

Kangeiko - Tempo Restituito parole dal silenzio

di Daniela Myoei Di Perna

11 – 15 febbraio 2002 settimana del Kangeiko.

La sveglia è puntata alle 4.50.

Alle 5.25 si deve essere nel *dojo*, alle 5.30 si fa il saluto.

Dalle 5.30 alle 6.30 ci si allena, in silenzio.

I nostri occhi sono chiamati a diventare le nostre orecchie.

Dovrebbe essere la settimana più fredda dell'anno, ma in realtà la temperatura non è così bassa. Credo che esista un momento, quello che va dalle cinque alle sei di mattina, in cui si manifesta una sorta di sospensione, non solo del tempo, che sembra scorrere seguendo altri ritmi (non più lineari, forse circolari – dilatandosi in qualche modo), ma anche della temperatura, che si stabilizza, dando l'impressione che in quell'ora non potrebbe comunque essere freddo.

Quasi come fantasmi ci sfioriamo, fuori dal *dojo*, quando il giorno ancora non si è svegliato ed il buio fa risaltare il bianco dei *karategi*. Un breve cenno di saluto.

Si finisce quando il nostro bar di fiducia, quello delle “crostatine ai frutti di bosco”, ancora non ha aperto i battenti, e soprattutto il traffico, terribile compagno, ancora non si è scatenato.

Ognuno di noi è pronto per iniziare la propria, “solita” giornata.

Ci siamo affidati ad una sfida.

Abbiamo provato a forzare il potere del tempo (che scorre inesorabile),

(Continua a pagina 13)

(Continua da pagina 12)

riconquistandone misteriosamente una parte. Un tempo che ci apparteneva ma sul quale non avevamo controllo.

Abbiamo tentato di destabilizzare l'organizzazione abituale, normale, della nostra settimana, smontandone alcuni pezzi e ricostruendoli assecondando una struttura leggermente modificata, una nuova architettura.

Il nostro corpo, semplice strumento, quasi da mettere alla prova, non doveva fare altro che prestarsi alla sperimentazione. In questo modo abbiamo costretto il tempo, e noi stessi, a rivelare una parte che normalmente non rilascia grosse dichiarazioni.

Abbiamo ritrovato tempo.

Abbiamo scoperto una delle molte lingue che il nostro corpo è in grado di parlare.

Sperimentazioni che portano alla conoscenza.

Lunedì – venerdì.

Il *kangeiko* è durato una settimana.

Una settimana di allenamento. Non è più possibile, ora, considerarlo parlando dei giorni singoli. Ho l'impressione che se dovessi tracciare su un grafico l'andamento del *kangeiko*, la linea che ne deriverebbe avrebbe inizialmente un picco verso l'alto, poi uno verso il basso e poi a metà dello spazio si stabilizzerebbe, con una leggera, graduale tendenza verso l'alto o forse verso il basso.

Si è passati dall'eccitazione della novità il primo giorno, ad una certa stanchezza il terzo giorno, all'acquisizione di una certa naturalezza nei giorni successivi.

Si potrebbe anche dire: *kangeiko* – parole dal silenzio.

Eloquenza del silenzio che sottolinea le parole non dette, il gesto. Il maestro fa vedere la tecnica ed è come se la stesse facendo a rallentatore.

Occhi tesi ad ascoltare.

(Continua a pagina 14)

(Continua da pagina 13)

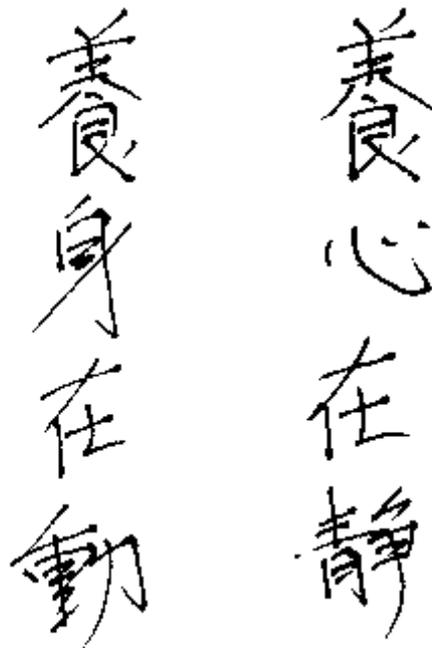
Non si tratta di un allenamento speciale, se non nella misura in cui mi sembra che qualcuno abbia utilizzato un evidenziatore fosforescente per far risaltare gli esercizi.

Tsuri ashi, spostamenti verso destra e verso sinistra, avanti e indietro, obliqui; tutti insieme ci muoviamo verso la stessa direzione. Poi, ognuno per proprio conto, liberamente. A questo punto anche gli occhi potrebbero smettere di guardare, è tutto il corpo che percepisce il movimento ed il fluire dei compagni.

Sebbene il corpo si riveli un po' più rigido all'inizio, forse perché è mattina, durante la giornata c'è qualcosa che mi fa pensare che sia in qualche modo più "pulito".

Venerdì. Si arriva al *dojo* come gli altri giorni, ma con una sensazione diversa, una sottile nostalgia. E' come se il treno che trasportava il *kangeiko* fosse giunto a destinazione, il viaggio si fosse concluso.

Sappiamo che in fondo non è così e che ci saranno altri treni in partenza ed altre stazioni di arrivo.



*“Rendi forte il tuo corpo praticando duramente
Lustra il tuo spirito praticando Zazen”*

Calligrafia a pennino su di un tovagliolino di carta
di Kuramoto Masakazu Sensei donata a Spongia Sensei
in un ristorante di Okinawa nel 1998