

Shorinji Kempo news

Editore: Federazione Italiana Shorinji Kempo
Direttore: Brunati Mauro.

Disegni e foto: Federazione Italiana Shorinji Kempo
Tel. : +39.338.3405882

F.I.S.K. Web: www.shorinjikempo.it
Mail: redazione_generale@shorinjikempo.it



REDAZIONI

Res. Off. Stampa Sig Mauro Brunati

Redazione Nord:
Sig.ra GAIA BUSCA

redazione_nord@shorinjikempo.it

Redazione Centro:
Sig.ra FRANCESCA ROSSI

redazione_centro@shorinjikempo.it

Redazione Sud:
Sig. ANTONIO BUCCHERI

redazione_sud@shorinjikempo.it

Terza festa dello Shorinji Kempo MILANO

Il giorno 12 Dicembre alle ore 17.00 si è svolto a Milano, presso il PALARIPAMONTI di Affori, una serata benefica a favore dei bambini ospiti nella missione di Athani, nella regione del Karmatak in India.

Questa serata è stata voluta da Fausta De Martini, "zia" Fausta per tutti i bambini che hanno beneficiato del suo volontariato, in collaborazione con la Federazione Italiana Shorinji Kempo.

Ogni anno infatti, si rende disponibile a collaborare, attraverso le sue dimostrazioni ed evoluzioni, con varie associazioni a scopo benefico; ecco alcuni esempi: SIM-PATIA di Valmorea, AMREF, vari enti di ricerca, sono solo alcuni esempi.

Quest'anno la serata, che

ha preso il nome di "3° Festa dello Shorinji Kempo", è tornata in India per aiutare bambini meno fortunati, che non riescono a lottare contro miserie e soprusi. Simbolicamente sono stati i ragazzi dello Shorinji Kempo a "lottare" per loro, portando un piccolo aiuto a chi è stato meno fortunato. La serata, il cui incasso è stato devoluto in beneficenza, ha potuto godere di una piccola introduzione del Kumi Embu, combattimento studiato, le basi tecniche fatte da tutti gli studenti delle palestre che compongono il Comitato Nord, una dimostrazione con bastoni lungo e corto, due dimostrazione di difesa da seduto, la difesa con l'utilizzo di pressione dei punti vitali, una dimostrazione da parte di una rappresentanza del Comitato

Centro Italia e due combattimenti reali a lunga e a breve distanza.

Erano presenti vari spettatori che hanno potuto comprendere meglio lo spirito e l'organizzazione che caratterizzano la nostra disciplina.

Nel corso della serata la signora Fausta De Martini ha parlato delle condizioni sociali dei bambini ospiti delle missioni attraverso la proiezione di diapositive.

Al termine della manifestazione sono stati estratti i biglietti della lotteria il cui ricavato è andato interamente all'associazione benefica. Madrina della serata è stata la bravissima Elda, conduttrice di una nota trasmissione televisiva b-cale.

Mauro Brunati

Sommario:

Terza festa dello Shorinji Kempo a Milano.	1
E' scomparso un amico.... MAMASHITA SENSEI	1
Germania-Italia stage nazionale germanico.	2
Gasshoku Regionale Comitato Nord.	2
Stage Regionale Comitato Sud Italia	3
30° Anniversario federazione portoghese	3
2° Stage Regionale Comitato Sud Italia	4

E' scomparso un amico.....

Nei primi giorni di Ottobre ci ha lasciato un Branch Master, ma soprattutto un caro amico di Sensei Carugati e amico mio: Hiroshi MAMASHITA. I ricordi ritornano a quel principio di primavera in cui ricevo la notizia da Sensei Carugati che una delegazione di Tokyo veniva in visita per motivi di lavoro, in primo luogo e per una vacanza in Italia.

Organizzammo il fine settimana cercando di far visitare i luoghi più suggestivi della cittadina comasca e portandoli a

mangiare pasta e pizza, come vuole la tradizione italiana. L'allenamento presso Milano Shibū e la cena presso un ristorante, giapponese cittadino. Mi ricordo ancora "l'arrivederci" sulla soglia dell'Hotel che ora suona tanto come un addio.....

