LA PRATICA SOLITARIA
(IV)

Capitolo XI de "La Via degli Dei"

di Itsuo Tsuda

Le straordinarie prestazioni degli *yogi* sono note: accelerazione o rallentamento volontario del battito del cuore, conservazione del corpo in stato d'ibernazione ecc.

Riescono dunque a sottomettere al controllo volontario muscoli che vengono considerati di solito come involontari. Non è da tutti poter dare ordini al movimento del sistema circolatorio o degli intestini. Sono capacità acquisite in via eccezionale e dopo lunghi esercizi.

Il buddhismo ha provocato una rivoluzione in questa corsa alle acquisizioni di poteri. Basta con la ricerca di miracoli.

Il nuovo orientamento, rivelato dal Buddha, concerne i valori legati all'«io». *L'«io»*, di fatto, *non esiste.*

Un tale enunciato non può essere accettato senza provocare diverse interpretazioni. Lasciamo da parte, per il momento, questo argomento che, tuttavia, è di un'importanza basilare.

In modo curioso, in Giappone questa filosofia del *non-io* verrà applicata in un campo che non ha, in apparenza, alcun rapporto con la meditazione religiosa: le arti marziali.

E' soprattutto a partire dalla seconda metà del XVI secolo, con il cambiamento del vestiario dei guerrieri, cioè da armature pesanti a vestiti più leggeri, a causa delle armi da fuoco, che fanno la loro apparizione i maestri nell'arte di usare la spada.

Dopo anni di allenamento tecnico arrivano un giorno a porsi questa domanda di fondo: cos'è l'«io»?

L'io che medita, l'io che conosce tutto, l'io che ha sempre ragione, l'io prudente, l'io che ha una capacità superiore a quella degli altri, tutti questi «io» non servono a niente quando si è costantemente esposti al rischio di un evento imprevedibile che può risultarci fatale.

Ken zen ichinyo, identità tra la spada e lo *zen*, è la formula consacrata da tutti coloro che cercano di giungere ad una calma imperturbabile.

Se questa formula viene interpretata come un obbligo a praticare lo *zen* per ottenere l'efficacia nella spada, allo stesso modo con cui si condisce un piatto con sale e pepe, la cosa può divenire completamente falsa.

Ci sono persone che dichiarano che la loro spada è identica allo *zen*. Tsuji Gettan (morto nel 1727 all'età di 78 anni) in uno scritto che ha lasciato, dice espressamente che bisogna aver praticato lo *zen* per potersi iniziare alla sua arte. Nella sua scuola si evitava di parlare di tecnica. Quello che contava era la «verità». In Occidente sarebbe difficile concepire che maneggiare un'arma possa conformarsi ad una verità religiosa. Tutto si ridurrebbe ad una questione di abilità, di agilità fisica.

Altri si ispirano allo *zen* per superare il problema tecnico. Altri ancora non hanno conosciuto lo *zen* ma sono tuttavia arrivati ad un risultato simile.

Certo c'è anche un mucchio di persone che pecca di molta presunzione.

La negazione dell'«io», il distacco da ogni cosa… tutto ciò è molto bello ma a cosa corrisponde? Che cosa ci *dà* ?

Avrà luogo un cambiamento, se possiamo definirlo così, sul piano delle percezioni. Ci sarà uno sviluppo delle percezioni extrasensoriali, se vogliamo usare una parola alla moda. La sensibilità non rimarrà più confinata all'interno dell'elemento di separazione che si chiama pelle, all'interno dell'«io» fisico. Saremo come muniti di una specie di radar che intercetta tutto ciò che avviene intorno.

Yagyu Renya è il discendente della famiglia che da cinque generazioni è incaricata di insegnare la spada presso gli *shōgun*. E' un personaggio su cui esistono molti aneddoti, che un romanziere contemporaneo continua a sfruttare.

Un giorno, in autunno, è partito per una passeggiata, accompagnato da due o tre discepoli. Ad un certo punto si è avvicinato alla riva di un fiume per urinare. Approfittando delle circostanze, Matsui, un discepolo, lo ha spinto da dietro per farlo cadere in acqua. In effetti, qualcuno è caduto in acqua, ma non Renya bensì Matsui.

Lo stesso Matsui teneva compagnia al suo maestro giocando a *go*: quest'ultimo, avendo cominciato il *go* tardi nella vita, non era un buon giocatore. Dopo aver subito più sconfitte Renya era sprofondato nelle sue riflessioni. Approfittando del momento, Matsui strinse il pugno per attaccare il maestro all'improvviso. Nello stesso istante, Renya alzò lo sguardo su di lui. «E' stato forse un caso» pensò Matsui e si mise a spiare un'altra occasione. Assillato dai commenti ironici di Matsui, Renya si rituffò nella riflessione sul gioco. Matsui cercò nuovamente di colpirlo, ma Renya schivò il colpo dicendo «Niente sciocchezze, per favore».

