

## **Kata oltre noi e il mare – Tirrenia 2019**

Il Gi sul collo impregnato di sudore e sabbia,  
i piedi immersi totalmente tra i granelli fini,  
le mani aperte verso e oltre il mare.  
E lo sguardo lontano, oltre noi,  
oltre la vita terrena che ci tiene ancorati tra sabbia e cielo.

“Yoi”

E il Silenzio,  
tensione armoniosa che cresce,  
energia che si sprigiona.  
Noi che raccogliamo il coraggio terreno,  
prendiamo in mano la vita e la viviamo tutta in quel momento.  
Vi vedo esplodere insieme, mani chiuse, cuore aperto.  
Non vi arresterebbe neanche il mare in tempesta,  
perché lo state cavalcando insieme.  
Energia vitale,  
fino all’ultimo kiai, fino all’ultimo respiro, fino all’ultima vibrazione.  
La polvere di sabbia che vortica tra noi in un ballo senza regole ed esitazioni.

“Kiai”

L’ultimo che ridefinisce l’orizzonte e richiama a sé il silenzio più capace che conosco.  
I piedi paralleli che ora sprofondano con una consapevolezza diversa.  
Ricomposti e più presenti che mai, emozionati dalla forza vitale sprigionata.

Mi unisco a voi oggi in un kata,  
tra sguardi vivi e cuori caldi.

Ritournerò li ogni volta che sentirò quel richiamo e quell’odore inconfondibile di Gi nella sabbia.  
Ritournerò ad unirmi a voi per prendere il volo in un kata.  
Ritournerò quando mi sentirò occludere la gola e mi servirà ossigeno per tenere i piedi ferrati a terra.

Tournerò e ritournerò.  
Certa di sentirvi tutti.

Giulia Longo