

OMOIYARI

思いやり

Tutte le tecniche che si applicano durante la pratica in coppia (Tori-Uke) in un Dōjō devono essere basate sull'accettazione del lavoro che si sta facendo, sul rispetto reciproco, sulla mancanza assoluta di prevaricazione sul proprio partner... in una sola parola **Omoiyari**.

Non bisogna infatti dimenticare che tutti i praticanti di un Dōjō hanno iniziato, più o meno recentemente, il lungo percorso della liberazione interiore: **Hasshōdō**.

Tale lungo viaggio si basa su tre tipologie di perfezionamento denominate **San gaku**, ossia:

1. **Kai** o "prima tipologia di perfezionamento" che riguarda la moralità
 - a) **Retta parola o Shōgo**

le nostre parole non devono produrre effetti nocivi e il nostro agire deve essere improntato a loro.
 - b) **Retta azione o Shōgo**

le nostre azioni non devono essere motivate dalla ricerca di egoistici vantaggi.
 - c) **Retta sussistenza o Shōmyō**

il nostro modo di vita deve essere equilibrato, evitando gli eccessi.
2. **Zōjōshin gaku** o "seconda tipologia di perfezionamento" che riguarda la meditazione
 - a) **Retto sforzo o Shō shōjin**

i nostri sforzi nell'apprendimento devono mirare all'avanzamento lungo il percorso della propria personale realizzazione spirituale.
 - b) **Retta presenza mentale o Shōnen**

la nostra mente deve riuscire sempre a mantenersi priva di confusione, libera da qualsiasi tipo di attaccamento.
 - c) **Retta concentrazione o Shōjō**

bisogna riuscire sempre a mantenere il corretto atteggiamento interiore per la giusta padronanza di sé stessi.
3. **Egaku** o "terza tipologia di perfezionamento"
 - a) **Retta visione o Shōken**

bisogna saper riconoscere la "Verità" attraverso una conoscenza e corretta visione.
 - b) **Retta intenzione o Shō shiyui**

bisogna sempre mantenere il corretto impegno.

Quindi il Dōjō, più che luogo dove ci si allena fisicamente, è luogo dove l'individuo deve praticare per il raggiungimento del massimo del proprio essere (**Ji**) e come membro di una comunità (**Ta**), operando con spirito di rispetto reciproco (**Rei no kokoro**) in un contesto di rispetto e collaborazione al fine di crescere e progredire tutti insieme (**Ji Ta Kyo Ei**).

Omoiyari è rispetto, comprensione, accettazione dell'altro... volendolo traslitterare dal giapponese possiamo accostarlo per affinità al concetto di:

- **empatia** (dal greco **εμπαθεια** - *empatéia*, composta da *en*, *dentro*, e *pathos*, *sofferenza/sentimento*, indicante il rapporto emozionale tra cantore e pubblico) ossia la capacità di immedesimarsi negli stati d'animo di un'altra persona;
- **comprensione** (dal latino *comprehendĕre*, composta da *cum*, *con/insieme*, e *prehendĕre*, *prendere*) ossia prendere insieme/contenere in sé, quindi capire/afferrare l'essere e i rapporti;
- **compassione** (dal latino *cum patior*, composta da *cum*, *con/insieme*, e *patior*, *soffro*) ossia soffro con.... e (dal greco **συμπάθεια** - *sym patheia*) ossia simpatia, provare emozioni con;
- **ermeneutica** (dal greco antico **ἐρμηνευτική** - *ermeneutiké* derivante a sua volta dal verbo *hermeneúein*) ossia interpretare, tradurre.

Quindi agire con **Omoiyari**, ossia agire nel bene comune anticipando i bisogni degli altri, è rivolto a soddisfare l'interesse di tutti i soggetti coinvolti ed in particolare quelli della persona che la mostra.

È una strada di comunicazione a doppio senso in grado di facilitare la reciproca comprensione anche senza parole; è come un fascio di luce che utilizziamo per illuminarci la *via* ma che può illuminare la *via* anche agli altri.

Omoiyari è importante perché è un modo di comportamento che passa per una scelta consapevole e richiede una chiara visione del proprio modo di pensare, del proprio punto di vista, che apre anche al confronto costruttivo.

Essa ci apre a prospettive di esame dell'altro scevre da pregiudizi e per questo è figlia prossima dell'intuizione.

Essa mostra capacità di dedizione e volontà di crescita al fine di ottenere un obiettivo superiore *...dimmi con chi vai e ti dirò chi sei, e se so di che cosa ti occupi saprò che cosa puoi diventare (Goethe).*