



暗い影



OMBRA NEL BUIO

Anno 2022 Mese 02 N. 18 - info: www.kojinnomichi.wordpress.com/ - Copia gratuita - Vietata la vendita



**MAGAZINE DI NINJUTSU E FILOSOFIA MARZIALE
ORGANO UFFICIALE DEL KO SHIN KAI**

Indice



In questo numero:

Editoriale	Pag 3
Ninjutsu: Koka-Ryu-Ninjutsu	Pag 5
Ninjutsu: Da una Pergamena di Sandayu Momochi	Pag11
Storia del Giappone: La quinta battaglia di Kawanakajima	Pag 12
Leggende e folklore giapponese: Gli Yōkai - Ao Bozu	Pag 15
Percorsi Esoterici: Asana e Dachi - ovvero, l'uso del corpo	Pag 17
Riflessioni Marziali: Daito Ryu Aikijujutsu	Pag 20
Haiku e Sumi-E: Matsuo Basho	Pag 24
Cinematrashgrafia - Olum Savascisi	Pag 25
Erboristeria: Piante ed erbe medicinali Ordine alfabetico "F"	Pag 27
Lo Spirito dello Iai: IAI NO IGI - Il significato dello Iai	Pag 34
Rassegna Stampa: Spie: Storia degli 007 dall'antichità all'era moderna	Pag 35
Bacheca Corsi: KURO KUMO RYU NINJUTSU	Pag 36

CREDITI

Editore

Kuro Kumo Ryu Ninjutsu
Fuma Ryu Italia

Progetto Grafico

Ko Shin Kai

Impaginazione

giorgio barbagallo

Email

spectre6320@gmail.com

Hanno collaborato

Alberto Bergamini
Francesco Grasso
giorgio barbagallo



Editoriale



Un abbraccio virtuale a tutti i lettori ormai conquistati dalla nostra rivista, eccoci al numero di Febbraio, secondo mese dell'anno nel calendario giuliano e gregoriano, di ventotto giorni e che prende il nome dal verbo latino *februare*, che significa "purificare" o "rimediare agli errori".

Nel vecchio calendario giapponese, il mese è chiamato *Kisaragi* (如月, 絹更月 o 衣更月, che letteralmente significa "il mese del cambio di vesti"). Altro nome nipponico è *Mumetsuki* (梅見月, che significa letteralmente "il mese in cui si vedono i fiori di prugno") o *Konometsuki* (木目月, "il mese nel quale gli alberi prendono nuova vita").

Dopo queste brevi, ma spero interessanti notizie sul mese in corso, farei subito un volo sugli argomenti della nostra ormai avviata rivista, partendo dal Ninjutsu con un articolo sulla Lineage Kōka-ryū 甲賀流 ed un pensiero di Sandayu Momochi.

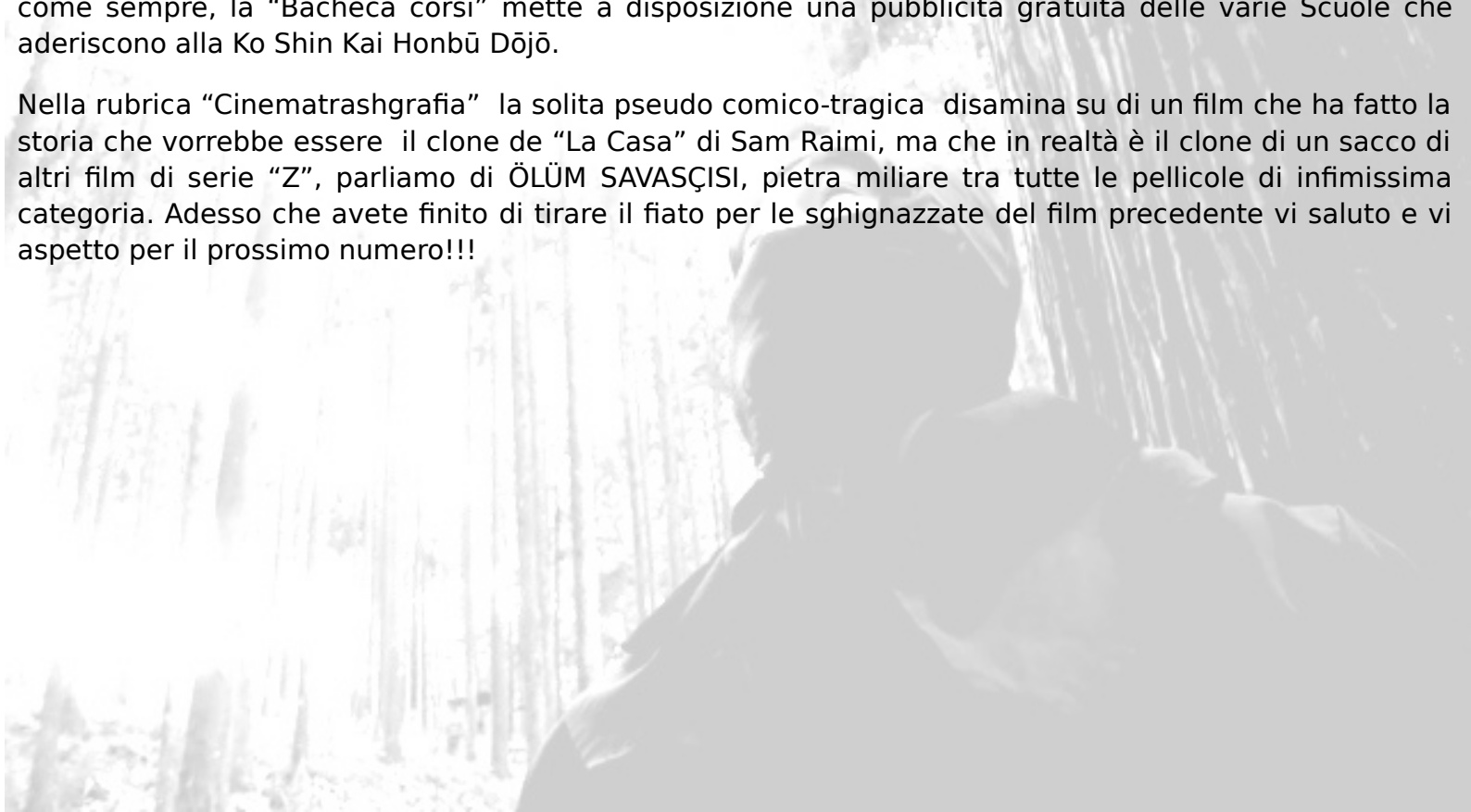
Continua la "Fase acuta" della storia militare del Giappone con la Quinta battaglia di Kawanakajima, 1564 e la battaglia di Miyajima per il controllo del Chūgoku, (testualmente il nome significa "Terre di mezzo", memoria della divisione storica del Giappone in "Terre Vicine" - 近国 *Kingoku*, e "Terre lontane" 遠国 *Ongoku*, secondo la distanza dalla capitale Nara prima e Kyōto poi) del Periodo Sengoku avvenuta nel 1561, per poi affrontare con coraggio le Leggende sugli Yokai, che in questo numero parla degli Ao bōzu, i "Monaci blu", che se riescono appendono per il collo giovani donne e sfidano a Sumo gli uomini di passaggio nelle strade solitarie.

La rivista continua con un articolo del nostro collaboratore Francesco Grasso su un parallelismo suggestivo tra Asana e Dachi, e tra le verdi foglie delle piante curative continua l'argomento relativo all'Erboristeria con il prosieguo dell'indice alfabetico che è giunto alla lettera F.

Si prosegue la lettura con un Haiku di Bashō per distendere mente e spirito, segue un bellissimo articolo del nostro omnifacente Giorgio Barbagallo sullo Spirito dello Iaijutsu.

In Rassegna Stampa troverete la descrizione e i riferimenti per il libro Spie. Storia degli 007 dall'antichità all'era moderna, un libro che non può mancare nella vostra Biblioteca marziale, mentre come sempre, la "Bacheca corsi" mette a disposizione una pubblicità gratuita delle varie Scuole che aderiscono alla Ko Shin Kai Honbū Dōjō.

Nella rubrica "Cinematrashgrafia" la solita pseudo comico-tragica disamina su di un film che ha fatto la storia che vorrebbe essere il clone de "La Casa" di Sam Raimi, ma che in realtà è il clone di un sacco di altri film di serie "Z", parliamo di ÖLÜM SAVASÇISI, pietra miliare tra tutte le pellicole di infimissima categoria. Adesso che avete finito di tirare il fiato per le sghignazzate del film precedente vi saluto e vi aspetto per il prossimo numero!!!





“Non esisteva arma che un NINJA non sapesse costruire ed usare, non esisteva forma di combattimento in cui non eccellesse, non esisteva nulla che potesse intimidirlo al punto di farlo rinunciare ai suoi obiettivi...”



IL KOKA RYU NINJUTSU

di Alberto Bergamini

La Kōka-ryū è una scuola di ninjutsu tra le più famose, insieme a Iga-ryū, ha avuto origine dalla città di Kōka nella prefettura di Shiga.

Mentre la città di Kōka era sotto la giurisdizione del clan Rokkaku, era una sorta di amministrazione autonoma composta da unioni di contadini, allora chiamata Sō.

Tutte le decisioni importanti nel comune si prendevano per plebiscito popolare a maggioranza dei voti dei vari rappresentanti delegati dal popolo stesso, questo tipo di sistema amministrativo era molto raro per il periodo in questione.

I Ninja appartenenti alla Kōka Ryū vennero addestrati alle tecniche di travestimento, fuga, occultamento, esplosivi, medicine e veleni, combattimento a mani nude e nell'uso di varie armi come il Ninjatō le lame Shuriken.

