

JU JITSU L'arte del cedere

La parola Ju significa "dolce, morbido, agile"; Jitsu significa "arte o tecnica"; l'intero nome vuol dire, quindi, "arte gentile", "arte della dolcezza" o "arte del cedere, del darsi vinti". Questo termine nasce dal fatto che nelle tecniche classiche di Jujitsu invece di respingere l'avversario, contrapponendo la vostra forza alla sua, lo seguite nel movimento, vi conformate ad esso, attirandolo verso di voi. Ciò significa che per vincerlo non dovrete fare assegnamento su una forza superiore.

Quest'Arte ha origini molto antiche e non vi sono tracce ben precise della sua evoluzione storica, ma le sue tecniche le si possono trovare applicate in tutte le arti marziali giapponesi, come ad esempio nel Sumo, la scherma giapponese o Kenjitsu oppure nelle terribili tecniche dei guerrieri dell'ombra i Ninja; i fondatori dell'Aikido e del Shorinji Kempo erano entrambi Maestri di Jujitsu ed è per questo motivo che i principi dell'arte della cedevolezza sono stati integrati alla nuova disciplina.

Ora, visto che mi sono letteralmente stufata di parlarvi di Jujitsu copiando o andando a ricercare storia e termini, per poi fare un sunto che in fondo potete fare voi, probabilmente meglio di me, voglio parlarvene con un diverso e più personale approccio.

Il Jujitsu, come una qualsiasi arte, è sicuramente "esperienziale". Con questo vi voglio dire che dovrete provare cosa significa fidarsi del vostro compagno, trovare il tempo giusto per muovervi e sentire tutti i più piccoli movimenti del vostro "Soke" (così si dice il compagno) che ti fanno decidere in un tempo brevissimo di cambiare direzione, tecnica o "attacco". Oltre che imparare un'arte marziale o un'arte di difesa, il Jujitsu è un modo per conoscere e fidarti degli altri. È notevole non credete?

Maddy

