

Anno 2, Numero 4

OTTOBRE 2012



EDITORIALE

KJAR

KI JUTSU Academy Renmei



presto tutte le notizie.....

TRIMESTRALE GRATUITO DI INFORMAZIONE ED APPRENDIMENTO

QUAERERE

USO INTERNO

SOMMARIO

Editoriale	1
Ki Jutsu Self Defence per FF.OO.	2
KOKORO NO MASAKATSU (corretta vittoria con il cuore)	4



Corsi di Ki Jutsu Self Defence per FF.OO.



Continuando nella ormai collaudata collaborazione nata tra l'Unione Interdisciplinare Ki Jutsu Do (**UIKJ**) e la CONfederazione Sindacale Autonoma di Polizia (**CONSAP**) sono stati attivati, negli ultimi tempi, più corsi di Self Defence.

I **Corsi di Ki Jutsu Self Defence**, rivolti agli addetti alla sicurezza appartenenti alla Polizia di Stato, sono da inserire nel contesto del LABORATORIO DI "SICUREZZA SOCIALE" E "SELF DEFENCE" che intende sviluppare le tematiche della sicurezza sociale, con particolare riferimento allo stress e al rischio di vittimizzazione di soggetti "a rischio" a causa del proprio lavoro; tutto ciò al fine di promuovere delle conoscenze e competenze indirizzate all'acquisizione di strategie di prevenzione, autoaffermazione e tecniche efficaci di autodifesa contro le più comuni tipologie di aggressione durante lo svolgimento del lavoro di poliziotto.

Se fare sicurezza è il risultato degli sforzi congiunti di soggetti diversi, quella che definiamo **auto-difesa**, o **difesa personale**, non vuol dire semplicemente rispondere alla violenza con altra violenza, bensì la capacità di gestire determinate situazioni a rischio al fine di impedirne l'insorgere o di valutare l'applicazione del giusto "use of force".

Ciò coincide con l'obiettivo quotidiano della Polizia di Stato. Il lavoro della Polizia risente poi di molti fattori endogeni ed esogeni, quali: l'opinione pubblica, le condizioni di vita sociale e familiare e non ultima la formazione professionale.

Purtroppo, ormai troppo spesso, l'uso della forza fisica risulta indispensabile ed è proprio in tali frangenti che una formazione professionale recupera il suo giusto peso, assicurando un atteggiamento fondato ad assicurare il rispetto dei diritti garantiti dalla legge pur mirato al ripristino dell'ordine.

A ciò non è sufficiente velocità, forza e ottima tecnica se non sono accompagnate da tattica e strategia: bisogna essere in grado di dare risposte commisurate ad ogni situazione, al fine di non trovarci di fronte all'eterno problema di avere un aggressore che identifichi l'agredito come una vittima passiva o un agredito che reagisce sconsideratamente all'aggressione subita.

Quindi lo scopo è quello di formare personale impegnato nel settore della sicurezza sia dal punto di vista tecnico che psicologico, partendo dagli elementi di base dell'addestramento tradizionale.

Tali proposte operative permetteranno agli operatori delle Forze dell'Ordine di conseguire:

- coscienza della propria condizione operativa;
- controllo delle emozioni in condizioni di stress operativo.

La numerosa partecipazione ad ogni corso conforta nel pensare che la strada intrapresa sia quella giusta da percorrere.

KOKORO NO MASAKATSU (corretta vittoria con il cuore)

Il **Ki Jutsu Do** ha come scopo ultimo la *padronanza di se stessi* ossia **AGATSU**(吾勝) - "vittoria su se stessi" tramite una reale quanto profonda conoscenza del proprio essere.

Lo stesso nome che lo contraddistingue è stato scelto avendo ben chiaro che la realtà esiste a vari livelli di vibrazione e che ogni parola pronunciata è la connessione diretta esistente tra pensiero (livello vibrazionale più alto) e corpo (livello vibrazionale più basso) riuscendo ad esprimere, esteriorizzandola, l'essenza delle cose e degli esseri.

Vediamo insieme di specificare i tre termini che compongono il nome della "Via".

氣 **KI**

Il termine **KI** identifica l'**energia originale** identificabile su tre livelli distinti:

- **universale**
manifestazione *originale* ed *originante* della vita;
- **di specie**
manifestazione del *mantenimento* e della *propagazione* della vita;
- **individuale**
manifestazione in ogni essere *dell'universale*.

Il **KI** è dunque l'energia cosmica che sostiene ogni cosa.

Il Kanji che lo rappresenta nella scrittura giapponese raffigura il vapore che sale dal riso in cottura.

Scindendolo nelle parti che lo compongono troviamo:

气
米

il VAPORE simbolo dell'aria e della spiritualità

il RISO simbolo del sostentamento e della vita

Quindi, siamo in presenza di un vocabolo che indica sostanzialmente lo **spirito**.

Tale parola traslata nella nostra cultura trae origine dal termine latino **spiritus** che a sua volta deriva dal greco **πνευμα** (*pneuma*, soffio vivificatore) e questo dal termine ebraico **רוח** **rû:ăh**.

L'ultimo vocabolo specifica chiaramente il significato intrinseco di KI avendo quale significato ultimo la *forza creatrice dello spirito di Dio*.

È evidente che intendendo come *spirito l'energia vitale* che tutto pervade, dobbiamo intenderlo non solo come energia fisica ma anche psichica e mentale.

術 **JUTSU**

Il termine **Jutsu** significa arte, tecnica, metodo.

Le tecniche utilizzate nel Ki Jutsu Do sono basate sullo studio dei movimenti, delle leve, della velocità, delle masse, del corpo umano (*kyusho*).

Esse tendono a sommare l'energia fisica a quella mentale quindi, nel nostro caso, la traduzione migliore per il termine *jutsu* è quella di **metodo**.

道 **DO**

Il termine **Do** significa *Via* o cammino inteso come percorso e ricerca spirituale da portare avanti; siamo davanti ad un modello intellettuale/spirituale che non dimentica però la componente pratica.

L'ideogramma **Do** quindi indica il senso di *cammino, percorso*, ma anche quello di *meta indefinita, traguardo indefinibile*.

Il raggiungimento della corretta esecuzione della tecnica deve portare alla precisione e alla accuratezza.

Il **Do** è dunque una ricerca interiore.

Lo stesso Kanji che lo rappresenta è suddiviso in senso verticale e raffigura:



a sinistra **Tchoùo**, un sentiero del quale non si vede la fine, che rappresenta tre impronte di passi lasciati da un piede; esso significa movimento, avanzare passo dopo passo.



a destra **Cheòu** che rappresenta una testa, ornata da una capigliatura o da ornamenti.

Quindi, **DO** è la *Via* da percorrere "passo dopo passo" per diventare *uomini* (la testa) *saggi* (l'ornamento), poiché vincere veramente significa sconfiggere il nostro egoismo e la vera forza è divenire forti interiormente.



Concludendo il **KI JUTSU DO**, senza perdere di vista l'importanza fondamentale del metodo nell'applicazione tecnica, punta fortemente sull'essere umano... sul budoka insegnandogli a praticare **Mushotoku** (lo spirito del non profitto).

Ricerca l'atteggiamento mentale giusto da assumere per liberarsi dalla paura del fallimento (passato) e da quella di voler a tutti i costi ottenere qualcosa (futuro), riuscendo così a vivere pienamente il presente.

Lo scopo della tecnica è la tecnica stessa, solo così la vittoria sul nostro avversario non sarà che una naturale conseguenza, in altre parole:

concentrati esattamente su ciò che sei veramente, qui ed ora.