Verso la fine del periodo Muromachi, Sasaki Rokkaku della provincia di Ōmi, usando il castello di Kannonji come base, iniziò a rafforzare costantemente la potenza militare. Prese alla leggera i comandi dello Shogunato di Ashikaga e alla fine li ignorò del tutto. Nel 1487, il generale Ashikaga Yoshihisa portò con sé un esercito per reprimere questa ribellione e ne seguì una battaglia tra gli accampamenti di Ashikaga e Rokkaku. Ashikaga mobilitò Daimyō da diverse province e mosse verso il castello di Kannonji, il quartier generale dei Rokkaku; di conseguenza, Rokkaku Masayori e Rokkaku Takayori (il figlio di Masayori) furono costretti a fuggire al castello di Kōka.

L'accuratezza fattuale della loro fuga è ancora dibattuta e si è giunti alla conclusione che abbiano rinunciato alla città per evitare invece uno scontro diretto.

Ashikaga spostò la sua base ad Anshiyoji del distretto di Kurita e da lì attaccò il castello di Kōka.

Kōka cadde, ma Rokkaku Masayori e Rokkaku Takayori fuggirono e ordinarono ai Guerrieri Shinobi Kōka che li seguirono di montare una pesante resistenza contro Ashikaga usando la guerriglia.

Sfruttando il loro vantaggio geografico sulle montagne, i guerrieri Kōka lanciarono una molteplicità di attacchi a sorpresa contro le forze di Ashikaga e le perseguitarono usando fuoco e fumo sul campo di Ashikaga durante la notte.

Questa guerriglia impedì una resa dei conti finale, fino a quando Ashikaga non morì in battaglia nel 1489, ponendo fine al conflitto di tre anni e risparmiando le vite dei due Rokkaku.

L'inafferrabile ed efficace guerriglia usata dai guerrieri Kōka divenne nota in tutto il paese. Come risultato di questa vittoria, i samurai locali nelle 53 famiglie che hanno partecipato a questa battaglia sono stati chiamati "le 53 famiglie di Kōka".

Questa fu anche la prima volta che i Ninja di Kōka vennero arruolati come esercito regolare dal loro signore. In precedenza, erano solo mercenari e non era raro avere guerrieri di Kōka su entrambi i lati di una battaglia.





Stato attuale

Gruppo **Banke Shinobi no den**; Insegna Koka e Iga Ninjutsu in Giappone. Soke Jinichi Kawakami e il suo miglior studente Yasushi Kiyomoto affermano di essere gli ultimi praticanti del Kawakami-Ha Koga Ryu Ninjutsu e del Banda-Ha Koga Ryu Ninjutsu, con loro si distingue anche Sensei Juan Hombre, inizialmente allievo di Soke Shunichiro Yunoki.

Kōga Ryu Wada Ha; Insegnato da Fujita Seiko, il quattordicesimo discendente del Kōka Ryū Wada Ha Ninjutsu.

Fujita era un rispettato artista marziale e istruttore presso la scuola di spionaggio Nakano durante la seconda guerra mondiale, venne anche inviato in Cina in missione. La sua morte nel 1966 pose fine alla tradizione.

Kōka Ryū Kurokawa Ha; Scuola fondata da Yoshiro Kurokawa, portata in Brasile da Kawamura Saiko. Ebio Cleser Borges, il Dōjō-chō del Kōka Ryū Kurokawa Ha Ninjutsu.

Shorinjin Ryu Saito Kōga Ninjutsu; un sistema basato su Yamabushi, il che significa che ha un forte legame con il Lin Qui basato in Cina, motivo per cui ci sono molti concetti cinesi nell'arte. Questa arte è attualmente insegnata da Shannon Kawika Phelps.

Kōka Ryū Yamashiro Ha (Sato Ryū); Insegnato dal defunto Soke Toshitora Yamashiro, noto anche come Kenneth Sato, ha trasmesso la sua arte al figlio adottivo americano Soke Yo Sato (nome giapponese) dato dal padre adottivo. Il vero nome di Soke Sato è Jason Dale Hamilton, e ha due scuole principali, una è in Colorado, l'altra è a Washington. Ci sono numerose altre scuole negli Stati Uniti, in Europa, nel Medio Oriente e in America Latina.

Mugai Ryu; Attualmente insegnato da Kimimaro Sato, questo ryuha è iniziato nella prefettura di Shiga, ma poi ha trasferito la scuola a Edo. Mugai Ryu è un mix di Jigyō Ryū Dakentaijutsu, Yamaguchi Ryū Iaijutsu / Kenjutsu e Hōntai Yoshin Ryū.

Genbukan; Fondato da Soke (Tsunehisa) Shoto Tanemura. Anche se l'organizzazione detiene molte scuole di Ninjutsu legate a Iga, ci sono alcune Kōga Ryūha all'interno, e che sono insegnate liberamente dai Menkyo Kaiden che le conoscono. Sono Kōga Ryū Takeda Ha, Hōntai Kukishin Ryū, Hōntai Takagi Yoshin Ryū, Gikan Ryū e Bokuden Ryū.

Kōga Ha Kōshō Ryū; è un Ryūha che è stato preservato e aggiunto a quello che ora è noto come Kōga Ha Kōshō Shorei Ryu Kempo di Nimr Hassan e James Masayoshi Mitose. Anche se la scuola in sé non è Ninjutsu, il nome e l'arte del Kempo trasmessa da James Mitose hanno tracce del Kōga Ryū all'interno del sistema.

Sei Ryū; insegnato da Juan Hombre, che è l'unica autorità di Koga Ryuha con sede in Europa. Juan Hombre è anche uno studente della Genbukan.

Ten Ryu; una forma di Kōga Ryūha insegnato dalla Tōshinkai Kōka Ryu Ninjutsu School per mezzo di Sensei Rodolfo Turolla. Sensei Turolla ha ricevuto i suoi insegnamenti da Soke Shunichiro Yunoki di Kōga, in Giappone, che è anche il proprietario del Villaggio dei Ninja di Kōga

Kuro Kumo Ryū Ninjutsu, Di Sensei Alberto Bergamini, rappresentante per l'Italia della Tōshinkai Kōka Ryu Ninjutsu School e delegato per l'Italia della Fūma Ryū e Shinobi Dokurō Tai Dōjō International di Sensei Federico (Tsukahara) Fava.





I Kōga Ninja praticavano molte delle stesse arti delle Scuole di Iga. I Kōga avevano separato le arti in modo da poterle esercitare ed utilizzare così esclusivamente per ciò che era necessario nelle diverse situazioni. Invece di unire tutti gli insegnamenti e le diverse tecniche, il fatto di separarle ed apprenderle così all'occorrenza permise loro di concentrarle in modo più ottimale, ma anche di usarle insieme in una combinazione letale.

Alcune di queste arti furono insegnate tra i Samurai, (Bugei Juhappan) ma poiché i Kōka Ninja furono arruolati come mercenari o come un vero esercito, fu insegnato loro anche ciò che conoscevano i Samurai (Ninja Sanjurokkei).

- * Dakentaijutsu: Tecniche basate sui colpi al corpo
- * Taihenjutsu: Tecniche di movimento del corpo
- * Jutaijutsu: Tecniche del corpo flessibile
- * Koppojutsu: Modi per dislocare le ossa (Forma di Dakentaijutsu)
- * Koshijutsu: Modi per slogare i muscoli (Forma di Dakentaijutsu)
- * Kyushojutsu: Tecniche dei punti vitali
- * Dakentaijutsu Gokui Atemi Sakkatsuho Zukai: Metodi segreti per uccidere con i colpi al corpo
- * Kenjutsu: Tecniche di Spada
- * Battojutsu: Tecniche di estrazione della Spada
- * Iaijutsu: Estrazione veloce della Spada
- * Kakushi Bukijutsu: Tecniche delle armi nascoste
- * Kyujutsu: Tecniche di Tiro con l'arco
- * Bōjutsu: Tecniche di bastone Bō
- * Jōjutsu: Tecniche con il Jō
- * Sojutsu: Tecniche della lancia
- * Naginatajutsu: Tecniche con il Naginata
- * Kusarigamajutsu: Tecniche con il Kusari Gama
- * Kayakujutsu: Tecniche con la polvere pirica
- * Suiren jutsu: Tecniche di sopravvivenza in acqua
- * Suijutsu: Tecniche di Nuoto
- * Bajutsu: Arte di equitazione
- * Hensojutsu: Tecniche di camuffamento
- * Shinobi-iri jutsu: metodi furtivi e di infiltrazione

NINJUTSU



- * Intonjutsu: arte della fuga e dell'occultamento
- * Hojojutsu: Tecniche per legare gli avversari
- * Shurikenjutsu: Arte della lama da lancio
- * Ninpō Karumijutsu: Tecniche di fuga
- * Hichōjutsu: Tecniche di salto
- * Angō: segnalazione
- * Jōhō Kaishū: Raccolta di informazioni
- * Kyūba: Tiro con l'arco a cavallo
- * Buryaku Heihō: Strategia militare
- * Chōhō: spionaggio
- * Tenmon: meteorologia
- * Chimon: Geografia
- * Seishin Teki Kyoko: Raffinamento spirituale

Per una maggiore informazione sulle Scuole di Ninjutsu vedere l'articolo:
<https://kojinnomichi.wordpress.com/2020/05/04/ninpo-sanjurokkei-le-trentasei-specializzazioni-ninja/>



"Il Ninjutsu deve essere usato per difendere il tuo paese, il tuo maestro, la tua famiglia, persone buone che ne hanno bisogno. Anche per metterti al sicuro, se ne hai bisogno. Ma se usi il Ninjutsu per i tuoi interessi personali, le tecniche falliranno completamente e ti si rivolteranno contro. "

Pergamena di Sandayū Momochi.



