



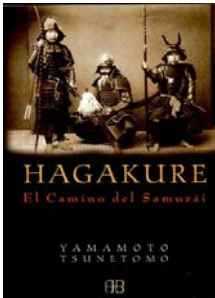
Lo Zen

La severa, ascetica setta buddista dello *zen*, libera da vincoli rituali e dottrinali, ha solo il convincimento che si possa ottenere l'illuminazione attraverso il solo sforzo personale, è possibile quindi agire sulla propria mente o sul proprio spirito direttamente attraverso una pratica fisica e raggiungere un auspicabile stato mentale per mezzo della postura del corpo. Qui si incontrano *zen*, *budo* e *bushido*. Tutto l'addestramento tende a questa meta e non si

possiede veramente un'arte se non si giunge allo stato di *mushin*. Chi raggiunge questo stato è già sulla via che conduce alla liberazione: l'arte non gli serve più. E' questo il vero punto di arrivo delle arti marziali nel segno dello *zen* : egli diviene il credo samurai ed il bushi, tramite lo *zen*, un tipo d'uomo unico ed irripetibile nella storia del genere umano.

Zen e bushido

Uno dei trattati più conosciuti sul bushido, "Hagakure" di J. Yamamoto focalizza l'espressione: "*Bushido è morire*" è l'intimità più grande con l'idea della morte che con quella della via, è dunque preferibile scegliere la morte che sopravvivere con infamia. Non si sbaglia dunque in questa scelta. Se si perde in un combattimento la morte è la sola uscita possibile; non è dunque una questione di sconfitta. La tecnica può fallire di fronte ad un avversario, per il samurai è l'insuccesso, è la morte. La base di tutte le tecniche di vittoria assoluta è il ricercare e lo sviluppare il centro dell'equilibrio mentale ed emotivo, il "*kokoro*".



Lo zen e la via della spada

Lo *zen* non si esaurisce nell'aspetto meditativo ma va oltre, educando l'uomo a trascendere la considerazione di se stessi e delle sue azioni verso il tutto infinito.

Isazo Nitobe sostiene che questa tendenza a ricollegarsi all'universo è indizio di religiosità, il monaco zen coltiva il distacco da sé stesso. Per i maestri di spada ed i praticanti il distacco da sé stessi, che non è da intendersi come indifferenza, inerzia, sonno o debolezza, è la causa che produce l'effetto "*armonia*" e l'incredibile rapidità nel maneggio della spada.

La via della spada, che io definisco con l'Arte, è fortemente influenzata dallo *zen* e cerca la realizzazione tramite l'uso della spada; trascendere per mezzo della spada significa distaccarsi da se stessi, mentre si dà o si riceve la morte. Questa via è il *Do*.

Ai giorni nostri, ove non si usa più la spada per la vita o la morte, l'arte deve perseguire il distacco da sé in presenza di vittoria o di sconfitta, successo od insuccesso, nella pratica e nelle relazioni. La sconfitta od il cedere non è tale se in presenza di "*makoto*". *Makoto* è reso con "sincerità" ma significa anche coscienza e consapevolezza. Da ciò il concetto per cui non è importante che l'azione porti ad un risultato se si è agito con sincerità, l'azione non richiede efficacia, essa è efficace per se stessa se scaturita da uno spirito corretto.



Ken zen ichi

L'espressione "*ken zen ichi*" ribadisce la concordanza o l'unità tra la via della spada e lo zen, l'arte e lo zen hanno cercato un identico approccio alla condizione della vita e della morte. Oggi usiamo delle parole *budo*, *kendo*, *iaido*, *judo*, *Kyudo* o al posto delle parole *kenjutsu*, *jujutsu*, *kyujutsu* o *bojutsu*: "*do*" è la Via, l'aspetto mentale e spirituale della maniera di vivere. Nelle arti marziali moderne si cerca di esprimere le capacità individuali con una gestione mentale equilibrata.

da "*Ad un praticante di spada...e non solo*" di Edoardo Borghese

