



## Dal Kawashi al Yawara Kawashi

Il *Yawara kawashi* è la forma di *kumite* più avanzata nell'*Egami Karatedo*. Le altre forme di *kumite* come *l'ippon kumite* e il *gokyo no keiko*, compreso anche il *kihon*, costituiscono le fondamenta del *Yawara Kawashi*.

Il *yawara Kawashi* non è un combattimento e non vuole neanche assomigliarci: nell'*Egami Karatedo* non è possibile simulare un combattimento senza per questo mortificare le tecniche d'attacco. A tale proposito il M° Egami scrive:

*“....Oggi, noi pratichiamo soltanto un tipo di kumite, il **yakusoku ippon kumite**, perché con il nuovo modo di attaccare, non è più possibile praticare altre forme di kumite. Anche il cosiddetto jiyū kumite (kumite libero) non è necessario. Il vero significato del combattimento è nei contenuti della pratica e può essere compreso naturalmente”, “...con il nuovo modo di portare l'attacco, si può ferire seriamente l'avversario anche se il colpo non va perfettamente a segno.”* (*The Heart of Karate-do, pag. 114, Shigeru Egami*)

Queste parole fanno capire quanto è importante il ruolo di **tori** nel *kawashi* e in qualsiasi altra forma di *kumite*. *Tori* ha il compito di portare attacchi profondi ed efficaci, perché in questo consiste il “**nuovo modo**

***di attaccare***” a cui si riferisce il M° Egami: attraversare e non colpire. Soltanto con questo tipo di attacco efficace si può costruire il *yawara kawashi* e comprenderne il significato profondo di “interscambio gentile”. Il *yawara kawashi* è un esercizio che ci insegna come affrontare il combattimento e le difficoltà in generale della vita, e come trasformare e dissolvere le tensioni attraverso grandi movimenti armonici.

***Yawara*** significa “gentile”; ***kawasu***: significa “schivare”, “evitare”, ma anche “scambiarsi”. Dal verbo *kawasu* deriva il termine ***Kawashi***, che quindi significa **“schivare scambiandosi”**; scambiandosi fisicamente di posizione, e nelle forme più evolute del *kawashi*, anche scambiarsi di ruolo: ***tori*** può diventare ***uke***.

Il termine ***midare***, utilizzato dal M° Murakami, deriva da *midareru*, che significa “confusione”, “caos”, l’idea era, come diceva il Maestro, di **mettere ordine nel caos**.

L’obiettivo del *yawara kawashi* è sviluppare nel praticante il senso del ritmo, della distanza e del momento giusto, attraverso grandi movimenti: inizialmente per difendersi, ma poi per interagire e muoversi in modo armonico insieme all’altro, per accompagnarlo gentilmente verso un accordo. Per

riuscirci è necessario realizzare lo stato mentale “*dozen*”, (meditazione in movimento), e lo stato energetico “*jita-ittai*” (diventare tutt’uno con l’altro e con gli altri).

Il *kawashi* (o *midare*) spesso è genericamente considerato come una strategia di combattimento. In parte è vero, ma è importante non dimenticare che la strategia di combattimento nell’*Egami Karatedo* è basata anche su un altro importante principio fondamentale stabilito dal M° Egami, e cioè: **lasciar proseguire gli attacchi e mai bloccarli**. Ogni sforzo dovrà essere quindi orientato verso una corretta esecuzione delle tecniche nel caos e in presenza di più attaccanti contemporaneamente, per arrivare ad applicare le tecniche in modo *yawara* (gentile), accogliendo la forza di tori e annullandone gli effetti senza scontrarsi.

Queste sono le sfide che si incontrano nel *yawara kawashi*: esprimere la massima efficacia nell’azione mettendo ordine al caos, e contemporaneamente prendendosi cura dell’altro.

È necessario evitare che questo singolare e prezioso esercizio che ci rappresenta nel mondo del karate, si trasformi in una sorta di combattimento più o meno armonico o spettacolare.

Attraverso il *yawara kawashi*, possiamo indagare sul significato profondo di “vittoria”. Il cuore del *yawara kawashi*, è oltre la tecnica, è nello stato d’animo, nello stato della mente e nella capacità di unirsi energeticamente con gli altri.

Tanti anni fa, a proposito di strategia di combattimento, il M° Murakami ci disse che per vincere un combattimento era sufficiente uno *tsuki*, rimasi molto piacevolmente colpito da questa affascinante sintesi. È chiaro che lui intendeva dire che la tecnica da sola non era sufficiente, se non accompagnata anche da una condizione mentale di vuoto e di calma, l’unica che permette di muoversi con lucidità e nel momento giusto per vincere con un solo *tsuki*.

Oggi dopo circa 40 anni da allora, preferisco l’idea che per vincere non sia necessario uno *tsuki*, ma è sufficiente non farsi trovare dove vogliono colpirci. Quando per vincere, abbiamo bisogno e siamo costretti a ricorrere ad uno *tsuki*, stiamo di fatto cercando di “vincere contro” sottomettendo l’altro: e questa non è una vittoria.

L’unica vera vittoria nell’*Egami Karatedo* come nella vita, sta nel dissolvere le proprie tensioni interne per “vincere insieme all’altro” attraverso un accordo: questo è *Heiho*.