Sandayū Momochi (百地 三太夫)



Il periodo Sengoku (戦国時代 Sengoku jidai) o periodo degli stati belligeranti

La quinta battaglia di Kawanakajima

di Alberto Bergamini

Quinta battaglia di Kawanakajima, 1564

Negli anni successivi, il confronto tra Kenshin e Shingen si evolve su diversi altri fronti. Nel 1564, Shingen riesce a far aderire alla sua causa il clan Ashina della provincia di Mutsu, vicino alla provincia di Echigo. Il nuovo alleato attua un'offensiva nelle terre di Kenshin, coordinandosi con gli attacchi di Shingen nella provincia di Shinano.

L'obiettivo finale è quello di chiudere in una tenaglia la capitale di Kenshin, Kasugayama. Il 18 maggio, con l'aiuto di forze ribelli locali, viene catturato il castello di Warigadake sul lago Nojiri; nel periodo a seguire, le truppe di Shingen cominciano a condurre incursioni nei territori di Echigo.

Le truppe del clan Ashina, tuttavia, sono sconfitte da Kenshin, e la strategia del clan Takeda diventa inattuabile a causa della perdita dell'alleato. Kenshin decide di muovere nuovamente il suo esercito verso Kawanakajima per contrastare Shingen: riconquista il castello di Warigadake e, il 4 settembre, schiera le sue truppe sulla collina presso il Zenkō-ji.

Takeda Shingen decide di non prendere alcuna iniziativa e Kenshin, spazientito, effettua la prima mossa verso la valle di Saku.

All'inizio di ottobre Shingen decide di intervenire, ed il suo esercito giunge da ovest a Fukashi. Ancora una volta le grandi doti tattiche sviluppate dai due generali non concederanno il predominio di una parte: la posizione di Kenshin è ben difesa, ma Shingen gli impedirà di portare a termine ogni azione pericolosa. Dopo 60 giorni di scontri, Kenshin si ritira lasciando la regione di Kawanakajima definitivamente nelle mani di Takeda Shingen.

STORIA DEL GIAPPONE



La **battaglia di Miyajima** (厳島合戦 *Itsukushima Kassen*) del 1555 fu combattuta nell'isola sacra di Miyajima; l'intera isola è considerata un santuario Shinto e nessuna nascita o morte è permessa nella sua terra. Un'intensa purificazione venne fatta sull'isola dopo la battaglia per pulire il santuario che era stato intriso dal sangue della battaglia.

La battaglia fu il punto di svolta per il controllo del Chūgoku durante il periodo Sengoku. Mōri Motonari riuscì a prendere il controllo dell'intera regione cessando definitivamente il potere del clan Ōuchi.

Nel 1551 Sue Harukata rovesciò Ōuchi Yoshitaka e divenne di fatto il capo del clan Ōuchi attraverso un burattino, Ōuchi Yoshinaga. Nel 1554 Mōri Motonari insorse contro Harukata e sconfisse una forza Sue nella battaglia di Oshikibata a giugno. Nell'ottobre del 1555 Sue fu attirato a Miyajima (lett. "Isola dei Santuari", nota anche come Itsukushima) da uno stratagemma da parte di Motonari: aveva ordinato la costruzione di un forte sull'isola (chiamato Miyao), quindi si lamentò pubblicamente che difficilmente avrebbe potuto proteggerlo a lungo.

Harukata abboccò e comandò una flotta di navi mercantili preparando le sue truppe ad attraversare il canale. Nelle prime ore del 15 ottobre attaccò il castello di Miyao con un assalto frontale. Nel frattempo Motonari approfittò della sua assenza per impadronirsi del castello di Sakurao, il castello di Harukata sulla terraferma di fronte a quello di Miyao, aiutato dalle forze di Murakami Takeyoshi, un abile comandante navale.

Con un punto di imbarco assicurato Motonari proseguì con il suo piano. Aveva arruolato pirati locali che accettarono di trasportare le sue truppe a Miyao. La flotta che trasportava le forze Mōri attraversò lo stretto durante un violento temporale. Il loro approccio fu così nascosto così Motonari, assieme a due dei suoi figli Kikkawa Motoharu e Mōri Takamoto, sbarcarono sul lato est dell'isola, nelle retrovie delle forze di Harukata.



STORIA DEL GIAPPONE



Nel frattempo il terzo figlio di Motonari, Kobayakawa Takakage, navigò verso il castello di Miyao per far abboccare i soldati Ōuchi, quindi si ritirò in modo da poter essere in grado di tornare il giorno seguente, lanciando il suo attacco sincronizzato con l'assalto terrestre. All'alba Takakage e le sue 1.500 truppe sbarcarono sulla spiaggia davanti alla piccola fortezza, e il suono di trombe di proiettili segnalò che tutte le unità erano in posizione, dando inizio all'attacco.

Le forze Ōuchi attaccarono Takakage alla spiaggia e Motonari e le sue truppe colpirono le posizioni di Harukata da dietro. Colti completamente di sorpresa, molte delle truppe Ōuchi si sparpagliarono nello scompiglio. Anche la guarnigione del forte uscì dal castello e circondò le forze di Harukata. Ci vollero due giorni di scontri furenti e alla fine centinaia di persone tentarono di nuotare verso la terraferma annegando. Molti altri videro che la sconfitta era inevitabile e commisero seppuku.

Il 18 ottobre 1555 la resistenza era terminata al costo di circa 4.700 morti tra l'esercito Ōuchi. Harukata fuggì dai confini del castello di Miyao, ma quando vide che non era possibile fuggire dall'isola, si suicidò.

Immediatamente dopo la battaglia Motonari ordinò che i corpi dei caduti fossero portati in terraferma, e poi ordinò che l'intero campo di battaglia fosse ripulito dal sangue versato, al punto che gli edifici furono lavati e il terreno inzuppato di sangue fu rimosso dall'isola. Il clan Mōri successivamente finanziò diversi progetti di costruzione o ristrutturazione sull'isola. I resti di Sue Harukata furono trasportati sulla terraferma e identificati nel castello di Sakurao prima di ricevere un funerale e una sepoltura nel cimitero di un vicino tempio buddista nell'odierna città di Hatsukaichi, nella prefettura di Hiroshima.

Si stima che le forze di Harukata a Miyajima fossero circa da 20.000 a 30.000 uomini, e sebbene le stime delle forze combinate sotto Mōri Motonari siano ampiamente comprese tra 4.000 e 10.000 truppe, è chiaro che i Mōri furono pesantemente in svantaggio. Questa vittoria portò il clan Mōri in una posizione preminente nel Giappone occidentale e consacrò la sua reputazione per la strategia e le tattiche navali.



Gli Yōkai - Ao bōzu - 青坊主 あおぼうず

di Alberto Bergamini

Traduzione: monaco blu

Habitat: campi di grano e orzo, case disabitate, strade solitarie

Dieta: varia da regione a regione; comunemente bambini

Gli Ao bōzu sono generalmente raffigurati come preti grandi e con un solo occhio, hanno la pelle blu e sono fortemente legati alla magia. C'è da dire che vari resoconti locali li descrivono diversamente sia come dimensioni, numero di occhi e habitat.

A Okayama, sono descritti come giganti con due occhi che si stabiliscono in case abbandonate o disabitate, In altre storie, vengono avvistati nei campi di grano o su strade buie e solitarie.

A Shizuoka, si dice che l'Ao bōzu compaia nelle sere di primavera al tramonto nei campi di grano e orzo. Il passaggio dalla notte al giorno è un tema popolare nella tradizione della Magia In-Yō. Inoltre, le foglie ancora blu-verdi dell'orzo giovane hanno anche forti correlazioni con In-yō.

Si dice che i bambini che corrono e giocano nei campi la sera potrebbero essere rapiti da un Ao bōzu, vengono quindi, raccomandati di tornare subito a casa dopo la scuola e non andare a zonzo per i campi per non correre il rischio di essere portati via!

A Kagawa, l'Ao bōzu appare a tarda notte alle giovani donne e chiede loro: "Ti piacerebbe essere appesa per il collo?" Se la donna dice di no, l'Ao bōzu scompare senza una parola se invece lei lo ignora o non dice niente, lui la attacca fulmineo, la stordisce e la impicca per il collo.

A Yamaguchi, sono considerate divinità minori. Appaiono davanti agli umani sulla strada e li sfidano a partite di Sumo. Poiché gli Ao bōzu di Yamaguchi sono grandi quanto i bambini, molte persone hanno accettato sciocamente la sfida, solo per ritrovarsi scaraventato a terra con una forza divina e una velocità potenzialmente letale.

LEGGENDE E FOLKLORE GIAPPONESE



Dell'origine di questo Yōkai si sa molto poco, fu Toriyama Sekien il primo a illustrare l'Ao bōzu e la sua raffigurazione non venne accompagnata da nessuna descrizione oltre al nome.

Dal suo nome possiamo ricavare un po' di informazioni; la parola Ao significa blu o verde e può denotare immaturità e inesperienza. (Un altro noto Yōkai - Ao-Nyōbō - viene dipinto in questo colore), ma poiché l'illustrazione originale era in bianco e nero, potrebbe anche essere che questo Yōkai non fosse mai stato concepito per essere colorato di blu o verde, ma piuttosto proprio come una presa in giro che mostrava come Toriyama Sekien vedeva un sacerdote corrotto e inesperto.

Il fatto che l'Ao bōzu abbia un solo occhio e sia venerato come un dio minore in alcuni luoghi traccia un forte parallelo con un altro Yōkai, l'Hitotsume-kozō.

