

Il saluto

Scritto da administrator

Mercoledì 28 Aprile 2010 08:16 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 08 Dicembre 2010 08:11

Gichin Funakoshi, fondatore dello stile shotokan, sosteneva che il karate inizia e finisce con il rei¹.

Nell'atto di accedere o di lasciare il Dojo (il luogo di allenamento) i karateka usano fare un inchino (ritsu rei) al Dojo stesso in segno di rispetto.

A questa pratica, che spesso cade nella routine sterile e vuota, deve corrispondere un momento di riflessione da parte dell'atleta perché la possibilità di praticare e l'esistenza di un Dojo non vengano dati per scontato.

Quindi, prima che inizi l'allenamento vero e proprio, i karateka eseguono il rituale del saluto (za rei), che consiste in una manifestazione di rispetto verso il sensei e tra compagni.

Durante il saluto il karateka offre se stesso alla pratica e si mette a disposizione dei compagni per aiutarli nella comprensione e nell'apprendimento dell'Arte.

Gli allievi si dispongono su di una riga, ordinati in base al grado e all'anzianità, di fronte al sensei.

L'allievo più alto in grado (sempai) pronuncia il comando "seiza", che letteralmente significa "sedersi in posizione corretta"; quindi tutta la fila esegue la posizione seiza, in ginocchio, seduta sui talloni, il busto retto e le mani sulle ginocchia. Si tratta di una posizione comune a molte cerimonie giapponesi, dalla cerimonia del tè alla composizione floreale, fino a molte arti marziali.

Seiza è una posizione volta a favorire la concentrazione, poiché si tratta di una posizione di rilassamento – benché ad un occidentale occorran qualche tempo e molta abitudine prima di trovarla comoda – che tuttavia obbliga a mantenersi vigili.

Dalla posizione seiza il sensei e gli allievi, chiudendo gli occhi, praticano alcuni secondi di rilassamento (mokuso), poi al comando del sempai "Kai Moku" gli occhi vengono riaperti e si procede alla recita del Dojokun². Si tratta della regola del Dojo, cioè dei principi perseguiti dalla scuola di karate.

Quindi, dopo che il sempai avrà pronunciato il comando "Sensei ni rei", che significa inchinarsi per il saluto al Maestro, il Sensei e gli allievi e si inchinano gli uni verso gli altri.

Nell'inchinarsi ogni allievo ringrazia il proprio Dio, i genitori e quanto gli abbia reso la possibilità di allenarsi e si dichiara pronto ad impegnarsi e seguire gli insegnamenti del Sensei, cui offre la sua gratitudine. A sua volta il Sensei nell'inchinarsi agli allievi si pone a loro disposizione per insegnare ed aiutarli.

Poi al comando "kirizu" i praticanti si rialzano in piedi.

Purtroppo la cerimonia del saluto è reputata da molti inutile e superflua, essa ha in realtà lo scopo di ridestare lo spirito e la concentrazione atti alla pratica del Karate.