

Zen e Arti Marziali

il principio dell'eccellenza

Intervento del Maestro F. Taiten Guareschi
al convegno tenutosi a Genova il 2 Giugno 2002
in occasione del raduno Azzurri del Judo

Prevedevo che avrei rivisto, dopo tanti anni, maestri, tecnici, arbitri, amici, però non potevo immaginare quale sarebbe stato il tono, la tonalità generale degli interventi in questo convegno, “Evoluzione tecnica del Judo nel secolo delle Olimpiadi”. Ho ascoltato con molto interesse le varie relazioni: mi hanno colpito; ho guardato con interesse i filmati, ho incontrato delle persone che non avrei mai pensato di incontrare.

Il Buddismo Zen, introdotto in Europa alla fine degli anni '60, a mio sapere, da uno dei miei maestri, Taisen Deshimaru Roshi¹, si incrocia in quel contesto con la disciplina del *Budo*.

Inizio a praticare Judo nel '66, e quasi subito ne vivo l'aspetto agonistico, con alcuni discreti successi. Consapevole della tonalità generale della vita del Dojo, che significativamente contribuisce a influenzare il mio orientamento, di lì a poco incontro un maestro Zen e la mia vita si divide tra l'impegno prima come agonista, poi come insegnante e come adepto della tradizione Zen. Nel 1984 mi trovo ad essere fondatore di un tempio e monastero Zen non lontano da Salsomaggiore e Fidenza, la mia città natale. Durante la carriera come insegnante di Judo fondo una scuola, a Fidenza, che ho chiamato “Scuola superiore di arti marziali - *Kyu shin do kai*”, legata alla figura di Kenshiro Abbe². Questa scuola continua ancora, anche se non più con la mia direzione.

E' del tutto probabile che Jigoro Kano si sia ispirato a certi principi basilari del Buddismo per formulare il suo metodo, come il Maestro Addamiani mi ha invitato a considerare. Dalla descrizione di John Stevens delle figure di Ueshiba, Kano e Funakoshi³ si capisce effettivamente che il giovane Kano studia all'Università imperiale di Tokyo in un'epoca di apertura del Giappone all'Occidente. Un'apertura problematica: gli insegnanti vengono dalla Germania, dall'Inghilterra e dagli Stati Uniti, quindi nella sua preparazione Kano è anche influenzato dalla sua frequentazione di eminenti personaggi della cultura, molto sensibili peraltro al valore della tradizione giapponese, che non intendono affatto prevaricare. Jigoro Kano è anche allievo di quel maestro Zen che appare nell'episodio “La strada fangosa”, riportato nelle “101 storie Zen⁴”. Due monaci avanzano lungo una strada fangosa. Vedendo una giovane donna in difficoltà davanti ad una vasta pozza d'acqua, uno dei due la prende in braccio e la fa attraversare, quindi riprende la strada col suo compagno. “Che hai fat-

(Continua a pagina 19)

(Continua da pagina 18)

to?” sbotta quest’ultimo, alla sera. “Non dovevi avvicinarla!”. “Chi?”, replica l’altro “Io quella ragazza l’ho lasciata laggiù. Tu continui a portarla con te?”. Questi era il famoso Hara Tanzan, noto studioso giapponese, docente di Filosofia Indiana nei corsi della famosa Università Imperiale di Tokyo a cui partecipava Jigoro Kano. Le stesse formulazioni *sei-ryoku-zen’yo* e *ji-ta-kyo-ei* (“il miglior impiego dell’energia” e “amicizia e mutua prosperità” o “io e gli altri insieme per progredire” - traduzioni eleganti, ma a parer mio non esaurienti) evidenziano la cultura buddhista di Jigoro Kano. I noti concetti del proprio e dell’altrui potere (*jiriki* e *tarikì*), mutuati dal Buddismo, sono palesi in *ji-ta-kyo-ei* e ricorrono costantemente nell’insegnamento di Kano, evidenziando quindi lo Judo come una via non rivolta per niente alla sola auto-realizzazione. *Ji-ta*, io e l’altro, io e gli altri: non necessariamente una collettività, ma l’*irriducibilità* del sé ad un’identità sostantiva. Il sé, inteso non come se medesimo (*mu-ga*), è un problema di cui non si parla molto, come dei contenuti e delle forme che emergono nell’insegnamento e nel programma di Kano.

