

Il Sole appeso al collo

di Enrico Salvi (Tai-A no Kai)



Facendo seguito all'articolo pubblicato sul n. 29 della presente Rivista, intitolato "Mokuso e Arte della Spada", tento di sviluppare ulteriormente l'argomento considerando: a) la motivazione che spinge a gareggiare per conquistare una medaglia d'oro; b) la possibilità di liberarsi definitivamente dall'effetto psichedelico prodotto dal "Sole appeso al collo" (e molto probabilmente non del tutto ininfluenza agli effetti di quanto riferisce Giorgio Zoly in "E finalmente non siamo più tanto bravi...").

Per cominciare una domanda s'impone: a cosa è dovuto il fremito (perché di fremito si tratta) che spinge a volersi fregiare di una medaglia d'oro? La risposta più scontata è: perché sancisce la vittoria. Sarà così, ma, forse, non soltanto così. La medaglia d'oro è, sì, il riconoscimento della vittoria, ma esercita il suo magnetismo proprio perché è d'oro, cioè di un metallo che, per eccellenza, è simbolo del Sole, di purezza e perfezione, di eternità, regalità e divinità. Nell'oscurità della miniera la pepita d'oro è la corrispondente del Sole che brilla in cielo. Nel momento culminante, il Vittorioso china la testa non in segno di modestia ma unicamente perché il preposto possa appendergli il Sole al collo: immediatamente la Luce Aurea della Vittoria riveste l'autore del Trionfo. Scroscia l'ovazione. Ai suoi piedi gli sconfitti, poco prima anch'essi pretendenti alla conquista della Luce Solare ma che ora debbono accontentarsi di più modeste faci: quella lunare dell'argento e quella gioviale del bronzo, come dire un'emarginazione nell'ombra. Invece lui, il Campione,

assapora la propria grandezza. Una soddisfazione prorompente lo esalta e gli spalanca la bocca in un gongolante sorriso. Sente di essere nato ad una vita nuova, di non aver lasciato residui umani: la Vittoria Alata, ratificata dal Sole appeso al collo, lo rapisce nell'Empireo. È l'Apoteosi. Ridiscoeso in terra, lo attende la melliflua pioggia dell'ammirazione, delle congratulazioni e dei riconoscimenti, nonché l'aggiornamento del palmaress, o curriculum dell'"io" che dir si voglia.

Ora, oltre al fatto che tutto questo è esattamente quello che *non* avviene nel **Budo**, c'è da tenere presente che il processo deificante sopra descritto è niente più che un'immaginazione della quale si nutre l'"io" del Campione (e non solo del Campione): con effetto psichedelico, quel rotondo pezzetto di metallo dorato gli fa immaginare di aver "vinto" sugli "altri", e questa immaginazione è a sua volta un prodotto dell'"io" che è esso stesso auto-immaginazione: ponendosi come ente reale, quando altro non è che un instabile agglomerato di fissazioni mentali e passioni, l'"io" (non soltanto quello del Campione) si trova inesorabilmente di fronte gli "altri" quale barriera, ovviamente anch'essa immaginaria, da superare tramite la "vittoria"; barriera pateticamente intesa, in ambito sportivo, come rappresentazione dei propri limiti da superare! Invece, se c'è l'"io" ci sono gli "altri": da qui comincia la competizione sportiva e non solo sportiva. Gli "altri" diventano la stampella che l'"io" in continuazione usa e getta via per sentirsi esistente, per affermarsi quale auto-immaginazione immaginante, quindi quale perfetta evanescenza.

Facendosi cingere il Sole al collo, l'abbagliato (più che abbagliante) Campione non sospetta minimamente di aver "vinto" un'immaginazione dell'immaginazione, un sogno del sogno del quale il palmaress non impedirà l'oblio (che inghiottirà anche il palmaress). Ora, questa immaginazione dell'immaginazione, questo *φάντασμα* (*fantasma*), per dirlo con un termine della nostra filosofia, ha una sola origine: la *vanità*, parola importante (che non riguarda soltanto il Campione) il cui plurimo significato, come risulta da dizionari.corriere.it, è utile evidenziare ai fini di un salutare esame di coscienza per tutti:

- 1 Compiacimento di sé, che si concretizza nel desiderio di essere ammirato per le proprie qualità, spesso solo presunte;
- 2 Carattere di ciò che è privo di fondamento o di efficacia: la v. di una speranza e dei suoi sforzi;
- 3 Qualità di ciò che è effimero: la v. della fama; cosa caduca.