Non è certo divertente essere maestro di spada. Più tardi, Renya redarguì il discepolo, dicendo:

«Se continui a mettermi alla prova è perché non hai ancora capito bene la verità della spada. Quando qualcosa sta accadendo, c'è sempre un segno rivelatore. Quando c'è un segno rivelatore, l'avversario lo capta. Schivare il colpo può essere una tecnica, ma captare il segno non è il frutto di una tecnica. Si tratta non soltanto di captare il segno, ma di mantenerlo sotto controllo e di usarlo liberamente».

Si parla spesso di «approfittare dell'occasione». Credendo di approfittarne, se ne diventa semplicemente schiavi. Per rimanere padroni della situazione, non bisogna avere fissazioni, bisogna mantenersi staccati da tutto.

Insomma, non sono che parole. Ma quando trasferisco questa formula in un contesto occidentale in cui domina una tendenza analitica, mi rendo conto dell'enorme distanza che separa i due atteggiamenti: uno analitico, che ci porta alla fissazione, votandoci alla specializzazione e l'altro che ci porta al distacco, anche in situazioni estremamente coinvolgenti.

Toda Shigemasa, che ha vissuto a cavallo tra il XVI e il XVII secolo, era un maestro di spada. Un giorno, si stava facendo radere da uno dei suoi uomini. Un'idea furtiva attraversò la mente di quest'ultimo:

«Anche se è un grande maestro, non potrà fare niente per difendersi se ora gli taglio la gola con il rasoio».

Nello stesso istante, Shigemasa spalancò gli occhi per guardarlo. Disse, con indifferenza:

«Cos'hai? Hai uno strano aspetto. Ma non avrai il coraggio di fare quello che pensi».

Richiuse gli occhi, rimettendosi tranquillamente in posizione per la rasatura. Il suo uomo, però, era tanto spaventato dall'intuizione del maestro che faceva fatica a continuare il lavoro.

Quando si arriva a questo livello di spoliazione, la spada smette di essere un mezzo di aggressione o di difesa.

Katsu Kaishū, contemporaneo di Yamaoka Tesshū, in tutta la sua vita non ha mai sguainato la spada, proprio come quest'ultimo. Di fronte ad avversari che lo assalivano all'arma bianca, si serviva delle sole mani nude per proiettarli in aria. Una tale libertà di azione non può essere ottenuta attraverso un semplice allenamento fisico.

Che lezione possiamo trarre da questi esempi, oggi? I tempi sono mutati e non siamo più nella stessa situazione. Per prima cosa, portare un arnese così appariscente in pubblico è già sospetto e non si possono evitare seccature amministrative, anche solo per il fatto di portarla, quando invece questa era la consuetudine in Giappone più di un secolo fa, sebbene ciò si limitasse ad una classe particolare della società.

Dopo la Restaurazione Meiji, alcuni ex-samurai sono stati mandati in missione negli Stati Uniti e in Europa. Si vestivano all'occidentale, ma avevano delle noie con le scarpe perché esisteva un'enorme sproporzione tra un piede e l'altro, il sinistro molto più grande del destro, dovuta alla consuetudine di portare la spada. Avevano dunque un assetto molto particolare nella parte bassa del corpo.

Niente impedisce, oggi, di praticare la spada come uno sport; lo spirito però non sarà più lo stesso. Sarà più civilizzato, fin dall'inizio, perché regolamentato. Sarà più difficile concepire il mondo del «non-io», del «non-combattimento». Si acquisirà un'agilità fisica condizionata, come in tutti gli sport, ma sarà impensabile oltrepassare la barriera del razionalismo.

Quando si è giovani non è un male praticare uno sport. Fa consumare l'energia. E' meglio che diventare delinquenti. Ci sono però limiti d'età inevitabili a seconda del tipo di attività. Una pratica violenta e intensiva può portarci al declino verso l'età di trent'anni. E' una cosa normale, perché a partire da 27 anni, il nostro organismo segue una dolce discesa verso la vecchiaia. Il professionismo accelera ancor più il declino. A quarant'anni la carriera è più o meno terminata. Ma se si vuole continuare, si è impediti da infermità di ogni genere: paralisi muscolare, reumatismi, lussazioni e molte altre cose.

Infine, l'immagine che si ha, in Occidente, di uno sportivo o di un atleta, dalle spalle quadrate e dalle braccia forti, corrisponde in modo particolare al tipo antero posteriore, tipo 5, in cui l'azione si combina alla riflessione rapida. L'immagine che emerge dagli esempi di maestri di spada che ho citato, si avvicina piuttosto al tipo 9, intuitivo, in cui l'azione prende slancio a partire dal bacino. Sono due attitudini diverse con diversi risultati.

Katsu Kaishū (1823-1899) dice: «E' grazie alla pratica della spada e dello *zen*, che ho potuto passare attraverso il difficile periodo della Restaurazione (nel 1867)».

In effetti, il periodo di transizione dall'antico regime dello shogunato Tokugawa alla Restaurazione del potere dell'Imperatore, è stato contrassegnato da attentati terroristici e da scontri tra i partigiani di una fazione e quelli dell'altra. Se crediamo che sia grazie alla sua maestria nell'uso della spada che egli abbia potuto tenere a bada i nemici, per effetto cioè della dissuasione, questo sarà un soggetto eccellente per un film che diverta il grande pubblico, ma è lontano dalla verità. La sua spada era *katsujin-ken*, spada che resuscita, completamente spoglia di minaccia e ricatto. Non ha mai ucciso nessuno.