A causa della sua somiglianza, ci sono teorie che suggeriscono una connessione con l'antico culto degli spiriti del vecchio Giappone.

In queste proto-religioni sciamaniche, i mostri con un occhio solo hanno spesso avuto origine come Dei caduti delle montagne e portatori del male, inviati per eseguire gli ordini di divinità più grandi. La leggenda dice che potevano essere controllati mostrando loro dei cesti intrecciati o altri oggetti con molti buchi, che i mostri avrebbero percepito come centinaia di occhi evitandoli così per paura o gelosia.

Poiché ci sono così tanti racconti diversi, e poiché ci sono così tanti diversi tipi di cattivi Yōkai sacerdoti, è impossibile dire quale fosse l'autentico Ao bōzu, rispetto a tutte le diversità degli altri tipi di Yōkai simili.





ASANA E DACHI

OVVERO L'USO DEL CORPO

di Francesco Grasso

Oggi riflettevo su questi due termini, tanto lontani tra loro, sia per cultura che per utilizzi...

Eppure, a parer mio, nella loro diversità mantengono un legame molto profondo, anzitutto per il fatto che entrambe utilizzano il corpo.

Tutti gli artisti marziali sanno bene che una corretta postura è alla base di una buona pratica, allo stesso modo nello yoga si dedica molto molto tempo allo studio delle asana...

Senza addentrarci in un'analisi dei due campi di studio, che ci allontanerebbe da ciò che voglio far notare in queste poche righe, che altro non sono che una semplice riflessione senza troppe pretese, partiamo da una semplice legge fisica: se ad ogni azione corrisponde una reazione, è anche vero che la reazione può divenire essa stessa azione.

Se prendiamo un solenoide, non carico magneticamente, e lo colleghiamo ad una fonte elettrica, questo si elettrizzerà magnetizzandosi. Ugualmente, se prendiamo lo stesso solenoide (senza alcuna fonte elettrica) e lo colleghiamo ad un misuratore elettrico, e poi poniamo una calamita al suo interno, vedremo il solenoide caricarsi.

Questo ci dice che se da una parte un impulso elettrico (impulso) può magnetizzare (reazione), allo stesso modo un magnete (reazione) può generare elettricità (l'impulso originario).

Ma cosa c'entra questo con il nostro discorso?

Prendiamo l'esempio di chi, a causa di un periodo pesante o di una brutta notizia, vede il morale andare giù. In questo caso avremo una serie di impulsi che partono dal cervello per giungere al corpo che, come conseguenza, inizierà a "chiudersi su se stesso", si ingobbisce, lo sguardo sempre in basso, etc...poi arriva un bel momento nel quale il nostro soggetto, magari stanco di questo stato d'animo, si guarda allo specchio e, richiamando a se "l'archetipo del

Percorsi Esoterici



guerriero", addrizza la schiena, serra la mascella ed alza lo sguardo. Da quel momento il morale inizia a risalire e la visione del mondo cambia.

Da una parte lo stato d'animo ha modificato la postura; dall'altro la postura ha modificato lo stato d'animo.

Chi pratica da tempo ha certamente notato come i novizi, dal momento in cui la postura inizia ad essere più corretta, modificano pian piano il modo di camminare, di osservare, di porsi nei confronti del mondo. Perché? Perché il semplice fatto di avere la schiena ben allineata, dona all'uomo "dignità", ponendolo, come dicono i Maestri di ogni tradizione, "tra cielo e terra".

Naturalmente, per poter comprendere in modo adeguato questi particolari, è necessario uno studio approfondito che includa al suo interno aspetti fisici ed aspetti psicologici...ma non solo. Ognuno di noi ha sentito parlare dei meridiani dell'agopuntura. Anche in questo caso non scendiamo in particolari che esulano da questa piccola riflessione ma, essendo i meridiani intimamente connessi col corpo, evidentemente ne subiranno le influenze.

Sintetizzando il tutto in maniera quasi imbarazzante ma funzionale per il nostro discorso, possiamo immaginare i meridiani come se fossero dei tubicini dove scorre l'energia, questi piccoli tubi, che iniziano o terminano nelle dita di mani e piedi, percorrono diverse strade tanto sulla superficie del corpo quanto nella sua profondità.

Quando noi serriamo un muscolo, evidentemente "i tubicini" che attraversano quel muscolo o che lo incontrano anche marginalmente, incontreranno una costrizione che influenzerà inevitabilmente il corso "dell'acqua" all'interno dei tubi stessi.

Ma questi nostri tubi hanno anche alcuni punti importanti con funzioni specifiche...alcuni accelerano il flusso, altri lo rallentano, alcuni sono "raccordi" che collegano con altri tubi, etc.

Adesso, quando, in una data postura, noi pieghiamo, ad esempio, la nostra gamba, stiamo influenzando il corso dell'energia nei meridiani che percorrono la gamba; allo stesso modo, quando una certa posizione mette un muscolo in tensione, anche i meridiani in quel punto ne subiranno l'effetto.



moving in stances part 1

kiba dachi & shiko dachi



A questo punto, se osservo bene le tachi, mi posso rendere conto di come queste hanno davvero tanti particolari che, se attenzionati a dovere, possono svelarmi in modo inequivocabile la funzione della posizione stessa! A questo punto la differenza tra una *Kiba Dachi* ed una *Shiko Dachi* sarà più profonda, perché la semplice posizione del piede obbliga la biomeccanica del corpo ad alcuni adattamenti che, se visti nell'ottica del nostro discorso, avranno degli effetti di grande portata sul praticante.

Ma facciamo una brevissima riflessione anche su un *asana* dello yoga, la *Vajirasana* (la posizione della folgore di diamante), a molti artisti marziali questo nome non dirà nulla, ma si tratta, grosso modo, del nostro *seiza*! Se facciamo una ricerca nel mondo indiano, scopriremo che questa posizione è utilizzata per tanti scopi, dalla tonificazione muscolare di cosce e polpacci, al rafforzamento articolare di ginocchia e piedi, dalla stimolazione della zona del ventre (il "nostro" *hara*) alla ricerca del rilassamento. Ma una cosa curiosa è che viene anche proposta come posizione per la meditazione in alternativa alla più nota *padmasana* (la posizione del loto), e tutti i praticanti di arti marziali nipponiche sanno bene che è proprio in *seiza* che spesso eseguiamo il *mokusou*!

Percorsi Esoterici



Dettaglio "Jumonji no kamae"
Fuma Ryu Ninjutsu – Tantojutsu
Shisho Soke H. Hoshino

Culture diverse, stesse tecniche per giungere agli stessi risultati...il che dovrebbe far riflettere.

Che aggiungere a questa breve riflessione? Osserviamo i vari "yoi" che precedono i kata di Karate (dalle varie versioni di *Bassai/Passai* al *Kanku/Kushanku*), osserviamo altresì le *kamae* del Ninjutsu (se non vogliamo credere che le mani incrociate della *Jumonji* no *kamae* siano davvero una guardia...) ed analizziamo cosa succede, che tensioni abbiamo nel nostro corpo, quali punti mettiamo in contatto, etc...magari non cambierà nulla, ma forse avremo una visione leggermente più ampia della nostra pratica.



Dettaglio "yoi" Bassai



Dettaglio "yoi" Kushanku

Asana, Tachi...o il semplice "atteggiamento del pensatore" che si strofina il mento (vaso concezione). Forse, prestando maggiore attenzione, potremmo fare un passo leggermente più in profondità. La nostra vita non cambierà certo per questo, ma magari in futuro avremo più coscienza di ciò che facciamo.

Buona pratica!!!

Riflessioni Marziali

Daitō-Ryū Aikijūjutsu



di Alberto Bergamini

Il Daitō-Ryū Aikijūjutsu (大東流合気柔術 = Grande Scuola d'Oriente dell'Aikijujutsu) o brevemente Aikijujutsu è considerato, in Giappone, come una delle più antiche e nobili scuole di Bujutsu. Sarebbe stata fondata nel 1087 da Shinra Saburō Minamoto no Yoshimitsu (新羅三郎源義光, 1045-1127), Samurai del Clan Minamoto, terzo figlio di Yoriyoshi Minamoto, discendente della quinta generazione dell'imperatore del Giappone, della dinastia Minamoto, Fujiwara Seiwa (850-881), e la sua evoluzione si sarebbe svolta in parallelo con la storia del Giappone.

Storia

Il clan Minamoto era uno dei maggiori del Giappone e Yoriyoshi Minamoto, principe militare ereditario (Daimyō) della provincia di Chinjufu era stato inviato dall'imperatore a sedare una rivolta del Clan Abe. La guerra durò per 11 anni (1051-1062) sino a quando Sadatou Abe fu sconfitto nella Battaglia di Yakata Koromogawa.

Successivamente i figli di Yoriyoshi combatterono nella Guerra Gosannen (1083-1087) contro il Clan Kiyohara. Minamoto Yoshiie (uno dei figli) era in difficoltà, fu raggiunto dal fratello Yoshimitsu e insieme espugnarono la fortezza di Kanazawa. Yoshimitsu era il signore del castello di Daitō (da cui deriva poi il nome dell'arte), ma il figlio Yoshikiyo al termine della guerra si trasferì a Takeda nella provincia di Kai dove assunse il nuovo nome di Yoshikiyo Takeda, dando così origine al Clan Takeda.

Gli insegnamenti marziali sarebbero stati trasmessi in segreto presso il clan Takeda, che le avrebbe tramandate fino ai giorni nostri.

