha in diversi templi.

"Il Goju è l'albero di salice spazzato dal forte vento" diceva Sensei Miyagi. Il forte vento soffia sul salice. Il salice non oppone mai resistenza al vento, rimane passivo, ma mai si romperà o verrà distrutto. In questo stesso modo noi approfittiamo del flusso della forza del nostro avversario. È un segreto delle arti marziali che dobbiamo apprendere attraverso la pratica.

Credo che fosse il 1926 quando si tenne l'Incontro Nazionale d'Atletica presso il Giardino Esterno del Santuario di Meiji, a Tokyo. Jin-an Shinzato, discepolo di Sensei Miyagi, partecipò all'evento per eseguire il Karate come un'arte classica di combattimento. Un funzionario del meeting gli chiese improvvisamente: "Quale è il nome del tuo stile?" e lui rispose: "Goju-ryu"<sup>1</sup>. Più tardi spiegò l'accaduto a Sensei Miyagi che approvò la sua scelta. Da allora in poi ci chiamiamo Goju-ryu.

Un giorno gli chiesi: "Sensei, hai gli occhi sul retro della testa? Si dice che persino quando vieni seguito di nascosto ed in silenzio, lo noti immediatamente e ti giri rapidamente per individuare chi ti sta seguendo." Miyagi Sensei rise: "Nessuno ha gli occhi sulla parte posteriore della testa. Tuttavia, quando cammino lungo una strada, in alcuni casi percepisco qualcosa di strano. Penso che sia il cosiddetto sesto senso."

Dovremmo sempre essere prudenti e attenti quando giriamo all'angolo di una strada, camminiamo lungo una strada piovosa e saliamo o scendiamo da una scala ecc. Trarremo vantaggio per la difesa personale se alleniamo sufficientemente il nostro Karate e ci abituiamo ad essere attenti. Come risultato di un lungo periodo di addestramento del karate, si può sviluppare il cosiddetto sesto senso e si potrà così percepire se qualcuno ci sta seguendo.

"Lo studio del karate al giorno d'oggi è paragonabile al camminare nel buio senza una lanterna. Dobbiamo cercare a tentoni la nostra via nel buio." diceva Sensei Miyagi. Inoltre mi diceva, " Ci sono tante cose nel karate che non hanno senso e ci sono molte cose che non riesco a capire. Di conseguenza, mentre i nostri Grandi Maestri sono ancora vivi, dobbiamo incontrarli e fargli molte domande. Penso che sarebbe molto difficile trovare le risposte se non facessimo così."

Sono andato spesso con lui nelle case di grandi Maestri, quali Sensei Chomo Hanashiro e Sensei Itosu-No-Tanmee (Itosu il vecchio maestro) ad ascoltare le loro storie sul Karate.