

Pratica al Fukushu-En, ritorno alle origini

Il maestro Chojun Miyagi, fondatore del *Goju-Ryu*, ha scritto: "Il nostro stile proviene dalla provincia cinese del Fujian". Il Fujian, con il suo capoluogo Fuzhou, ha rappresentato per anni l'interfaccia tra l'isola di Okinawa e la Cina, a Fuzhou sbarcavano i cittadini di Okinawa e da Fuzhou partivano le missioni cinesi in omaggio al regno di Ryukyu. Il maestro Kanryo Higaonna, insegnante di Chojun Miyagi, ha praticato a Fuzhou con il maestro Ryu Ryu Ko, Chojun Miyagi si è recato a Fuzhou due volte, alla ricerca delle origini dell'arte marziale insegnatagli da Kanryo Higaonna. Sensei Morio Higaonna, fondatore della IOGKF, si è recato quattro volte nel Fujian, per rinsaldare i legami tra il *Goju-Ryu* di Okinawa e le arti marziali praticate nel sud della Cina.

Non deve quindi stupire il gemellaggio tra la città di Naha, capoluogo della prefettura di Okinawa, e la città di Fuzhou, gemellaggio concretizzato nel Fukushu-En, un giardino in stile cinese, costruito nel 1992 nel quartiere di Kume.



Proprio il quartiere di Kume, allora un villaggio, dove a partire dal 1392 si era stabilito un primo gruppo di immigrati cinesi, le "36 famiglie".

E non deve essere un caso che la prefettura di Okinawa ha voluto porre un monumento dedicato a Kanryo Higaonna e Chojun Miyagi proprio nel parco antistante l'ingresso del giardino.



Praticare il *Goju-Ryu* nel Fukushu-En ha rappresentato per gli adepti della "Scuola di Karate-Do", *dojo* riconosciuto dalla IOGKF Italia, un legame con il passato, una maniera per mantenere viva la nostra tradizione.

“La pratica seria e continua dei *bunkai* di base è di importanza fondamentale. La pratica degli *oyo bunkai* (variazioni) rappresenta la ricerca individuale nella tecnica. Proseguendo nella pratica seriamente, possono essere sviluppate una varietà infinita di tecniche. Spero che imparare anche uno solo dei *bunkai* di base possa essere d’aiuto nello sviluppo delle vostre tecniche”

Morio Higaonna Sensei



Semete jodan oi tsuki

Ukete jodan age uke, jodan oi tsuki



Semete gedan oi tsuki

Ukete gedan harai uke





Semete chudan oi tsuki

Ukete chudan yoko uke, gedan mae geri



Ukete age hiji ate



Ukete jodan uraken uchi

Semete gedan gyaku-zuki

Ukete gedan harai uke, gedan gyaku-zuki



Semete chudan oi tsuki

*Ukete chudan yoko uke, **tsukami hiki**,
ashi barai, shuto uchi*



Ukete otoshi-zuki



Semete chudan oi tsuki

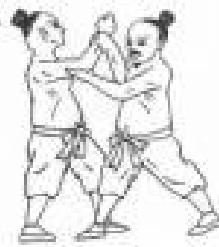
*Ukete tora guchi, **morote awase-zuki***





Semete chudan oi tsuki

*Ukete chudan hiki uke, **chudan sukui uke**,
jodan nukite-zuki*



Semete jodan oi tsuki

*Ukete jodan mawashi uke, **morote shotei oshi***



Semete chudan oi tzuki

Ukete chudan hiki uke

Semete jodan gyaku zuki

*Ukete jodan hiki uke, **morote shotei oshi***



Un ringraziamento a Luisa Fumian e Cesare Serantoni