Nel 1674 alcuni documenti segnalano che l'influenza del Nishinkan del clan Takeda si è espansa su tutto il territorio d'Aizu, intorno al quale fioriscono molte scuole marziali principali che insegnano solo ai Bushi del Clan Aizu. Si contano 5 stili di scherma, 2 di ju jitsu (la famosa Mizu no Shinto-ryu e Shinmyo-ryu) proprie del clan Aizu più una miriade di scuole private che insegnano anche ai samurai di minor rango: 22 di scherma, 16 di jujutsu, 16 d'armi da fuoco, 14 d'estrazione della spada, 7 di tiro con l'arco, 4 di lancia e 1 d'alabarda, falcetto con catena, bastone, lotta con l'armatura senza armi.

Riflessioni Marziali



Per due delle scuole citate vige il divieto di fornire dimostrazioni in pubblico. Sono le due scuole segrete del clan Aizu - l'Oshikiuchi (già Aiki-in-yo-ho, poi Daito-ryu Aikijujutsu) del clan Takeda e il Kenjutsu di Misoguchi-ha Itto-ryu del clan Aizu.

Nel Periodo Edo (1600-1868) la città d'Aizuwakamatsu nel distretto di Aizu era nota per la potenza del castello Tsurugajo, fatto costruire nel 1384 (Periodo Ashikaga) da Ashina Naomori (all'epoca daimyō d'Aizu), e al tempo della rivolta guarnito dalle truppe del clan Aizu, addestrate dal clan Takeda che forniva anche i migliori samurai per la guardia dello shogun.

Nel 1868 il nerbo delle forze bene resiste alle forze nemiche, contro cui combattono anche due formazioni di giovani Takeda addestrati nell'Oshikiuchi (il futuro Daito-ryu Aikijujutsu): la squadra Byakkottai (Tigri Bianche) e la squadra Joshigun (l'una maschile e l'altra femminile, entrambe formate da giovani tra i 15 e i 17 anni). Quando le armate Meiji si avvicinano al castello Tsurugajo difeso dal daimyō d'Aizu Matsudaira Katamori, le due squadre accorrono in suo aiuto. Vedendo la struttura assediata e avvolta dal fumo e, pensando al peggio, essi compiono l'unico atto degno del bushido: il seppuku. Alle porte della città oggi sorge un monumento in memoria dei giovani Takeda suicidi.

La battaglia, benché ormai persa, in realtà continua altre quattro settimane, e il castello, che non era in fiamme come avevano creduto i giovani, è ancora in mano degli Aizu-Takeda. I superstiti, nell'esempio dell'eroismo delle giovani squadre scelgono di continuare a combattere sino alla morte, e come in passato, le famiglie commettono seppuku così che i loro mariti e padri non debbano preoccuparsi di loro in quanto la sconfitta è ormai inevitabile. Quando le armate dell'imperatore entrano nel castello non vi è un sol uomo vivo. In casa del capo-clan Takeda trovano 21 donne e bambini morti suicidi. Terminava così l'egemonia degli Shōgun. Ma termina anche un'era, quella dei veri samurai.

Inizia infatti il Periodo Meiji (1868-1912), la rivoluzione sociale che ne segue stravolge il concetto di caste e nessuno può più portare in pubblico il daishō (le due spade, lunga e corta, simbolo della classe militare dei bushi).

Pochi anni prima era nato un bimbo: Sokaku Takeda (1860-1943), che all'epoca aveva solo otto anni. Il padre, Takeda Soikichi, discendente della stirpe Takeda nel feudo di Aizu, lo aveva nascosto al sicuro, e ben presto il giovane Takeda oltre a studiare l'arte di famiglia, l'Oshikiuchi, inizia il suo musha shugyo (pellegrinaggio d'apprendistato): crescendo con quell'educazione era divenuto, senza volerlo, un rōnin, ovvero un bushi senza padrone - il nuovo governo aveva abolito le classi e tutta la struttura sociale dei buke. Studia in tutte le migliori scuole di spada, di lancia e di bastone del paese sino a divenire talmente abile che pur portando in pubblico sino alla morte le due spade simbolo della casta abolita dei samurai, nessuno ebbe mai il coraggio di disarmarlo.



Riflessioni Marziali



Takeda Sokaku fu molto criticato per il carattere irascibile e scontroso, per i modi altezzosi e arroganti, e per il disprezzo che pubblicamente nutriva nei confronti del nuovo ordine sociale. La sua figura va però misurata nel contesto di un paese che soffriva d'una profonda rivoluzione, dove i valori radicati da millenni nell'animo dei bushi vennero gettati alle ortiche in pochi anni. Essi vedevano il mondo crollare sotto i loro piedi. Adeguarsi non era facile, soprattutto per le convinzioni morali e i condizionamenti così forti che avevano subito sin dall'infanzia ed alcuni reagirono.

Takeda Sokaku volle rinominare l'arte della scuola e la chiamò Daito-ryu Aikijujutsu per richiamarsi ai nomi e luoghi d'origine dell'arte e del suo clan: Il castello di Daito del principe Shinra Saburo Yoshimitsu Minamoto e la particella "Aiki" che derivava dall'antico nome "Aiki-yo-ho" dell'arte in epoca Edo.

Takeda Sokaku fu l'uomo che fece uscire l'arte dal riserbo e dal segreto secolare in cui si era tramandata, e la insegnò a moltissimi allievi. Benché analfabeta, teneva corsi e registrava tutto in appositi registri che faceva compilare e firmare direttamente agli allievi (registri conservati presso l'Honbū Dōjō di Abashiri) con minuziosità impressionante, che oggi ci permette di ricostruire molti eventi con un dettaglio incredibile.

Ebbe molti allievi importanti: ministri, ammiragli, generali, magistrati, potenti magnati dell'economia d'inizio secolo, forze di polizia e anche futuri maestri d'arti marziali tra i quali: Matsuda Hosaku, Takuma Hisa, Yoshi Sagawa, Yamamoto Kakuyoshi, Taiso Horikawa, Kodo Horikawa, Yoshita Kotaro, Morihei Ueshiba (fondatore dell'Aikidō) e suo figlio Takeda Tokimune (1915-1993).

Il 36° Sōke, Takeda Tokimune (1915-1993), decise di far conoscere al mondo le tecniche di difesa proprie di quest'arte marziale solo nel 1990, accettando i primi allievi stranieri e dando così il via alla sua diffusione nel mondo. Tutte le tecniche di Aiki-jūjutsu praticate all'interno della scuola costituirebbero l'eredità delle tecniche praticate dai bushi del clan Minamoto (XII secolo), poi dal clan Takeda (XVI secolo) e per ultimo (fino al 1868) dal Clan Aizu.

Livello		Tecnic e
1	Elenco Segreto (秘伝目録 o 秘傳目録 <i>Hiden Mokuroku</i>)	118
2	L'arte di unire lo spirito (合氣之術 <i>Aiki-no-jutsu</i>)	53
3	Misteri interni (秘伝奥義(の事) <i>Hiden Ōgi (no Koto)</i>)	36
4	Tecniche di auto difesa (護身用の手 <i>Goshin'yō-no-te</i>)	84
5	Spiegazione dell'eredità (解釈相伝 <i>Kaishaku Sōden</i>)	477
6	Licenza di trasmissione completa (免許皆伝 <i>Menkyo Kaiden</i>)	88
Totale		856

Riflessioni Marziali



Di quasi ogni tecnica esistono le varianti omote, frontale o esterno (表), e ura, posteriore o interno (裏), più alcune variazioni a seconda delle leve articolari apportate o delle tecniche di proiezione. In giapponese, 表 significa anche "esplicito", e quindi mostrato in pubblico, e 裏 "segreto", e quindi non mostrato in pubblico. Le tecniche ura, quindi, venivano raramente mostrate in esibizioni pubbliche. La scuola Takumai aggiunge altre tecniche dette Daito-ryu Aiki Nito-ryu Hiden.

La Takumai si basa anche su video e foto riprese durante degli stage di Tokimune e Ueshiba, un suo allievo che fonderà poi l'Aikidō, nel dojo della sede del quotidiano Asahi: I documenti sono riuniti in undici manuali detti Sōden. Il numero complessivo di tecniche documentate dall'ammiraglio Isamu Takeshita è di 10.987. Questi diari sono attualmente conservati presso l'Hombu Dojo (lo Shimbukan Dojo) del Maestro Kondo Katsuyuki, il successore designato dall'ultimo soke Tokimune Takeda, a Tokyo.