Conservo ancora il suo biglietto da visita, tra quelli di tutti i Branch Master che ho incontrato, qua e là in Giappone ed in Italia e lì rimarrà, a memoria di una brava persona ed un buon insegnante.

Sensei Carugati ha avuto modo di rivederlo altre volte e niente lasciava pensare che una malattia devastante come il cancro potesse spegnerlo lentamente in così breve tempo.

Come un oceano in burrasca che si prende e porta via tutto ciò che incontra così la morte spazza via le cose ma non i ricordi ed i sentimenti che immarranno indelebili nella memoria e nel cuore.

M.B.

Germania –Italia: ci si prepara a festeggiare 10 anni di amicizia

Vicino Monaco, nella Baviera, c'è una città fondata anticamente dai romani con il nome di Augusta e oggi conosciuta come Augsburg. Oltre 25 anni fa Walther Wunderle, oggi 6° Dan, avviò la pratica dello Shorinji Kempo in Germania. Nei giorni tra il 24 e il 27 settembre 2004 la Federazione Tedesca di Shorinji Kempo ha festeggiato il 25° anno di pratica invitando Sensei Aosaka, come responsabile per l'Europa, e Sensei Satoh, maestro di Wunderle Sensei allo stage organizzato per l'occasione. Oltre a questi due ospiti illustri erano presenti i rappresentanti di tre federazioni europee, Sensei Baldet presidente della Federazione Francese di Shorinji Kempo, Sensei Pellegrino presidente della Federazione Elvetica di Shorinji Kempo e ovviamente Sensei Carugati presidente della Federazione Italiana Shorinji Kempo alla sua prima visita ufficiale in Germania. Come in tutti gli stage di Shorinji Kempo i partecipanti hanno vissuto il clima di amicizia e cooperazione oltre a sfruttare l'elevata capacità dei Sensei presenti per accrescere il loro bagaglio tecnico. L'organizzazione impeccabile, e la gentilezza dei kenshi tedeschi ha permesso a tutti di passare 3 giorni in allegria. L'ospitalità di Wunderle Sensei poi è stata grandiosa, sempre presente, e con traduzioni in lingua per ciascun paese dei ringraziamenti, come non citare il discorso della serata di gala con le sue speranze per il futuro dello Shorinji Kempo tedesco ed europeo.

Per noi italiani, e soprattutto per me che scrivo questa non è certo una novità, avendo avuto molte volte la fortuna di essere loro ospite, il primo incontro con i kenshi tedeschi avvenne, infatti, nel 1995 allo stage europeo che si teneva a Parigi. Da allora per quasi tutti e 9 gli anni passati vi sono state visite in occasione di avvenimenti come le "Shorinpiadi", Kaltenberg e l'Oktoberfest. Le Shorinpiadi sono una simpaticissima (e faticosa) serie di gare che sono tenute ogni anno sotto il controllo di Wunderle Sensei, che vede i kenshi tedeschi e gli ospiti sfidarsi in gare di corsa (scatti e fondo), lancio del Bo e lancio del peso da compiere con ciascuna mano e senza rincorsa, salto in lungo ed in alto sempre senza rincorsa, culminante poi nella consegna dei diplomi di partecipazione e dei riconoscimenti ai più bravi. Kaltenberg è un paesino medievale nel



La delegazione italiana

quale i fine settimana di luglio si popola di persone in costume d'epoca che fanno rivivere i modi gli usi e i costumi annaffiando tutto con dell'ottima birra. Bellissimo il Ritterturnier, la giostra dei cavalieri, con tanto di ricostruzione di battaglie e sfide, principesse e cavalieri neri, così come il bagno dei cavalieri e i fabbri che forgiavano armi nella strada.