Sarebbe molto interessante notare la sua preoccupazione, più volte espressa in *Judo Kyohon*⁵, di trasmettere al *judoka* elementi riguardo il vestire, l’abitare e l’alimentazione: tutti elementi che nella loro triplice veste della *giusta quantità*, di *appropriata qualità* e *sembianza* (i tre *nyohô*), ricorrono costantemente e sono oggetto di particolare attenzione nello stile di vita dei monaci. E più che uno stile formale, diventano essi stessi forma-non forma della serena mente tramandata e comunicata direttamente (*i shin den shin*) tra maestri e discepoli della linea di successione ininterrotta.

Anche la competizione, il concorrere-agonistico richiede gioco e grave serietà nello stesso tempo: è paradossale, ma gioco e serietà vanno insieme. Ci vuole un mutamento di atteggiamento nel rapporto, anche amichevole, con gli altri: è il momento sacro dello *shihai*. Altrimenti ne va di mezzo l’incolumità non tanto fisica, quanto morale. Morire non è così grave quanto il perdersi della memoria. Il desiderio di vittoria e la paura della sconfitta configurano la realizzazione dell’*ippon* come un’opzione del tutto secondaria.

(Continua a pagina 20)

Morire non è così grave quanto il perdersi della memoria. Il desiderio di vittoria e la paura della sconfitta configurano la realizzazione dell’*ippon* come un’opzione del tutto secondaria...

1:Taisen Deshimaru Roshi: nasce in Giappone nel 1914. Nel 1967 si trasferisce a Parigi, dove la sua opera assume rilevanza internazionale. Muore nel 1982. Superiore generale dello Zen Soto per l’Europa e l’Africa, ha fondato un tempio Zen a Parigi e un monastero Zen nei pressi di Blois.

2:Kenshiro Abbe: nasce a Kyoto ed entra nel Butokukai all’età di 14 anni. A 18 anni è il più giovane 5° dan ed in seguito diviene istruttore capo del Butokukai. Studia Aikido per 10 anni sotto la guida del Maestro Ueshiba.

3: John Stevens, “Three Budo Masters”, © Kodansha International.

4: “101 storie Zen”, a cura di Nyogen Senzaki e Paul Reys, Piccola Biblioteca Adelphi n. 6.

5: Judo Kyohon: “I fondamenti del Judo”, Luni Ed., Milano

(Continua da pagina 19)

Riguardo poi al *miglioramento continuo di se stessi*, per quanto le due massime *sei-ryoku-zen'yo* – il miglior impiego dell'energia - e *ji-ta-kyo-ei* – io e gli altri insieme per progredire – sembrino sostenerlo, non credo che nel Judo si possa parlare di un *miglioramento* dell'uomo a prescindere da una concreta e dinamica ridefinizione del concetto di umanità. Da questo punto di vista effettivamente il Sig. Kano attinge generosamente alla tradizione buddhista e non solo, forse anche alla tradizione cristiana. Infatti in un articolo apparso nel '59 nella rivista francese *Judo Kodokan*, a firma del Presidente Risei Kano, in occasione della festività del nuovo anno si cita un colloquio tra Jigoro Kano e un suo allievo 5° dan. L'allievo dice *“E' chiaro come il Judo abbia una tecnica migliore di tutte le discipline sportive, però queste ultime hanno egualmente qualcosa di superiore”*. *“Poichè il Judo – risponde Jigoro Kano – è il mezzo per pervenire alla superiorità, la tua opinione non è corretta. Nel mondo non c'è niente che sia superiore al Judo. Se credi che nella boxe ci sia qualcosa di superiore al Judo, allora è Judo. Questo per farti capire che non capisci sufficientemente il Judo. E non parlo solamente della boxe e del catch, ma anche del tiro con l'arco, del lancio del giavellotto e della scherma. Se ci trovi dei punti logici e interessanti allora ... quello è Judo”*.

