

IL DOJO



Il **DOJO** è il luogo fisico dove vengono praticate le Arti Marziali. **DO** significa “via” e **JO** “luogo”. **DOJO** significa dunque “ **il luogo dove percorre la via**”, dove il termine “**VIA**” è inteso come sentiero di vita per una crescita fisica e spirituale.

Questa visione della vita come via da percorrere è consueta fra gli orientali, un po’ meno per gli occidentali, per loro la vita è un percorso di crescita che inizia con la nascita e termina con la morte. E’ una via a senso unico dove tutto vive e passa, ma non torna indietro, non un solo minuto, non un solo secondo tornerà mai più.

Ecco perché nel Karate la via da percorrere deve essere vissuta al meglio di noi stessi, non fare il proprio meglio nel DOJO significa perdere il proprio tempo inteso come spazio di vita. Per questo il DOJO va rispettato: l’inchino entrando e uscendo dal DOJO non è una formalità, è un modo per rispettare il posto e le persone che vivono con noi in quel luogo.

Ogni DOJO ha un lato che viene considerato il più importante dai praticanti, lo **SHOMEN**, lo **SHO** significa “Corretto” mentre “**MEN**” significa “ lato, facciata”. Lo Shomen orienta il DOJO nello spazio fisico, è il lato che dà un’identità al luogo di pratica, sullo Shomen vengono messi oggetti come ritratti di Maestri di oggi e del passato o emblemi intesi a dare un volto alla scuola. Quando si entra nel DOJO ci si inchina verso lo Shomen, questo gesto riunisce tutte le forme di rispetto verso la scuola, la sua storia, i suoi appartenenti.

L’inchino nel Karate non è una forma di venerazione o di sottomissione, ma un preciso segno di rispetto verso il luogo, il Sensei, e i compagni.

1)Dojo è una parola giapponese che significa “Luogo per la ricerca della via”, in Sanscrito prende il nome di “Badhi Manda” che significa luogo di saggezza.

2)L’atmosfera del Dojo dev’essere calma e serena ed il silenzio dev’essere completo salvo i rumori della pratica.

3)L’accesso al Dojo è riservato a chi vuole praticare, rivestito con l’opposto costume. I curiosi e coloro che vogliono ritrovare gli amici sono pregati attendere fuori badando a non essere di disturbo, chi è sinceramente interessato ad assistere alla pratica potrà chiedere permesso e mantenersi rispettoso.

4) Nel Dojo siate consapevoli e gioiosi. Abbandonate ogni considerazione di fama e di ricchezza, dimenticate i pregiudizi di razza e sesso. L'ardore della pratica deve unirsi ad un'atmosfera di ricerca interiore. Siate sinceri...

5) Se fate temporaneamente parte della nostra comunità, accettate le regole, seguendo con buona volontà gli insegnanti e rispettando la gerarchia dei gradi.

6) Vi sono richieste tre qualità: una buona educazione, una grande fiducia nel Maestro liberamente scelto, un grande amore per l'Arte preferita.

7) Le regole tradizionali che vi vengono insegnate e l'atteggiamento mentale che vi viene suggerito non sono delle mortificazioni imposte a chi pratica, ma formano un costume che favorisce un lavoro collettivo e il progresso individuale

8) Dovete essere puliti nel corpo e nel costume, entrate nel Dojo con il piede sinistro (uscite con il piede destro), disponete ordinatamente le calzature con la punta rivolta verso il tatami, portate rispetto ad ogni cosa, non mostratevi a torso nudo, e osservate gli orari.

9) Eseguite con cura i saluti tradizionali, ma state attenti a non abusarne, coltivate rispetto e gratitudine per il Maestro e i compagni di pratica.

10) Parlate il meno possibile. Controllate i vostri pensieri concentrandoli su quanto fate, non distraetevi, non contribuite a distrarre gli altri.

Donato Cannone

Istruttore Fijlkam Karate