In questa occasione (come in altre del resto) si è andati a visitare l'Oktoberfest, circa 30 tra kenshi e Sensei hanno preso parte a balli, canti e bevute nella tenda della Paulaner in mezzo a persone provenienti da tutta Europa, fino a che, ahì noi, non è stata l'ora di chiusura.

Anche in occasione di questo incontro si è avuta la conferma che lo Shorinji Kempo è una grande famiglia, in cui i "figli" crescono e fanno esperienze dietro alla guida sapiente dei "genitori", nel pieno rispetto della filosofia contenuta nel concetto di Gyo.

L'anno prossimo saranno 10 anni che l'amicizia tra Germania e Italia si rafforza, potrebbe essere un buono spunto per un nuovo incontro.

Massimiliano Rossi

Gasshoku General Division Comitato Nord

Domenica 14 novembre si è svolto a Milano il primo Gasshoku regionale General Division della stagione 2004-/2005.

Il centro sportivo che ci ha accolto è la nuova sede d'allenamento di Milano Branch, il Palaiseo, una bellissima e accogliente struttura situata a nord di Milano (ad Affori) molto comoda da raggiungere.

Erano presenti i kenshi di tutti i branch del comitato interregionale del nord per un totale di oltre 80 partecipanti e gradita è stata anche la partecipazione di Sensei Rossi, Branch Master di Roma Eur Branch e dei Kenshi di Firenze che non vedevo dallo stage nazionale di Norcia; è stato emozionante incontrarli nuovamente, in quanto sono persone veramente simpatiche ed è sempre carissimo allenarsi con loro.

Dopo Taiso, Cinkon ed i Khion è cominciato l'allenamento vero e proprio. In questo stage, abbiamo approfondito lo studio di **Randori**, sia *Goho Randori* (calci e pugni), sia *Juho Randori* (leve e proiezioni articolari).

"Capitanati dal padrone di casa", Sensei Carugati che ci ha illustrato ottimi sistemi di studio, siamo passati all'allenamento in coppia; abbiamo testato finalmente con persone sempre diverse le tecniche che in questi anni abbiamo imparato (o cercato di imparare...).

L'allenamento è stato divertentissimo e piacevolissimo, almeno per chi scrive, ma spero sia valso lo stesso anche per tutti gli altri. Alla fine dei "combattimenti" :-)) ci siamo divisi per gradi e ognuno ha seguito l'allenamento con le tecniche del proprio programma. Ha chiuso il Gasshoku la prova genera-

le della dimostrazione che si farà durante la festa dello Shorinji Kempo il 12 dicembre prossimo.

Complice una bellissima giornata, io e alcuni ragazzi del futuro Como Borghi Branch, (Ivano, Chiara, Marzio, Max, Irene e fidanzato, siamo andati a mangiare al "nostro" solito ristorante cinese in zona Sarpi che, sempre del resto, non ha deluso.

Poi siamo ritornati tutti a casa felici e con qualcosa in più nel nostro bagaglio tecnico.

GRAZIE A TUTTI DELLA BELLISSIMA GIORNATA!!!!!!

Casalnovato Giacomo, 1° Dan - Cadodoro Branch

Stage Regionale di apertura anno 2004-2005

Domenica 30 ottobre 2004, presso il palazzetto dello sport "Juvarra" con inizio alle ore 9:00; si è svolto il primo appuntamento dell'anno accademico 2004-2005 del comitato interregionale Sud Italia. Marchetti sensei daikenshi 5° dan, vicepresidente della Federazione Italiana Shorinji Kempo e segretario regionale del comitato Sud Italia, unitamente a tutti i Branch master siciliani e società aggregate, da inizio alla manifestazione.

L'affluenza dei kenshi è buona, l'organizzazione dell'evento è affidato a



Messina Calispera Branch di Di Novo Giosuè sensei, impeccabile dal punto di vista dei tempi organizzativi ed del rispet-



to della scaletta proposta.