“E' un errore pensare che quando si attacca con una spada si tratti di Kendo e quando si attacca non armati si tratti di Judo. Bisogna attaccare con la spada quando si pensa che sia preferibile attaccare con la spada, e si deve attaccare con il bastone quando si valuta che ciò sia preferibile. Quando si pensa che il Judo è la miglior tecnica per attaccare disarmati è perchè non si è capito il Judo. Quindi bisogna avere nel profondo del cuore e della mente che il Judo è il mezzo superiore. Non bisogna pensare che il Judo sia il solo metodo del Budo, ma comprenderlo come miglior mezzo di vedere e comprendere ogni cosa nella vita”. Risei Kano commenta subito dopo: *“Sono dei pensieri da meditare a lungo e possono essere imparentati sia al Buddismo che al Cristianesimo”*.

Notavo nel filmato del maestro Gian Maria Romani il rilievo decrescente del *rei* come momento introduttivo e conclusivo, esteriorizzato da un inchino, ma che sta a significare simultaneamente cortesia, rispettosa devozione e corretto stile di vita. Il *rei* introduce e fa uscire da quelle norme anche rituali che sottolineano il tempo dell'*esercizio (keiko)*. L'*esercizio* richiede una separazione tra il *prima* e il *dopo*. Nel Dôjô vige una regola e si configurano delle norme a cui il *rei* introduce e da cui a conclusione distacca. Anche *Dôjô* è un termine del lessico buddhista: deriva dal sanscrito *Bodhimanda*, che è il luogo del risveglio. Il Sig. Kano ha fatto una sintesi mirabile tra Oriente e Occidente in un'epoca fondamentale della trasformazione mondiale, globale. Dà una sorta di statuto, legittima il luogo di addestramento, elevandolo a luogo e tempo del *sacro*, non diversamente da qualsiasi *tempio*, qualsiasi *chiesa*.

(Continua a pagina 21)

(Continua da pagina 20)

Nella relazione del maestro P. Gaddi (“Cinquant’anni di storia del Judo: cos’è cambiato tra ieri e oggi”) si rileva come l’ossessione della vittoria distolga dal perseguire la realizzazione dell’*ippon*, che sempre più chiaramente diviene un concetto secondario. L’idea di *ippon* che dominava nel primo Judo è praticamente sparita – e non per colpa dei maestri e degli insegnanti di Judo. Siamo in un mondo la cui realtà ha difficoltà a capire un concetto fondamentale, che vorrei introdurre accostandolo all’*ippon*: il *samadhi*. Come l’*ippon*, è la capacità di *darsi il miglior voto*, di apprezzarsi e apprezzare adeguatamente. Assai rara è la capacità di darsi applicandosi al meglio, 10 su 10, malgrado le menomazioni o le deficienze. L’apprezzarsi pienamente va insieme alla capacità di accettare serenamente l’altrui valutazione. Il nostro sforzo senza riserve (*sei-ryoku-zen’yo*) dovrebbe metterci in grado di apprezzare pienamente il valore degli altri e di subire con soddisfazione anche la sconfitta. L’attitudine rivendicativa è propria invece di chi, consciamente o meno, non dà il meglio di sé, dà se stesso con riserva, senza sincerità (*makoto*). Nel modello di Jigoro Kano il Judo è la Via, il principio della superiorità. Anche se *Jû* significa flessibilità, cedevolezza, adattabilità, come concetto della cultura confuciana può benissimo intendersi come principio della superiorità o dell’eccellenza, l’*areté* greca. L’idea di miglioramento è in sé contraddittoria, perché suppone un sé individuato ma sostantivato, che andrebbe migliorato o accresciuto: vi è sottesa l’idea del dominio e del controllo, prima sul mondo, poi sull’io o sulla mente. *La forma è il vuoto e il vuoto è la forma*, recita il *Sutra del Cuore*. Sappiamo tener conto dell’orientamento nichilistico o pessimistico, che consiste in un vizio che ha matrice filosofica occidentale non meno che orientale: lo svilupparsi all’interno di un processo in cui all’idea si contrappone l’idea, al pensiero il pensiero. Un vizio che rende incapaci di coniugare l’esistenza (il fenomeno) con l’esistenza (il fenomeno) passando per la vacuità, l’assenza. L’in-cultura dell’*ippon* – del *Samadhi* – giace proprio nelle pieghe di questo vizio nichilistico, che è anche l’ossessione di perdere il tempo, di *non-cogliere-l’attimo*. In primo piano viene il “Buonasera...” del famoso spot, non che la ragazza è pronta ad andare *col primo che incontra*. L’uomo costretto a bidonarti sempre ha dei guai, anche grossi. Se tentiamo di considerare a misura d’uomo il Buddhismo, lo Zen, le Arti Marziali, non facciamo che mettere in atto in termini più raffinati le nostre strategie per consolidare lo stesso stile di vita, riconfermando la stessa frustrazione.