無
心
会

大
東
流
合
氣
柔
術
練
心
館



TAKEDA SOKAKU



MATSUDA TOSHIMI



TAKESHI MAEDA



TAKASE MICHIO



GIANPIERO COSTABILE

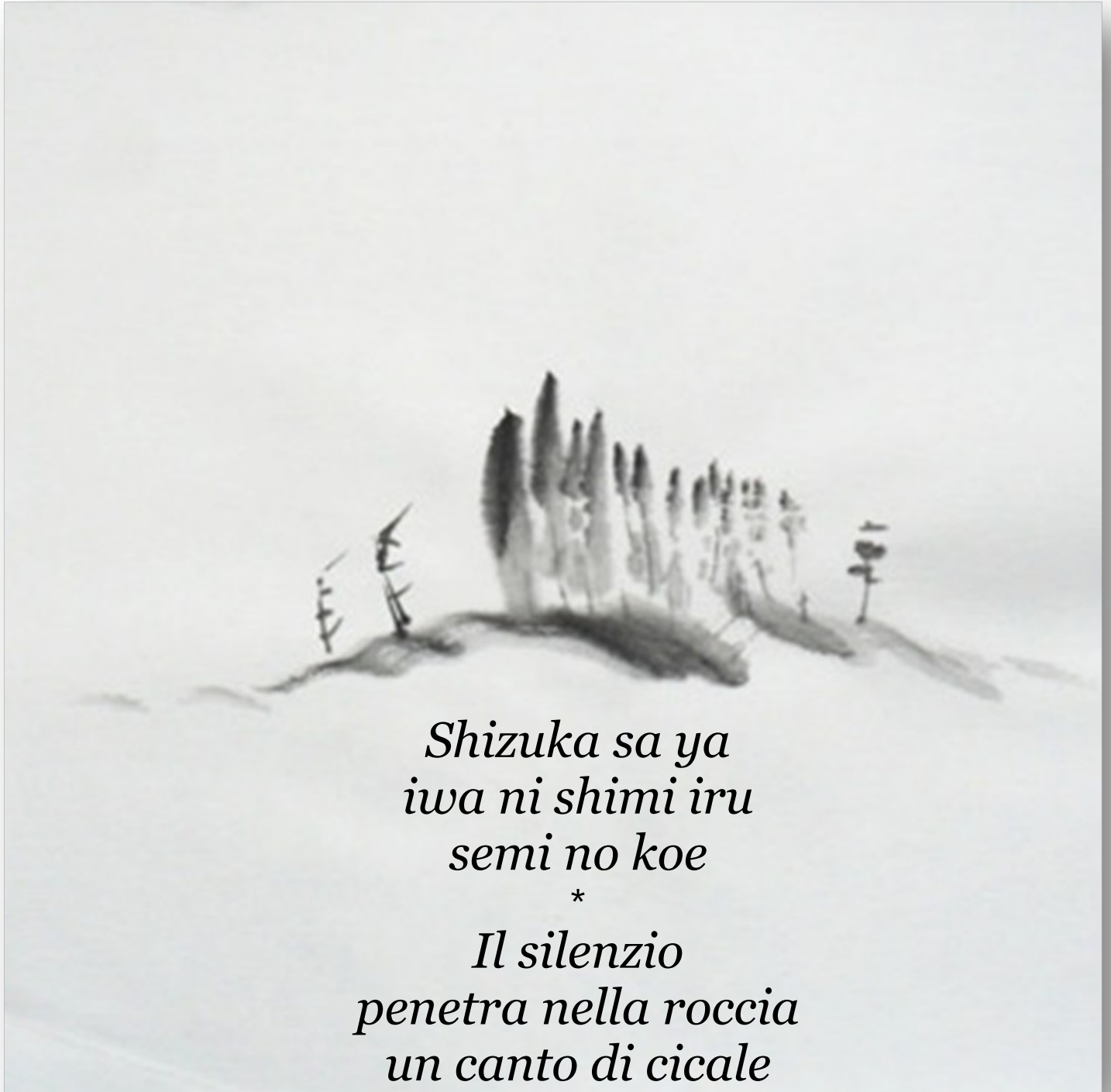


CRISTINA COSTABILE



無
心
会

大
東
流
合
氣
柔
術
練
心
館



*Shizuka sa ya
iwa ni shimi iru
semi no koe*

*

*Il silenzio
penetra nella roccia
un canto di cicale*

Cinema TRASHgrafica

蛛
黒

CÜNEYT ARKIN

ÖLÜM SAVAŞÇISI



YÖNETMEN
CÜNEYT ARKIN

1-TICARETİM



YOSHI MURA KARATE
VE MOTORSIKLET OKULU

KARATE HOCASI
OSMAN BETİN

FLUDA FIRAT
MERAL ÖZKAN
S. KARADAYI
RADİP KOK

HÜSEYİN PEYDA
ORHAN GÜNSİRAY
SEDAT ULKER



Una setta di spietati ninja è fautrice di innumerevoli omicidi a colpi di sciabola. La polizia richiede l'intervento dell' ispettore turco Kemal (Interpretato da Cüneyt Arkin, uno dei due registi) Immaginatevi una specie di Michael Douglas turco. Dopo varie passeggiate in spiaggia con la sua fidanzata, Kemal decide di accettare il caso e dare sfoggio della sua invincibile arte del kung fu. Durante la missione i terribili ninja continuano a mietere vittime con l'ausilio dei loro poteri sovranaturali.

Se non lo vedete non ci credete.... Si tratta di un collage di pura tamarranza pseudo marziale perchè dentro a questa brevissima trama il regista ne inserisce di ogni, come un patchwork cucito da uno psicopatico schizofrenico. Il sommo regista inserisce ritagli di tizi che combattono contro l'aria, di individui che fanno motocross, di esseri umani che vengono spaventati da case buie e rumori sinistri, con piccioni decapitati che si schiantano in una casa irrompendo (e rompendo) la finestra. La genialità (O la genialità) di questo Çetin Inanç (e anche il suo collega Kunt Tulgar) erano soliti ritagliare abitualmente anche 5 film d'azione differenti per creare una pellicola nuova (a causa del fallimento degli altri 5). Ci sono tante cose bellissime in questo film. La cosa più bella sono i rumori prodotti dalle mosse di karate (velocizzate ad hoc) aggiunti in post produzione ,spessissimo in maniera esagerata tanto che i colpi che si sentono sono almeno 10 volte tanto quelli reali.

Altra cosa bellissima è il montaggio frenetico e violento, pellicola tagliata con la motosega e zoom improvvisi tengono continuamente lo spettatore incollato al soffitto per i salti di gioia. Le musiche sono spesso inopportune e mi tocca segnalare una furto musicale addirittura proveniente da **Pyscho** di Alfred Hitchcock.



Poi ci sono molti ninja arabi e una costante componente horror che non c'entra nulla col resto, la cui manifestazione più alta è una donna misteriosa che si trasforma in una rana e ti salta addosso.

Di saccheggi e razzie da film occidentali ce ne sono varie, da alcune scene copiate pari pari da **La Casa** di Sam Raimi (ma fatte infinitamente peggio) e in più in svariati combattimenti ci sono state depredazioni sonore da vari film di Bruce Lee.

Ma la frode più grande e leccarda il regista Inanç la mette a segno rapinando innumerevoli parti dal suo stesso opera cinemaTRASHgrafia **Son Savasçi** uscito appena un anno prima, anzi mi correggo la cosa fantastica di questo film è l'assoluta mancanza di trama. Garantisco personalmente sulla tamarranza totale di questo film.

Piante ed erbe medicinali Ordine alfabetico "F"

Faggio

Fagus silvatica, L.

Nomi DIALETTALI: Fòvo, Fòo, Fòvi, Fo, Faghèr,

Fagàro.

DESCRIZIONE: Foglie ovali, superficialmente denticolate, cigliate nel margine, a nervature sporgenti. H: comune nella

zona montana. P: faggiolo, corteccia, libro. F: Copulifere

Le faggiolo contengono i 16-17% di olio; 50 kg.danno

6 kg. di olio fino e 2 di torbido: il primo sostituisce

benissimo l'olio d'olivo; il secondo serve per ungere e bruciare.

La corteccia dei rami giovani serve come quella della quercia, se raccolta in primavera, specie nelle febbri intermittenti. Dose: 15 gr. di corteccia secca, o 30 di verde, bollita, in un quarto d'acqua.

Il creosoto si ricava pure dal legno di faggio. Il medico

lo prescrive nelle malattie polmonari, nella diarrea, nelle fermentazioni eccezionali del ventricolo, nella dissenteria, nel catarro intestinale, nel diabete, contro i vermi.

Per uso esterno si adopera nei cancri, negli ascessi, nell'infiammazione alla bocca, nei denti infetti e cavi. Attenzione però, perché il creosoto infetta i denti sani.

La cenere bollita dà un'eccellente potassa.



Farfaraccio *Petasites officinalis*, Mönch

NOMI DIALETTALI: Pè d'asen, Capelazzi, Patacrem,

Baldana, Rodele, Pié de mussa.

DESCRIZIONE: Fusto eretto lanoso (30-50 cm.); foglie basali grandi cuoriformi o reniformi, angoloso-dentate, con lobi basali sporgenti nell'insenatura, pubescenti di sotto; capolini rosei o biancastri in tirso conico, alla fine allungato; foglioline involucrali lineari-bislungo ottuse.

H: luoghi umidi, vicino alle sorgenti, lungo i corsi d'acqua.

P: le foglie, i fiori e i rizomi. F: Composte.

Le radici o rizomi cotti nel vino giovano contro l'asma unita a tosse, nell'artrite, nella febbre, nei dolori della vescica; è emolliente, aperitiva. e sudorifera.

Con le foglie e i capolini si fanno infusi espettoranti e calmanti della tosse.

Dose: 50 gr. in un litro d'acqua. Le foglie pestate servono quale detergente contro le piaghe ulcerose. La polvere della radice si usa essa pure a cospargere le piaghe e i tumori maligni.

Farfaro

Tussilago Farfara, L.

NOMI DIALETTALI: Pè d'asen, Erba de la toss, Capeleti, Capule, Rodele, Stàlfera, ecc.

DESCRIZIONE: Fusti eretti, semplici, lanosi (10-20 cm.); rizoma grosso; foglie basali svolgentisi dopo i fiori, cuoriformi, rotonde, angolose, bianco-tomentose di sotto con cauline lanceolate squamiformi.

H: luoghi umidi, argillosi e lungo i rivi e i fiumi.

P: fiori, foglie, radici.

R: fiori quando stanno per sbocciare, le foglie in estate, le radici in primavera e autunno. F: Composte.

I fiori gialli sono i primi che compariscono in tutte le zone, appena sdiacciato il terreno, o appena sparita la neve. Fioriscono e sfioriscono prima che spuntino le foglie; da qui il nome *filius ante patrem*. — Il the dei fiori (un pizzico in un quarto d'acqua), preso nella stagione umida e fredda, giova contro la tosse e i catarri. Se ne prende una tazza mattina e sera.

Eguale virtù hanno pure le foglie. Le radici, raccolte prima della fioritura, danno un buon the per i polmoni, nelle febbri etiche, nei flussi catarrosi e nelle scrofole. Il decotto forte, fatto di fiori, foglie e radici, serve per impacchi nei tumori. Nell'asma e tosse si fumano le foglie.



Felce maschio

Polypodium filix mas

NOMI DIALETTALI: Féles-i, Far, Farni, Fèlése, Flefs, Flees,

DESCRIZIONE: Rizoma grosso; foglie bislungo-lanceolate (40-80 cm.), pennatosette con segmenti lanceolati, pennato-partiti, a lobi bislungi, ottusi o quasi troncati, scabri. H: comune nelle radure dei boschi, nei luoghi ombrosi e fra i cespugli. P: la radice. R: autunno-primavera. F: Felci.

La radice della felce maschio, che ha odore sgradevole, sapore pizzicante e amaro, è rimedio insuperabile per l'espulsione della tenia (verme solitario). Si libera il rizoma da tutte le squame, senza lavarlo nell'acqua, si estrae la parte giallo-verde interna. Si prende la dose di 12-15 gr. di polvere a digiuno, in 200 gr. di acqua. Due ore dopo, si prende una buona dose di olio di ricino. Per aiutare l'evacuazione del parassita, si usa prendere un'insalata di aglio, cipolle e arringhe. Però è sempre meglio interessare il medico, per evitare seri inconvenienti, perché detto rizoma è assai velenoso.

Il letto più salutare per le persone che patiscono crampi, dolori alle articolazioni, reumatismi, è quello di involgere il corpo in un sacco ripieno di Felci secche. Il sonno, in questo letto singolare, porta il perfetto riposo.

Per di più, in tal letto non vi possono regnare nè pulci, né cimici. La radice di felce maschio cotta nell'aceto, si adopera per far frizioni contro il gozzo, con buon esito. Nel reumatismo, nelle lombaggini, nei dolori articolari, nella sciatica, nei nodi artritici, si fa l'impacco delle foglie verdi sulle parti doloranti. Dapprincipio si sente un dolore più forte, ma poi svanisce affatto. Per sordità, causata da raffreddori, si usa riposare la testa su di un cuscino ripieno di foglie verdi, e l'udito ritorna interamente.

Il Professor Antonelli direbbe che nella pozione che si dà per espellere la tenia, non si può far susseguire olii, ma calomelano, gialappa o convolvolo delle siepi. I bagni ai piedi fatti per alcuni giorni con queste radici bollite fortemente, levano i dolori spasmodici e gottosi; applicate ai piedi, levano l'infiammazione.



Fieno greco

Trigonella foenum graecum,

DESCRIZIONE: Pianta erbacea importata dall'Oriente e da noi coltivata nei giardini e nei prati. Raggiunge l'altezza di 30-40 cm. simile al Trifoglio con foglie trifogliate, ovali, bislunghe e cinericce nella pagina inferiore; fiori bianco-giallastri; frutto una siliqua lunga terminante in forme di corno; semi giallo-dorati, duri, solcati. R: giugno-settembre. F: Leguminose.

I semi sono molto medicinali, usati ancora dagli Arabi come emollienti e dissolventi. Il the dei semi (bollirne due cucchiaini in 1 quarto di litro di acqua) serve quale stimolante degli organi digerenti, nella diarrea, colica, ventosità e nelle infiammazioni della pelle. Con la farina si fanno impiastri contro tumori, foruncoli, ulceri, gonfiori, piedi piagati; disciolgono le materie putride, puliscono, chiudono le ferite e guariscono.

Con l'acqua si fanno gargarismi per le tonsille infiammate. I cataplasmi si fanno con 3-4 cucchiaini di farina, un'ora di acqua con dell'aceto da renderli consistenti.

Finocchio

Foeniculum officinale, Allioni

H: qua e là nei luoghi incolti e secchi, coltivato ovunque. P: il frutto. F: Ombrellifere.

Il frutto del finocchio è usato in medicina, come l'anice e il cumino tedesco. Esso è stomachico, diuretico, carminativo, risolvente, galatoforo (che favorisce la secrezione del latte). Si usa l'infuso al 10% d'acqua.

Anche le radici, specialmente allo stato fresco, sono diuretiche e carminative. Si fa l'infuso: da 20 a 50 gr. in un litro acqua.

Le radici si mangiano in insalata come il sedano.

Il finocchio arresta pure il singhiozzo e il vomito.

Per uso esterno sono raccomandati i cataplasmi per conservare e migliorare la vista, negli ingorghi delle mammelle e nei tumori maligni.

L'acqua, nella quale si sono bolliti i semi serve per la testa contro le croste e la tigna e per gargarismi.



Fiordaliso Centaurea Cyanus, L.

NOMI DIALETTALI: Batiségola, Conovani, Scoate turchine, Flor blavéta, Glorini.

DESCRIZIONE: Fusto eretto, ramoso (30-80 cm.); foglie basali trifide, pennato-partite o intiere, le successive inferiori dentate alla base, le superiori sessili lineari, affatto intere; capolini mediocri terminali ovoidi; squame involucri ovato lanceolate, dentato-cigliate, con cigli piani argentini; fiori del raggio azzurri, di rado bianchi o rosei; pappo quasi uguale all'achenio.

H: nei campi di cereali.

P: la pianta fiorita. F: Composte.

Questa pianta, una volta in rinomanza, oggi ha perduto il suo primiero prestigio; tuttavia è adoperata anche adesso contro la tosse, ed è diuretica e lassativa. È pure usata contro il bruciore degli occhi. A tale scopo si fa il decotto di fiori, e con l'acqua si lavano gli occhi rossi o infiammati.

Fiori di fieno

L'infuso, con 3-5- manate nell'acqua bollente e chiuso in un vaso, o lasciato bollire per 15 minuti, è utile per molte malattie, quale aperitivo, risolvente e tonico. Si usa di solito: per pediluvi, nel caso di piedi gelati, sudore putrido, ferite, schiacciamenti, stasi nella circolazione del sangue, artrite, incallimenti, duroni, tumori delle unghie, e piedi suppuranti aperti. Per impacchi e involti, nel reumatismo, anche articolare, artrite, male di stomaco, scrofole, tumori, gonfiezze, ascessi.

Gli involti giovano pure nella rosolia (rosa pila, risipola), se l'infuso è usato a caldo, nell'orticaria, scarlattina e nefrite.

Nelle intossicazioni del sangue, si involge per tempo nell'infuso caldo e cocente, osservando che la fasciatura

che copre con i fiori la parte malata deve restar ferma per parecchie ore, bagnandola invece con acqua caldissima dell'infuso. In tal modo il veleno viene cacciato.

I vapori di fiori di fieno si usano, come quelli della d'orinazione e nei mali di vescica di tutte le specie. coda cavallina, contro l'idrope incipiente, nelle sofferenze

Fragola

Fragola Vesca, L.

Pianta conosciutissima, e quindi non ha bisogno di descrizione. H: ovunque fino alla zona alpina. F: Rosacee.

Il frutto giova nell'artrite, nella disposizione all'apoplessia, nella pienezza di sangue, nell'obesità, nei mali di fegato, nei disturbi intestinali, nelle emorroidi, nei disturbi generali della sensibilità. Si prendono sempre con zucchero e vino. A certe persone, specialmente donne, dal mangiarne avvengono eruzioni cutanee; però tale conseguenza non è nè pericolosa, nè dannosa.

Il succo è indicato nell'artrite, nella podagra, nel mal della pietra, contro i vermi, e in modo particolare nella stitichezza.

Il rizoma e le foglie in decozione (2 gr. per una tazza d'acqua) servono contro i catarrhi intestinali, nelle affezioni della mucosa boccale, per i sedentari, per i nervosi e nelle costipazioni.

Questi frutti sono indicatissimi per espellere gli acidi urici; così pure possono usarne con grande vantaggio i tisici, gli anemici, i clorotici per gli elementi minerali che contengono.

Frangola

Rhamnus Frangula, L.

DESCRIZIONE: Fruttice o arboscello; foglie alterne, caduche, ellittiche, acuminate, affatto intiere; stipole lesiniformi; fiori ermafroditi, pentandri; stimma a capolino drupa globosa, rossa e poi nera. H: nei boschi umidi e freschi, lungo i corsi d'acqua. P: corteccia. F: Ramnacee.

La corteccia di frangola è antipiretica (contro la febbre) antielmintica (contro i vermi), e anche purgativa: è un comodo succedaneo del costoso rabarbaro. Giova contro le emorroidi, nei dolori di fegato e di milza, negli ingorghi e nell'idropisia. Si prescrive l'infuso di 30-40 gr. In 1/2 litro d'acqua. L'estratto della corteccia interna si adopera quale lavaggio contro la rogna, tenia e altre malattie della pelle.

Quale blando, ma efficace, purgante, si usa il decotto di 15-20 gr. di scorza ben secca in 1 litro di acqua. Esso non produce nè irritazione delle mucose, nè rilasciamento intestinale, nè intossicazione; anzi il Dottor Leclerc lo indica perfino alle donne in stato interessante, e a tutti che patiscono stitichezza proveniente da dolori intestinali.



Frassino comune

Fraxinus excelsior, L.

DESCRIZIONE: Albero; foglie dispari pennate, con foglioline da 9-13 ovali lanceolate o bislunghe, seghettate, sessili. H: comune nelle località fresche della zona montana e subalpina. P: la corteccia e le foglie. R: quando le foglie distillano una specie di gomma (manna), il che avviene in maggio-giugno. F: Oleacee.