Di passaggio: nell'istruttivo film *L'avvocato del diavolo*, interpretato da Al Pacino e Keanu Reeves (quest'ultimo nella parte di un avvocato "vincente", un campione del Foro sedotto dal "successo") una frase pronunciata con ghigno inquietante proprio dal diavolo risulta emblematica:



«Vanità... decisamente il mio peccato preferito!».

Il fatto è che la vittoria esteriore, sancita dal Sole appeso al collo, non testimonia automaticamente una corrispondente vittoria interiore, ossia, diciamo così, un sprazzo del Sole spirituale. Ovvero: non necessariamente un positivo evento esteriore (**omote**) è rivelatore di un omologo evento interiore (**ura**). Di più, se la conquista della medaglia, o della coppa, fosse un criterio probante, il Campione di laido o di Kendo, specialmente riguardo ai gradi più alti, dovrebbe essere quasi un novello Musashi; uno che ha realizzato **mushin**; uno che della vittoria e della sconfitta, come della vita e della morte (figuriamoci della medaglia, della coppa o del dan!), non gliene cale un fico secco; delle quali virtù, con tutto il rispetto per il Campione, è lecito fortemente dubitare.

Invece, la pratica giornaliera del **Mokuso** formale, cioè del Silenzio contemplativo (con durata ideale di venti minuti), mediante **enza**, la “gioiosa postura seduta” (riferita allo Zazen ma riferibilissima anche al Mokuso), aiuta a comprendere l’effetto psichedelico (il fantasma) della medaglia, o della coppa, o del dan da acquisire, e a sottrarvisi (ciò valendo per molti altri effetti psichedelici che il vivere quotidiano produce con le sue “sirene”).

Mediante l’assunzione della postura corporale *perfettamente immobile* (**fudotai**) il **Mokuso** giornaliero conduce pian piano non solo ad individuare ma anche a trascendere il *movimento* della mente *duale* e quindi ad accorgersi che non c’è niente da vincere e niente da perdere, niente da afferrare e niente da lasciarsi sfuggire, niente di vantaggioso da perseguire e niente di svantaggioso da evitare, niente di attraente e niente di repellente. Proprio niente! **Mu**! Ci si accorge quindi della spirituale auto-sufficienza, trascendente ed immanente al tempo stesso, di cui l’essere umano è dotato ma di cui è inconsapevole, ciò che lo fa sentire disintegrato e che lo spinge ad andare in cerca di “qualcosa” che sembra mancargli, “qualcosa” che possa completarlo dandogli *soddisfazione*, e che invece rappresenta un corno del dilemma, che, ineluttabilmente, richiama l’altro: la *delusione*. Di qui

il precetto fondamentale di mantenere la colonna vertebrale tesa e verticale (**tate**): ciò che è diritto, equilibrato, nel giusto mezzo (**chu**) non abbisogna di alcun appoggio e si regge da sé nella sua integrità *inalterabile* da ogni necessità, da ogni soddisfazione ed ogni delusione, e così procede sulla Via di Mezzo (**Chudo**) . È così che la postura fisica ben eretta, equilibrata ed imperturbabile (**fudotai**) può, per così dire, far emergere l'omologo stato mentale (**fudoshin**).