Uke non deve quindi solo suggerire un subire passivo, ma un appassionato concorrere. Una vera vittoria, per quanto netta e indiscutibile, non è mai sopraffazione..

(Continua a pagina 22)

(Continua da pagina 21)

Ho trattato i criteri e le modalità di accostare la scienza allo Zen, e il termine *scienza* potrebbe estendersi al Budo:

“Il Buddhismo è il tentativo di risolvere la crisi della vita ad un livello esistenziale, quindi guardarsi, comprendersi come quel sè che soffre, che accetta la natura impermanente e dolorosa del mondo con cui vive e non nel quale vive. Come afferma Romano Guardini ‘Il Buddha mise mano all’inaudita impresa di scardinare l’esistenza pur rimanendovi dentro’. E’ probabile che la dimensione esperienziale, personale e comunale, possa diventare un tratto comune” in questo caso alle discipline di combattimento, al Budo e al Buddhismo. *“Ma la natura dell’agire, dell’atto - attualità come contrazione del tempo ad un punto - connessa alla dimensione esperienziale, non è facile ad ammettersi, ad assumersi, soprattutto in ragione dei suoi aspetti impratici, non funzionali, inutili e non etici”*.

La nostra disciplina non è per migliorare il mondo, neanche l’uomo. Ha una dimensione *impratica*, la cui natura va senz’altro chiarita, in connessione allo sforzo nella memoria del corpo. Lo Zen non serve a niente – senza nulla togliere agli aspetti connessi a funzioni di vario ordine. Nel Dôjô, con tutti i linguaggi possibili, ci sono violazioni sistematiche che immettono in una visione altra, in una situazione che non può ricondursi a nulla di funzionale. La tensione irrinunciabile tra il pratico e l’impratico, tra misura e dis-misura, va considerata a fondo.

Pare che la figura di *uke* non esista più. Tutte le strategie mirano a buttarlo subito a terra. Sparisce la bellezza di favorire la situazione di squilibrio e di *sospensione* che rende tutto misteriosamente facile, e al suo posto appare una serie di piccoli accorgimenti per buttare a terra l’avversario. *Ukeru*, in giapponese, vuol dire *ricevere, accettare* ed è sinonimo di *realizzazione (kaku)*. L’uomo realizzato (*kakusha*) è un uomo che sa accettare, apprezzare, e in altri termini, è il Buddha stesso. *Uke* non deve quindi solo suggerire un subire passivo, ma un appassionato concorrere. Una vera vittoria, per quanto netta e indiscutibile, non è mai sopraffazione. In tutta l’aneddotica della tradizione Zen la frequentazione di un maestro da parte di un discepolo consiste proprio nell’affiancarlo senza altro scopo che la frequentazione stessa. L’Illuminazione o Risveglio è frutto di frequentazione immotivata, non finalizzata. Quindi niente è più motivo di particolare interesse dell’allievo per il maestro e del maestro per l’allievo. Lo spirito è unico, e tutto il contenuto di una ciotola passa nell’altra senza che una sola goccia sia perduta.