

# Hakama

L'hakama è un tipo di pantalone, simile a una gonna, che indossano i praticanti di livello avanzato in Aikido.



Tradizionalmente era indossato dai Samurai. L'uniforme standard indossata nelle lezioni di Karate, Judo, dai gradi più bassi dell'Aikido ed in generale in tutte le arti marziali giapponesi, costituiva generalmente la biancheria. In origine, l'hakama era indossato come ulteriore capo d'abbigliamento per proteggere le gambe del Samurai a cavallo da cespugli, erbacce ecc. (simile alle protezioni di cuoio usate dai cowboys). In Giappone, poiché la pelle era difficile da reperire, venne sostituita da stoffa pesante. Dopo il passaggio dei Samurai da soldati a cavallo a fanteria, continuarono a portare l'hakama, soprattutto come fattore di distinzione dato che li rendeva facilmente identificabili.

Sensei Saito racconta una storia circa gli hakama, relativa al primo periodo dell'Hombu Dojo: *“Molti degli studenti erano troppo poveri per comprare un hakama, ma era richiesto che ognuno lo indossasse. Se uno studente non ne poteva prendere uno da un parente più anziano, allora rimuoveva la stoffa di un vecchi futon, lo tagliava, lo tingeva e lo trasformava in un hakama. Poiché le tinte che venivano usate erano assai economiche, il disegno colorato del futon avrebbe cominciato presto a comparire attraverso la tinta. L'Hombu Dojo era un posto molto colorato, con tutti i vari colori degli hakama. I colori tradizionali degli hakama non erano infatti soltanto tinte unite. I materiali usati spesso avevano motivi cuciti e stampati.”*

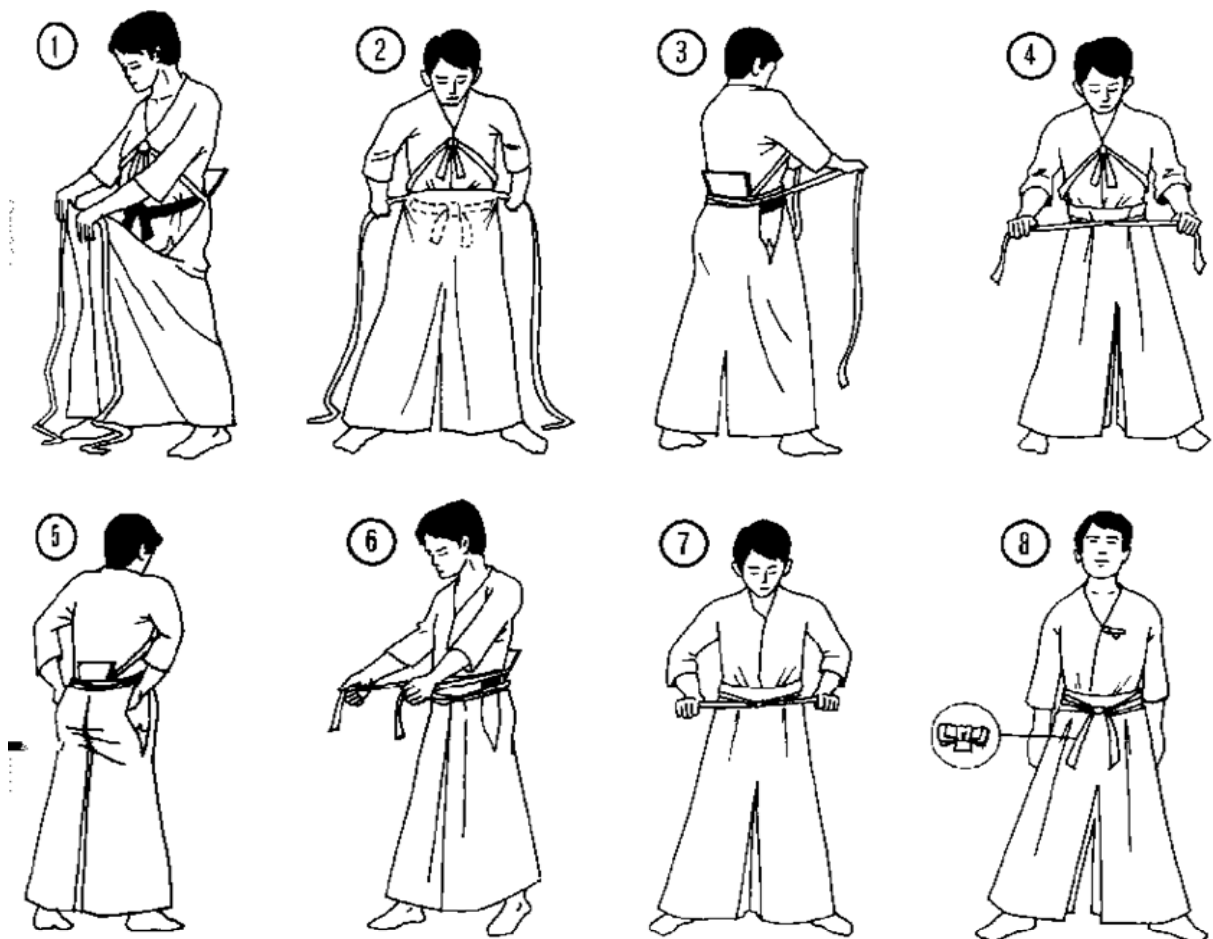
Attualmente è possibile utilizzare l'hakama solo con due colori diversi: il blu o il nero.

L'hakama ha sette pieghe, cinque davanti e due dietro, che hanno il seguente significato simbolico:

1. **Yuki** - coraggio, valore
2. **Jin** - umanità, benevolenza
3. **Gi** - giustizia, correttezza, integrità
4. **Rei** - etichetta, cortesia, civiltà (obbedienza)
5. **Makoto** - sincerità, onestà
6. **Chugi** - fedeltà, devozione
7. **Meiyo** - onore, dignità prestigio

\*\*\*

L'hakama viene indossata rispettando la seguente sequenza:



Molto importante è anche la piegatura dell'hakama, una volta terminato il suo utilizzo:

