

Lo **laido** è probabilmente, tra quelle che si sono sviluppate e diffuse nel dopoguerra, la disciplina giapponese maggiormente orientata alla filosofia zen e al *budo*: è intrinsecamente una disciplina fisica e mentale, non combattiva ma basata sull'uso codificato della spada, dove la formazione dello spirito è più importante ancora della formazione della tecnica.



Lo pratica colui che, attraverso la sua abilità nella scherma, raggiunge il livello ed acquista la capacità di uccidere ma non uccide, anzi non ha assolutamente alcuna intenzione conscia di uccidere qualcuno ed usa la spada solamente per controllare il suo “se stesso”.

La “vittoria”, o se vogliamo lo scopo da perseguire, è nella cessazione di tutti i conflitti interiori che si arrestano nel momento stesso in cui si sguaina la spada. L'arte dello laido consiste nell'anticipare, rispondere per difendersi, ferire, uccidere l'avversario. Essa si basa su un sistema di difesa e di risposta in funzione dell'attacco immaginato e supportato alla distanza, al modo di impugnare la spada, allo studio del fendente, alla direzione dei tagli: non va dimenticato che l'avversario, pur essendo immaginario è e dovrà sempre essere presente, in maniera da mantenere sempre viva la concentrazione e la ricerca dei gesti.



Ancora più necessario e indispensabile è il rilassarsi, mentre il lasciarsi andare significherà colpire se stessi. In questa unità perfetta di tempi, modi e movimenti, si ottiene la condizione interiore e la volontà di entrare letteralmente nell'attacco dell'avversario con un movimento armonioso del corpo e della spada, come estensione del corpo stesso, senza alcun segno di debolezza psicologica e fisica.



Lo laido moderno rispecchia la morale dei samurai: ogni tentativo di trasformarlo in puro gesto teatrale o usato come bella dimostrazione di movimenti, costituisce una grossa distorsione della sua essenza di base e va rigorosamente sconfessata.
(da “ Ad un praticate di spada... e non solo” di E.Borghese)