

# KarateDo EGAMI-KAI

**Arte Marziale Tradizionale**, vuol dire allenarsi per raggiungere la perfezione tecnica attraverso la ricerca della calma interiore, per garantire la propria incolumità e quella dell'avversario. E' come il chirurgo che perfeziona le sue tecniche per curare e salvare l'uomo. Noi praticanti della disciplina tradizionale, cerchiamo di debellare alcune malattie dello spirito, donando la vita e non la distruzione.

*Il combattimento è parte integrante dell'uomo, dal momento in cui insorgono i due aspetti interiori: quello che si è, e quello che si vorrebbe essere. Il vero ed il più importante conflitto dell'uomo è questo, il conflitto con se stesso. Da qui nascono le malattie dello spirito, molte di quelle fisiche e di conseguenza i conflitti con gli altri.*

*I conflitti che sembrano provenire dall'esterno, in realtà non sono altro che il riflesso dello scontro in atto con se stessi, quello interiore. Questo è il combattimento più difficile e più duro, occorre superarlo per far svanire tutti gli altri.*

*Attraverso un corretto approccio del Karate-Do, abbiamo la possibilità di focalizzare e distinguere le due forze contrapposte che sono dentro di noi, identificarne le cause e attraverso il giusto allenamento armonizzarle tra loro in una unica grande forza: il "ki", l'energia vitale. Questa è l'arte marziale tradizionale.*

*Per il karate-ka esperto dell' Egami-Kai, è importante la tecnica fisica quanto lo stato mentale con cui la si esegue. Lo stato mentale condiziona la tecnica, se il conflitto interiore è aspro, non si è nelle condizioni per accordarsi con l'avversario, allora lo scontro è inevitabile. Ma se lo stato di armonia interiore è buono e la tecnica superiore, allora si intravedono nuove dimensioni: "vincere senza combattere", accogliere l'attacco e dissolverlo con tutte le sue tensioni.*

*Enzo Cellini*

*Pisa, aprile 2003*