La pratica ha inizio con estrema puntualità. Vengono proposti interessanti allenamenti diversificati in funzione dei gradi, particolare attenzione al gruppo Dankenshi per l'istruzione degli Hokei, diretti da Marchetti Sensei.

“ durante l'addestramento degli Hokei è importante che esprimiate con tutte le vostre energie lo Shorinji Kempo, dimostrando marzialità, impegno e dedizione ”

L'organizzazione ha adottato una diversificazione per gradi anche per il Kihon e lo studio delle tecniche, reso possibile grazie alla collaborazione degli ufficiali dei

Branch partecipanti.

Giunti alla fine dello stage Marchetti Sensei conclude con la proposta di formazione del comitato d'organizzazione del Tai-kai 2005, che per l'appunto si svolgerà a Messina, rispettando la naturale e consueta rotazione tra i tre comitati regionali all'interno della F.I.S.K.

Marchetti Sensei ha ribadito l'importanza di questo futuro stage nazionale, ricordando che si tratta del decimo anniversario della nascita della federazione italiana di shorinji kempo; e di come la tradizionale accoglienza siciliana, sia ancora una volta, rinnovata e migliorata; questo grazie all'aiuto e la collaborazione di tutti i Kenshi, ricordando come nel 1995 lo stage nazionale italiano, organizzato a Messina, salutò ufficialmente l'inizio dell'avventura della federazione italiana.

Gassho e buon allenamento a tutti!

Antonio Buccheri

30° anniversario di Shorinji Kempo in Portogallo

Si è svolto a Lisbona dal 29 ottobre al 1 novembre, in occasione del 30° anniversario di Shorinji Kempo in Portogallo, la prima sessione europea di studio WSKO con la partecipazione di So Sai (sig.ra Yuuki So) presidente della Word Shorinji Kempo Organization (WSKO), e dei seguenti insegnanti Yamasaki Sensei (8° Dan) istruttore Hombu Dojo, Aosaka Sensei (8° Dan) responsabile Europeo per la WSKO, Sanada Sensei (7° Dan) istruttore WSKO e responsabile di tutti i Doin presso l'Università di Tokyo, Mizuno Sensei (7° Dan) istruttore WSKO e presidente della Federazione Inglese di Shorinji Kempo e Maehara Sensei (7° Dan) responsabile tecnico della Federazione Inglese. Anche la Federazione Italiana era presente con un piccolo gruppo formato da Carugati Sensei (5° Dan) presidente della Federazione Italiana di Shorinji Kempo e consigliere WSKO nonché Branch master di Milano, Cominardi Sensei (4° Dan) Branch master di Casale Monferrato accompagnato dalla sua gentile consorte (piccola annotazione - I coniugi Cominardi hanno festeggiato il loro 15° anniversario di matrimonio auguri e congratulazioni) e dal sig. Luca Bianco (3° dan) della sezione di Milano.

All'evento hanno partecipato, diverse fe-

derazioni nazionali quali Giappone, Spagna, Italia, Germania, Francia, Gran Bretagna, Finlandia e Olanda.

Lo stage si è aperto sabato mattina, con Taiso (riscaldamento), Khion (basi) seguito poi con la pratica e lo studio di diversi Hokei (forme) dopo di che, suddivisi per gruppi, si è continuato con la studio del proprio kamoku (programma). Nel pomeriggio di sabato il gruppo dei Dankenshi (cinture nere) ha assistito ad una dimostrazione di tecniche di Kappo (svenimento e rianimazione) effettuata da Aosaka Sensei dopo di che ha continuato con la pratica di tecniche di Seiho sotto la guida di Sanada Sensei e l'allenamento si è poi concluso con Howa tenuto da Yamasaki Sensei.