Le foglie e la corteccia, specialmente quella della radice, contengono molto tannino e sono febbrifughe, antireumatiche, diuretiche e purgative. Si usa la decozione Dose: 20 gr. di foglie in 200 d'acqua, nelle affezioni reumatiche e gottose. Le foglie hanno un'azione purgativa simile a quella della senna: (decozione di 15 gr. in 250 di acqua). Nell'idropisia, si adopera il decotto della radice al 10%. Eguali dose si adopera pure nelle febbri e nei mali

di fegato. Si può usare anche un cucchiaio di samare, in

una tazza d'acqua bollente. Samare vien chiamato il frutto.

Le foglie di Frassino sono pure efficaci nel reumatismo e nella gotta, come pure nell'artrite. Dose: infuso di 8-10 gr. di foglie tagliuzzate in 250 di acqua che si lascia sedare per 15-20 minuti, che si beve a caldo, o la decozione per 6-8 minuti nella stessa dose, lasciando raffreddare. La radice ha più forte azione diuretica.

Fumaria *Fumaria officinalis*, L.

DESCRIZIONE: Pianta un po' glauca; foglie bipennate e a segmenti piani, bislungo-lineari; sepali ovato-lanceolati, dentati, lunghi circa 1 terzo della corolla e di questa più stretti; frutti eretto-patenti, più larghi che lunghi, globoso-troncati e quasi smarginati all'apice. H: comune nei campi, negli orti, lungo le strade e sui muri vecchi. P: tutta la pianta. R: in fioritura. F: Papaveracee.

Questa piantina ha proprietà toniche, risolutive, depurative, sudorifere. Si usa nell'itterizia, nello scorbuto, nelle malattie della pelle. Dose: infuso: 100 gr. di fumaria in 250 d'acqua. Se ne prendono due o tre tazze al giorno, per una settimana, come tonico e depurativo, nell'itterizia, e negli ingorghi del basso ventre. Nell'arteriosclerosi riesce ottimo ipotensore.

L'infuso di fumaria è adoperato con grande vantaggio nelle serpigini e malattie cutanee, lavando con esso le parti malate. Tanto nell'infuso, come nel succo, si può unire il dente di leone che possiede quasi le stesse qualità.

L'estratto si ha scottando l'erba secca nell'acqua bollente; si lascia sedare e, filtrando il liquido, si cuoce con zucchero fino a renderlo denso. Se ne prendono 3-4 gr. al dì, solo con acqua.

LO SPIRITO DELLO IAI

di *giorgio barbasalla*



IAI NO IGI

Il significato dello iai

In passato, tutti i samurai indossavano abitualmente la katana, per questo dovevano necessariamente conoscere le tecniche per un utilizzo efficace. Sapere in che modo estrarre, colpire, bloccare, deviare gli attacchi ed altro ancora venne definito col termine “*iaijutsu*” (*l'arte dello iai*).

Già dai tempi più remoti, lo iai fu definito anche con altri appellativi: *battôjutsu*, *nukiai*, *bakken*, *zaai*, *isô* ed altri ancora a seconda delle scuole di spada nelle quali era praticato. Esistono numerose spiegazioni

del termine “*iai*”, tra le molte riportiamo quella che spiega come l’ideogramma “*I*” esprima l’idea di saper essere stabili in qualunque situazione, anche le più pericolose, mentre invece l’ideogramma “*AI*” rappresenta il concetto dell’armonia che risulta dalla costante attenzione al proprio atteggiamento verso gli altri, anche nelle situazioni più comuni.

Semplificando, nella pratica esiste lo “*iai*” ma esiste anche il “*tachi-ai*”; sono cose diverse. Infatti, se si iniziano le azioni dalle posizioni sedute chiamate “*seiza*” e “*iaigoshi*” si parla di *iai*, se invece si inizia stando già in piedi, allora si tratta di *tachi-ai*.

Quest’ultimo è collegato alla pratica del “*kenjutsu*” (*l'arte della spada*), la scherma vera e propria.



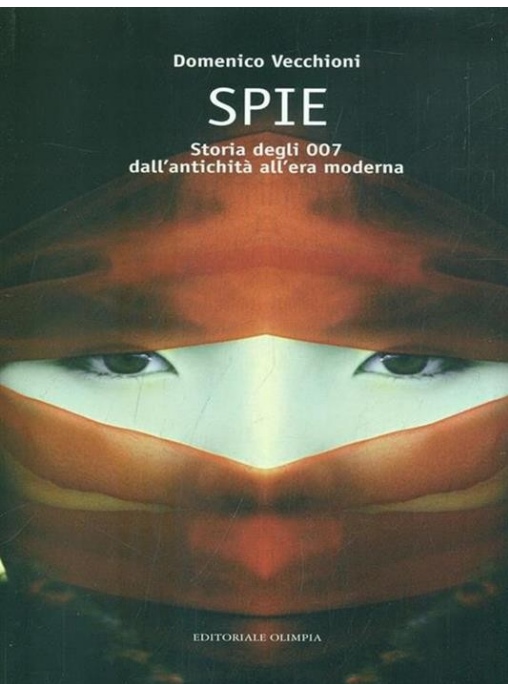
Tuttavia lo *iai* e il *kenjutsu* non sono due corpi separati, per questa ragione esiste il detto: “*il kendô, incomincia con lo iai, lo iai, termina con il Kendô*”.

Spie. Storia degli 007 dall'antichità all'era moderna

di Domenico Vecchioni (Autore)

Descrizione

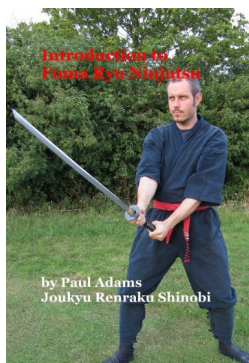
Deterrenza, antisovversione, doppio gioco e agenti doppi, infiltrazione, intrigo. Parole che sembrano recenti, ma che nascondono invece concetti antichissimi, che risalgono fino agli Egizi e ai Persiani. Perché da sempre il Potere, non importa se politico o economico, ha l'esigenza di sondare gli umori, di parare i possibili colpi inferti dal nemico, di agire a sua volta prima che altri possano metterne in pericolo la possibilità di riprodursi e sopravvivere, anche fiaccandone il consenso popolare o la forza militare. E dunque l'esigenza, per questo, di uomini fidati o sfuggenti, di reti di orecchie e bocche, di trame da tessere o da spezzare. I frumentari romani e gli Agentes in rebus, gli scaldi vichinghi, il ricondizionamento delle spie teorizzato da Persiani e Cinesi, i Ninja giapponesi, il controllo della corte attraverso l'harem dei Califfi islamici.



Su su fino ai più strutturati e sofisticati servizi delle nascenti potenze europee. Il Consiglio dei Dieci veneziano, le reti spionistiche nell'Inghilterra del Cinquecento, la prima divisione tra intelligence con funzioni distinte interne ed esterne, la nascita della polizia politica, il sorgere delle grandi personalità spionistiche alla Marlowe, i casi più torbidi. Dividere gli alleati dei nemici, spargere false voci e informazioni sbagliate, corrompere i funzionari nemici, suscitare rivalità interne. Per vincere ogni tipo di guerra senza combattere, per combattere sapendo già di poter vincere.

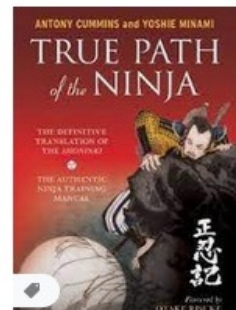
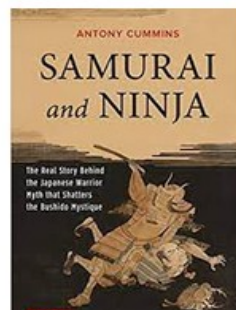
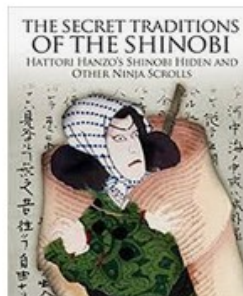
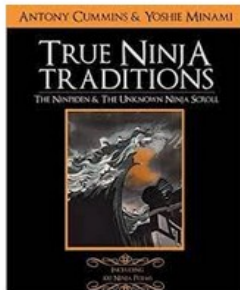
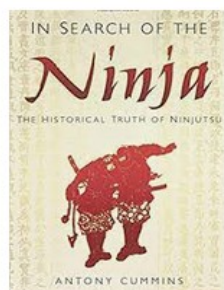
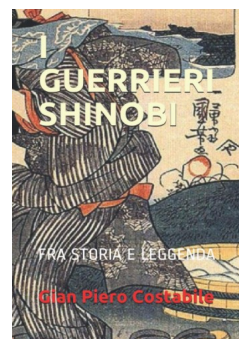
COMPRALO QUI'

Altri libri consigliati



blurb

amazon



In Search of the Ninja: T...

Le abilità del ninja. Storia, t...

Amazon.it: The Ninpiden - ...

Amazon.it: The Secret ...

Samurai and Ninja: The ...

True Path of the Ninja: ...



Kuro Kumo Ryu Ninjutsu

Come Ombra nell'ombra e Luce nella luce

Corsi di Autodifesa basati sul Ninjutsu Koka Ryu e Fuma Ryu
Particolarmente indicato per Forze dell'Ordine, Addetti ai Servizi di Sicurezza



2 lezioni gratuite



Sede Centrale Honbu Dojo Ko Shin Kai Italia

Centro Sportivo Arginone Uisp - Via Rambaldi 56, 44122 Ferrara

Tutti i Mercoledì dalle 17.30 alle 19.00

E-mail: kurokumoryuninjutsu@gmail.com

Per info 346-7649867

Visita il nostro sito



kojinnomichi.wordpress.com