Espirando nell'**hara**, che è una sorta di pentola speciale, vi si lascia *decantare* ogni dualità illusoria della quale si nutre l'“io”, compresa quella di vita e morte (**shoji no mayoi**). Nell'**hara** spariscono pertanto i due corni del dilemma costituiti dalla *soddisfazione* e dalla *delusione*, e che, propriamente parlando, riguardano le *passioni* (dal latino *passus* participio passato di *pati*, soffrire), cioè quanto di più instabile e condizionante ci possa essere in merito alla libertà dell'essere umano. Espirando nell'**hara** si scioglie ogni tensione generata dal fantasma cornuto della brama di ottenere e del timore di non ottenere o di perdere. Espirando nell'**hara** s'impara a LASCIARE LA PRESA, esattamente come quando si muore. Del resto, ogni espirazione non è forse un anticipo di quella che concluderà la vita terrena? E non sarà un prezioso esercizio quello di mantenere la schiena diritta accompagnando consapevolmente ogni espirazione e considerandola come se fosse l'ultima? A quale soddisfazione o delusione si potrà ricorrere durante l'ultima espirazione? Quale medaglia, quale titolo, quale coppa, quale dan e quale palmaress, in una parola quale vanità-vacuità potremo esibire e vantare nel momento in cui si esaurirà l'ultima espirazione? I giorni delle “vittorie”? Spariti. Medaglie, coppe e dan? Neanche un pallido ricordo. Il palmaress a gloria del nome? A chi interesserà veramente non dimenticarlo e perpetuarlo presso i posteri? A nessuno.

Del resto, non è un caso che ogni movimento è opportuno sia accompagnato dalla espirazione nell'**hara**, essendo essa “solvente”, quindi rilassante, fluidificante e favorevole al lasciare, all'aprire, mentre l'inspirazione dal petto è “coagulante”, quindi contraente, bloccante e inducente all'afferrare, al chiudere, ragion per cui la tensione-contrazione verso il “successo” testimonia con certezza la prevalenza dell'inspirazione, e perciò di un *affanno interiore* (**ura**) ancorché dissimulato da una fittizia calma esteriore (**omote**). Di fatto, nella spasmodica respirazione di una persona *affannata* lo spasmo riguarda soprattutto l'inspirazione con la quale si manifesta l'*ansia*, la preoccupazione di afferrare qualcosa che manca (sembra mancare) alla propria integrità, o di respingere qualcosa che attenda (sembra attentare) a

tale integrità. Insomma, riecco i due corni del dilemma: c'è sempre "qualcosa" di poco o di troppo che inficia la nostra integrità, che ci fa sentire appunto dis-integrati, deficienti o eccedenti di "qualcosa", e che in modo o nell'altro ci costringe ad una innaturale, affannante tensione.



«Si dice che vivere la vita quotidiana come se si fosse già morti è la Via della Verità»

Hagakure X, 58

L'ideale è quindi vivere da morti. Liberi da ogni necessità. Al culmine dell'espiazione. Il morto non si affanna e non trasale; non cerca di ottenere; non anela a riconoscimenti; non si sente incompleto; non sente il bisogno di misurarsi con l'altro da sé; non annota i suoi successi nel palmaress; non spreca energie per essere il "primo" sugli "altri"; non teme di perdere alcunché; non gli manca alcunché. Il morto né attacca né si difende (potremmo dire che è il vero protagonista tra **uchidachi** e **shidachi**). Il morto non deve dimostrare niente a nessuno, nemmeno a se stesso. Se si deve credere all'*Hagakure* il vivo già morto è nella Verità, dunque nella Libertà, ed al suo sguardo limpido la vita quotidiana semplicemente e meravigliosamente scorre senza barriere nella chiarezza di mente e corpo (**sumikiri**). Allo sguardo del vivo già morto non sfugge l'aspetto "**fukatoku**" dell'universo:

«**Fukatoku**: "ciò che è impossibile ottenere". Il carattere inafferrabile, non sostanziale di ogni fenomeno [...] l'assenza di sostanza immutabile e della vacuità di tutte le cose (giapp. **kū**, sanscr. **sūnyatā**).

Dizionario zen, www.lameditazionecomevia.it

A questo punto mi sembra opportuno proporre un significativo brano, con relativo commento, dal *Denkoroku* (Registrazione della Trasmissione della Luce), testo del XIII secolo ad opera del maestro zen Keizan, quarto successore di Dogen (da www.lameditazionecomevia.it)

«Senza far sorgere nessuna concettualizzazione, *guardate direttamente*: c'è qualcosa che non ha pelle o carne, il suo corpo è come lo spazio senza nessuna specifica forma o colore. È come acqua pura, perfettamente chiara. Vuoto e chiaro, si tratta semplicemente di esserne del tutto consapevoli. Come spiegare questo principio?