Il Galà si è svolto la sera del sabato presso un ristorante caratteristico, dotato di maneggio per cavalli, dove prima di assaporare la cucina portoghese, si è potuto assistere ad una esibizione di cavalleria eseguita da una delle scuole più rinomate di Lisbona. Con una dimostrazione aperta al pubblico, intervenuto numeroso, nel pomeriggio di domenica si è celebrato il 30° anniversario di Shorinji Kempo in Portogallo. La manifestazione ha visto le performance di alcune delle federazioni partecipanti tra cui l'Italia, dove Carugati Sensei ha eseguito una serie di Hokei a cui

si è aggiunto Luca per poi concludersi con un piccolo Kumi Embu. Da segnalare inoltre che, con una raccolta di fondi attuata dalla Federazione Portoghese e successivamente donati a un'organizzazione per l'assistenza, non è mancata la consueta solidarietà che lo Shorinji Kempo si propone di realizzare in eventi importanti come questo.

In fine la giornata di lunedì è stato dedicato alla scoperta di Lisbona conclusasi poi in un tipico ristorante, dove a fine pranzo, a meraviglia di tutti, si è festeggiato il compleanno di So Sai, visibilmente sorpresa anche lei. Originale è stata la torta su cui era riprodotta una foto di Kaiso con in braccio l'allora piccola So Sai.

È stata un'esperienza positiva incontrare tante persone di diverse culture e nazionalità che praticano una stessa arte marziale e chissà se un giorno, ...più che sperare bisogna lavorare ... quelle stesse persone, se non di più, si possano incontrare anche in Italia per una prima sessione di studio europeo WSKO. Non si sa, quando accadrà ma di sicuro quando giungerà il giorno l'Italia sarà, come sempre, altezza dell'evento.

Luca Bianco.

Dicembre 2004 Anno 2 . Numero 6
Tutte le fotografie e i loghi sono di
proprietà dei Comitati Interregionali e
della F.I.S.K.

Se qualcuno avesse suggerimenti, articoli o volesse
partecipare con foto, inserzioni può contattare le
redazioni di competenza oppure inviare una mail alle
stesse.



Sensei Hiroshi Mamashita

WWW.shorinjikempo.it

*"Desidererei trovare molti buoni amici e
superiori, lavorare per mezzo di loro in
modo da creare una società ideale."*

So Doshin

2° Stage Regionale 2004-2005

Domenica 28 novembre 2004, presso il palaz-
zetto dello sport "Palatracuzzi" con inizio alle
ore 9: 00; i Kenshi del comitato sud si sono dati
appuntamento per il "secondo stage regionale
Sud Italia". Marchetti Sensei Daikenshi 5°Dan,
vicepresidente della Federazione Italiana Shor-
inji Kempo e segretario regionale del comitato
Sud Italia, unitamente Bertuccelli Sensei presi-
dente del Comitato Sud Italia ed a tutti i Branch
Master siciliani e società aggregate, danno in-
izio alla manifestazione.

Questo ha rappresentato un'ulteriore conferma
della volontà del comitato sud, di essere presen-
te sul territorio, incrementando la divulgazione
dello Shorinji Kempo, ma allo stesso tempo
creando nuovi spazi per l'addestramento dei
Kenshi ed il loro miglioramento sulla strada
dell'apprendimento della disciplina. Lo stage è
stato organizzato da Messina Sud Branch di
Eliseo Scarcella Sensei.

L'affluenza dei Kenshi è stata più che soddisfa-
cente e la cerimonia del Cinkon guidata da
Antonello Bertuccelli Sensei si è dimostrata
molto intensa.

I piccoli Kenshi si sono distinti dimostrando
tutta la marzialità che si esprime durante questa
pratica, l'immenso silenzio in cui il
"Palatracuzzi" era piombato, è stato scosso
dalla recita del Dokun, forte emozione al
"risveglio" dal Cinkon, con l'urlo liberatorio
scatenato dal sordo rumore dello Shakujo sul
tatami!

Per migliorare il progresso tecnico dei vari
livelli di pratica presenti al Dojo, come da pro-
gramma stage, i Kenshi sono stati divisi in due
categorie: la prima formata da children division
e minarai kenshi - 4° e 5° kyukenshi con Bert u-
celli Sensei Seikenshi 4° Dan e Scarcella Sensei
Chukenshi 3° Dan; la seconda 3° kyukenshi -

Sandan kenshi con Marchetti Sensei Daikenshi
5° Dan.

