

IL TAGLIO DEL VENTO E IL POTERE DEL RESPIRO.

Si Chiude a Lecce lo Stage di Aikido del Maestro Fiordineve Cozzi Shihan

admin | 8 Marzo 2026 | 0 Comments



Melcore Valerio. Si è conclusa oggi, domenica 8 marzo, la due giorni dedicata all'Aikido che ha visto il Salento protagonista assoluto nel panorama delle arti marziali. Se il sabato era stato dedicato allo studio a mani nude, la domenica ha visto scendere in campo il bokken, la spada in legno che rievoca l'anima della katana, protagonista di una sessione di studio profonda e magnetica diretta dal Maestro Fiordineve Cozzi 7° Dan Shihan, coadiuvato da un 5° dan di eccezionale livello, la Maestra Rosella Lamboglia. Tutto è iniziato con semplici spostamenti che man mano sono diventati movimenti completi, una danza marziale dove il bokken non è più un oggetto esterno, ma un prolungamento del corpo.

Il momento culminante della sessione è stato raggiunto quando il Maestro Cozzi ha introdotto il concetto di Kokyu Kaiten, accompagnando il gesto con il suono della voce per scandire il ritmo dell'energia, ha mostrato come il colpo non nasca dalla forza muscolare, spesso d'ostacolo alla fluidità, ma dalla coordinazione tra respiro (*kokyu*) e movimento circolare (*kaiten*).

"La forza non risiede nel bicipite, ma nell'unione perfetta tra il soffio vitale e il movimento del corpo," ha spiegato il Maestro durante una delle dimostrazioni. Lo stage si è focalizzato su tre pilastri tecnici che hanno impegnato in modo particolare i partecipanti.

Il bokken, è stato utilizzato sferrando fendenti dall'alto, poi un colpi dal basso, anticipati da parate e "minacce", e per finire infilzando degli immaginari attaccanti, pertanto l'immaginazione, la capacità di visualizzare se è importante in tutte le arti, nell'Aikido è essenziale. Il Maestro ha continuato spiegando come quei movimenti andavano ricondotti alle tecniche utilizzate nell'aikido a mani nude,

Per cui così come nel movimento del Kaiten, il bokken volteggia senza soluzione di continuità, allo stesso modo quando si lavora a mani nude l'avversario non viene bloccato, ma guidato in una traiettoria circolare, facendogli sperimentare fasi alterne di "leggerezza" e "pesantezza" fino alla perdita di equilibrio.

La gestione del baricentro che deve prima tutto interessare se stessi, quando si lavora a mani nude tende a spostare il centro dell'altro, mentre si assorbe la sua energia, usando l'anca come perno della proiezione.

Infine la mancanza di competizione, che è un principio cardine dell'Aikido, in quanto non si oppone forza alla forza, ma, il praticante assorbe l'intento dell'avversario e lo reindirizza, rendendo l'attacco stesso la causa della caduta. Insomma un continuo passare dallo studio del bokken, utilizzato per difendersi e colpire più avversari, alla trasposizione della stessa tecnica da realizzare a mani nude.

L'evento, ospitato con la consueta impeccabile ospitalità dal Maestro Piero Linciano, ha confermato la vitalità della rete tra il Dojo della Terra dei Messapi, il Genki Dojo di Maurizio Martina e il Dojo Il Cavaliere di Valerio Melcore. Cala il sipario su un weekend che ha lasciato negli occhi dei praticanti la bellezza di un'arte che, pur affondando le radici nella tradizione dei samurai, parla un linguaggio di pace e armonia universale. Il Maestro Fiordineve Cozzi lascia Lecce con la promessa di un ritorno, consapevole che il seme dell'Aikido in terra salentina ha trovato un terreno straordinariamente fertile.

Category: Costume e società