L'acqua è chiara fino in profondità; splende senza bisogno di pulirla».

Commento – Tutto va lasciato andare. Non c'è nulla da trattenere: arrendevolezza, arrendevolezza. Trattenere vuole dire paura; lasciare è libertà. Trattenere è chiusura; lasciare è apertura. Trattenere è sforzo; lasciare è riposo. Trattenere è tensione; lasciare è calma. Trattenere è separare; lasciare è unire. Tutto è illuminato, tutto è pieno di eternità; non c'è nessuna distinzione, nessun alto o basso [...]

[...] Fai distinzioni: tra te e ciò che vorresti essere, tra te e gli altri. Allora cerchi certe cose, fuggi da altre; vuoi migliorare la situazione, vuoi rifuggire certe condizioni. Fai il buddista, ti interessi di zen ecc. eppure non si tratta di un sapere, non si tratta di un pensiero. È qualcos'altro: è un "guardare direttamente". Quando hai lasciato la presa, come non puoi guardare direttamente? Sei immerso nella realtà, nella sua autenticità, nella sua imprevedibile verità, le barriere non ci sono più [...]

[...] Non c'è nessun esercizio della volontà da mettere in atto, non è un cercare e conquistare qualcosa. È proprio il contrario: è uscire dalla gabbia della nostra volontà, fuori dai nostri devi e non devi, dai nostri bene e male, dai nostri mi piace e non mi piace.

Come visto, la parola “trattenere” indica paura, chiusura, sforzo, tensione, separazione. Un imprigionarsi nella “gabbia della nostra volontà”. Ora, non sarà che la materialità del nostro corpo individuale sia la risultante del rattrappirsi timoroso esercitato dall’ “io”? Riflettiamo: l’“io”, che già di per sé è auto-immaginazione, immagina a sua volta il suo mondo (dominato dal fantasma cornuto del dilemma) e per poter sussistere si aggrappa con tutte le sue forze a se stesso e al suo mondo utilizzando i sensi ed il pensiero, producendo così il corpo individuale e materiale, sicché il nostro corpo non sarebbe che immaginazione coagulata!

Il kata immobile del **Mokuso** è la fucina in cui si tempera la mente-spada; è la mola sulla quale essa viene affilata per il perfetto fendente (**kirioroshi**) che non si oppone e non si scontra con alcunché – con alcuna materia – bensì “passa attraverso” senza il minimo attrito: la *decisione* giusta al momento giusto (ricordiamo che *de-cidere* significa tagliar via, risolvere).

Il perfetto fendente è **hara no waru**, “tagliare in due lo hara”, parlare con franchezza, senza trucchi o segreti.

Il perfetto fendente non è soltanto quello che taglia nettamente il bambù, a ciò bastando soltanto una buona tecnica, ma è anche e soprattutto quello che passa attraverso i corni del dilemma senza coagularsi nell’immaginazione chiedendosi se “questo mi soddisfa” o “questo mi delude”. A che serve tagliare nettamente il bambù (azione **omote**) se i corni del dilemma restano a frastornare la mente (situazione **ura**)?

Il perfetto fendente è azione pura che origina dall'immobilità assoluta del **Mokuso**. Esattamente come la parola muove dal silenzio. Movimento puro da immobilità pura: acqua pura di ruscello da acqua pura di fonte.

Contemplazione e Azione.

Per il perfetto fendente, facoltà esclusiva della mente vuota di mente (**mushin no shin**), non esiste alcun avversario (**mu teki**), né dentro come influenza psichedelica o fantasma né fuori come "altro" da sconfiggere. Così anche il corpo è, almeno virtualmente, sciolto dal coagulo egoico-immaginario. E l'Uno brilla. E se l'Uno brilla – la vera medaglia d'oro! – che "altro" può mancare?