Il suo esempio è in contrasto con quello di un altro maestro, Shinobu Utanosuke (morto nel 1917 a più di 80 anni) che ha rimpianto per tutta la vita di aver ucciso molte persone, sebbene in quell'epoca tormentata sia stato obbligato a farlo. Era dunque un maestro di *satsujin-ken* , spada che uccide, ma non di *katsujin-ken*. Si sentiva condannato a restare un piccolo maestro senza poter raggiungere un livello elevato.

E' soprattutto grazie al suo sangue freddo in ogni circostanza che Katsu ha potuto evitare di essere massacrato e di fare qualcosa di sgradevole.

Una sua impresa, divenuta storica, è stato il ruolo che ha ricoperto durante le negoziazioni per l'apertura del castello di Edo. La sua lucidità, insieme al sangue freddo, ha potuto evitare che la città di Edo, oggi Tokyô, fosse messa a ferro e fuoco.

La situazione era allora troppo tesa perché si potesse risolverla alla *western*, sotto la minaccia di un'arma. Quando si vedono oggi delle manifestazioni per la pace degenerare in risse, bisogna ammettere che non è sempre facile realizzare qualcosa che sembra semplice in apparenza.

«Una volta realizzata la verità della spada» dice Yamaoka Tesshū «questa verità si applica in tutti i campi dell'attività umana. Quando si fa fronte con la respirazione *kokyū* ai problemi che derivano da questioni militari, politiche, diplomatiche, educative, religiose, commerciali, artigianali o agricole, tutto deve funzionare senza urti».

Che interpretazione possiamo dare ad una simile formula? La spada è forse una panacea? Finché la spada rimane un'arma da combattimento, per annientare l'avversario, vale la pena, al giorno d'oggi, scegliere altri mezzi più efficaci. Non ne mancano.

Per me, la spada non è che un mezzo per ottenere la respirazione profonda; la pratica della spada, però, non ci porta necessariamente a questo. Non è imitando qualcuno che si arriva allo stesso risultato. Sta a ciascuno trovare la sua via.

In ogni caso, l'apprendistato che ha seguito Katsu nella giovinezza è oggi del tutto inconcepibile. Per convincerci, situiamoci in Giappone, alla metà del XIX secolo.

«Shimada Toranosuke [maestro di Katsu] mi ha detto: “La spada che viene praticata dappertutto di questi tempi non è altro che un esercizio formale, non è la vera spada. Se lei vuole praticare la vera spada, pratichi la vera spada”».

Dal momento che si è decisi a farlo, non può esserci vero o falso; questa però è una questione molto importante.

«Ero ancora piccolo, ma ero d'accordo con quello che mi aveva detto. Gli ho chiesto di ammettermi nel suo *dōjō* come allievo interno e da quel momento non ho smesso di praticare

seriamente, sfidando pioggia, caldo e freddo. Soprattutto durante il freddo inverno, secondo il consiglio di Shimada, andavo, dopo una giornata di allenamento, al tempio di Oji Gongen e, calata la sera, mi allenavo anche la notte, vestito con la sola camicia. Arrivavo al tempio verso le dieci della sera e mi sprofondavo nella meditazione, seduto su una pietra dietro la pagoda. Mi mettevo in uno stato di «non-io», di «non-mentale» e mi applicavo sulla concentrazione e sulla respirazione. Poco tempo dopo, aprivo gli occhi, come se fossi uscito da un sogno, prendevo il *bokken* che avevo portato, mi alzavo con un balzo e vibravo alcune centinaia di colpi di spada nel vuoto. Dopodiché mi sedevo sulla pietra e mi concentravo sulla respirazione. Poi, mi alzavo di nuovo per ripetere i colpi di spada e così di seguito fino all'alba. Ritornavo da Shimada per allenarmi tutto il giorno. E tutte le sere, andavo al tempio per l'allenamento notturno. Non mi sono fermato una sola notte».

Benedetto uomo! Quando dormiva allora? Si direbbe che avesse un'energia inesauribile.

Tuttavia, non era un mostro senza sentimenti. Ammette di aver provato un certo scoraggiamento quando si era trovato esposto a raffiche di vento che gli facevano venire la pelle d'oca e drizzare i capelli, nella solitudine della foresta. Solo quando ha varcato questa soglia di esitazione, egli ha cominciato ha sentire un benessere che sorgeva dall'interno.

Oggi la classe dei *samurai* è stata abolita e si ha a che fare con persone che lavorano negli uffici. Il suo esempio non servirebbe a nessuno. Anche se si avesse la velleità di imitarlo, non fosse che per qualche giorno, si rischierebbe davvero di farsi internare in un ospedale psichiatrico.

Eppure, qualcosa risalta nell'esperienza di Katsu: è il benessere che sorge dall'interno e che è in relazione con la respirazione e con la continuità.