I due gruppi iniziavano la pratica con lo studio
delle basi ed un approfondimento degli Hokei.
Nel gruppo guidato da Marchetti Sensei si pote-
va apprezzare l'impegno e la particolare cura
della forma mentale dei Kenshi durante la prat-
ica: *"Dimostrare la calma apparente non è
segno di debolezza o distrazione! ma bensì una
strategia dello Shorinji Kempo"*, Marchetti
Sensei si sofferma sulla completa esecuzione
della tecnica *"voi tutti dovete cercare di espri-
mere con la medesima forza sia la fase di attac-
co che la fase di difesa, solo allora si comple-
terà la forma dello Shorinji Kempo"*, istruendo i
Kenshi sulle basi della strategia: *"esiste uno
stato di debolezza chiamato gyo ed uno stato di
forza chiamato jitsu, bisogna imparare a con-
trollare la propria mente cercando di limitare
gli stati di debolezza"*

Per la migliore comprensione dei concetti espo-
sti, Marchetti Sensei fa riferimento alla necessi-
tà di allenarsi utilizzando le protezioni, che non
devono essere intese come "combattimento",
ma una "via" di allenamento nella difesa e
nell'attacco.

Dopo la canonica pausa di ristoro, lo stage pro-
seguiva con la divisione dei gruppi per grado:
3dan e 2dan con Marchetti Sensei; Shokenshi e
1kyu, Bertuccelli Sensei; 2° kyu, 3° kyu e 4° e
5° kyu con Romeo Sensei; Children division
con Jokyo Messina Branch.

La lezione di Marchetti Sensei poneva attenzio-
ne alla distanza durante l'attacco e la difesa, di
come bisogna iniziare a lavorare sul giusto
modo di muoversi, in armonia con il proprio
opponente, cercando di cristallizzare i movi-
menti rendendoli brevi ed efficaci.

Il gruppo guidato di Romeo Sensei, iniziava

con un profondo studio delle tecniche di
Ju-ho, con la comprensione delle linee basi
dello squilibrio.

Molto dinamica la lezione tenuta da Bertuccelli
Sensei, affrontando le tecniche che appartengo-
no alla famiglia Kakuritsuken, lo studio
dell'equilibrio e della velocità di parata e con-
trattacco, ha visto i Kenshi approfondire questo
aspetto della famiglia di tecniche.

Giunti alla fine dello stage, Marchetti Sensei
conclude con la presentazione del comitato di
organizzazione del Taikai 2005 *"10° anniversa-
rio della fondazione della FISK"* rappresentati
da Letizia Sculli Chukenshi 3° Dan da Messina
Branch. Letizia in rappresentanza del comitato
esortava tutti i kenshi a collaborare alla riuscita
dello stage nazionale, sensibilizzando ogni
singolo kenshi alla partecipazione.

Attraverso questo articolo si auspicava la mas-
siccio presenza dei Kenshi italiani all'evento,
che è importante per la ricorrenza festeggiata,
ma ribadisce l'impegno di tutta la nostra federa-
zione a far sì che gli stage italiani siano consi-
derati di estrema importanza e risultino sempre
di ottimo successo. Considerando che dal 1992,
essi sono ufficializzati dalla WSKO e fanno
parte integrante del curriculum dei partecipanti!
Sappiamo che ad Ottobre 2005 ci sarà il Taikai
Mondiale organizzato dalla W.s.k.o., ma noi
tutti, con impegno sacrificio e dedizione dob-
biamo lavorare per lo sviluppo dello Shorinji
Kempo sul nostro territorio nazionale.

La F.i.s.k. in 10 anni di lavoro ha creato un
incredibile movimento, aiutiamolo ad accre-
scerlo!

Gassho e buon allenamento a tutti!

Antonio Buccheri