

Riflessioni

di Paolo Taiitsu Spongia

Leggerete nell'intervista al M° Kase:

“Per questo io credo che da un lato ci si avvicina alla perfezione formale, da un altro lato è necessario sviluppare anche uno spirito più libero, "selvaggio".

Essere sempre troppo "gentleman" a volte può essere un limite.”

Praticare Karate-do, praticare lo Zen non significa come è opinione diffusa diventare più 'calmi', più buoni, avere più 'autocontrollo' (frinteso il più delle volte con l'incapacità di esprimere sinceramente e decisamente le proprie emozioni). Evidentemente, la conoscenza di sè, la disciplina, che derivano da shugyo, dalla pratica, si esprimono nella vita quotidiana nella rapidità di decisione, capacità di distacco e controllo emotivo...

Ma se ci si 'incazza' ci si 'incazza' veramente.

Non sono le timide, insicure manifestazioni di nervosismo e frustrazione alle quali assistiamo quotidianamente nelle strade, negli uffici pubblici...

Non ci si fa trasportare dall'ira per questioni che riguardano il proprio piccolo ego, i propri piccoli interessi, ma se lo sdegno, l'ira vengono dalla immediata risposta alla situazione, in tal caso anche l'ira diviene una virtù.

Ben ne sono a conoscenza gli allievi degli autentici Maestri. L'immediata risposta alla situazione educativa a volte può essere uno schiaffo o un grido, che da abili mezzi quali sono, riescono a 'risvegliare', seppur spesso, momentaneamente, l'allievo.

Higaonna Sensei, raccontava della grande capacità di Sogen Sakiyama Roshi, il suo Maestro Zen, di rispondere alle domande degli allievi senza alcuna riflessione, immediatamente, con una risposta che scaturisce direttamente dalla pratica continua di Zazen, Chokkan, così ha definito questo scambio immediato di domanda-risposta. Una risposta che scaturisce dal vuoto del non-pensiero o meglio dal pensiero profondo, dalla mente originale.

Karate-Do: la mano che scaturisce dal vuoto.

Mi sto accorgendo che negli ultimi anni, ma forse prima era lo stesso, molti “bisognosi” si avvicinano allo Zen, allo Yoga, anche alle stesse cosiddette arti marziali.

E si rischia, e molti lo stanno già facendo, di venire incontro alle esigenze dei



segue

Riflessioni

“clienti” dando loro l’impressione di trovare quel che stanno cercando.

Nell’ambiente dello Yoga ma anche in quello dello Zen e del Karate si sta diffondendo questo atteggiamento.

Ma se andate a praticare lo Yoga in India vi chiedono di cambiar vita, vi chiedono un coinvolgimento tale da dimenticare i propri piccoli bisogni e darsi completamente alla pratica e questo diventa terapeutico.

E’ comprensibile che ci si avvicini a queste discipline nella ricerca di placare il proprio disagio interiore, ma dopo breve tempo l’insegnante deve far comprendere che per ricevere si deve cominciare col dare.

Nello Zen si parla di dimenticare se stessi.

Dice il Maestro Dogen *“Se lasciate andare ogni cosa, tutte le cose tornano a voi”*

ovvero *“Zazen è conoscere sé stessi, conoscere sé stessi è dimenticare sé stessi, dimenticare sé stessi è essere autentici (riconosciuti) da tutte le esistenze.”*

E’ solo dimenticando sé stessi nella concentrazione della pratica, nel darsi agli altri, che i risultati, anche terapeutici, appaiono.

Ma se si parte dai propri bisogni non si fa altro che amplificarli e la pratica oltre ad ingannare può danneggiare.

Autentica pratica è solo quella di chi colmo di gratitudine per essere nato, accettando e non rimuovendo le difficoltà e il dolore che della vita fanno parte integrante, offre completamente se stesso nel tentativo di pagare il proprio debito inestinguibile verso la vita stessa.

