

Gasshuku Symposium

Zen e Karate-Do : Il Risveglio nell'Azione ovvero l'Azione del Risveglio

a cura di Daniela Myôei Di Perna

Nell'ambito del XIX Gasshuku Europeo Roma 2001, raduno europeo dell'International Okinawan Goju-Ryu Karate-Do Federation organizzazione condotta dal Maestro Morio Higaonna (9°Dan) rappresentato in Italia dal Maestro Paolo Taiitsu Spongia, organizzatore dell'evento, si è tenuta una conferenza (Symposium) dal titolo "Zen e Karate-Do: Il Risveglio nell'azione ovvero l'azione del Risveglio" alla quale è stato invitato ad intervenire, in qualità di relatore, il Maestro Taiten Guareschi. Correlatori sono stati lo stesso Maestro Higaonna, il Capo Istruttore d'Olanda (peraltro ospite a Fudenji del Ken Zen Ichinyo Gasshuku nel Luglio 20-00) Sensei Sydney Leijenhorst e lo stesso Sensei Paolo Taiitsu Spongia.

La Conferenza è stata luogo di interessanti interventi, in Inglese (gli interventi del Maestro Taiten e Paolo Taiitsu sono stati tradotti in inglese da un'interprete) che hanno toccato, da angolazioni diverse, il rapporto tra Zen e Karate-Do, sia sotto l'aspetto storico e culturale che sotto quello filosofico ed esperienziale.

E' seguito uno spazio per le domande da parte del pubblico, intervenuto numeroso, in ordine alle 250 persone, e composto principalmente da partecipanti al raduno ma anche da intervenuti esterni.

Le domande, vivaci e spontanee (particolarmente attenti sono sembrati gli Olandesi) rivolte per lo più al Maestro Guareschi, hanno chiuso degnamente l'incontro.

Il Maestro Guareschi si è trattenuto, ospite del Raduno, per tre giorni, potendo così assistere agli allenamenti e creando l'opportunità per preziose occasioni di dialogo con il Maestro Higaonna, che ha molto apprezzato la presenza del Maestro Taiten al Gasshuku, e con i partecipanti al raduno che hanno così avuto ulteriori occasioni di incontro, tra le altre, un'introduzione allo Zazen organizzata estemporaneamente in una sala dell'Hotel Giovanni XXIII che ha visto la partecipazione di più di 50 persone.

Sperando di fare cosa gradita pubblichiamo gli interventi della Conferenza nell'ordine in cui sono avvenuti.

Intervento di Paolo Taiitsu Spongia Sensei

Buonasera,

L'occasione che ci vede riuniti per il XIX Gasshuku Europeo mi è sembrata preziosa per poter condividere con voi delle riflessioni che mi stanno particolarmente a cuore.

Innanzitutto mi presento; sono Paolo Taiitsu Spongia, Capo Istruttore d'Italia IOGKF e organizzatore insieme ad una banda di disperati di questo Gasshuku Europeo.

Mi considero un pessimo allievo di due grandi Maestri che, faticosamente, arrancando, cerco di seguire su due Vie che si sono rivelate nella mia vita essere un unico percorso: Morio Higaonna Sensei sulla Via del Goju-Ryu Karate-Do e il Maestro Fausto Taiten Guareschi sulla Via dello Zen.

Non credo che Higaonna Sensei abbia per voi bisogno di presentazioni.

Mentre riguardo Guareschi Roshi ho scritto un breve profilo biografico sul libro che avete ricevuto al vostro arrivo. Basti qui dire che già praticante di Judo e Karate il Maestro Guareschi incontra all'età di 19 anni il Maestro Taisen Deshimaru, definito a ragione il primo patriarca Zen d'Europa, e diviene un suo stretto discepolo. Alla morte di Deshimaru Roshi si reca in Giappone dove continua la sua formazione con Narita Shuyu Roshi, erede nel Dharma di Kodo Sawaki Roshi, e dal Maestro Narita riceve la trasmissione, lo *Shiho*, primo europeo a ricevere la trasmissione del Dharma.

Fonda il Tempio Shobozan Fudenji a Salsomaggiore che è luogo di pratica della Via Zen Soto apprezzato e conosciuto in tutto il mondo.

Ho invitato ad intervenire Sensei Sidney Leijenhorst con il quale ho condiviso sin dal nostro primo incontro un misterioso sentimento di familiarità e comunione.

(Continua da pagina 22)

Frequentandolo ho avuto occasione di scoprire una persona eccezionale, un praticante sincero ed un autentico Maestro. Sensei Leijenhorst è membro del Kambukai che rappresenta in Olanda la IOGKF ed esperto di Qi Gong.

Ho invitato tutti loro ad intervenire a questo symposium non solo perché potessero esprimere le loro preziose considerazioni sull'argomento ma anche e soprattutto perché si creasse l'occasione dell'incontro, tra di loro, e tra loro e voi.

Ma entriamo nel vivo del tema che introdurrò per poi lasciare la parola ai nostri ospiti, seguirà anche uno spazio per le vostre domande.

Nella mia personale esperienza l'incontro con il Maestro Guareschi e quindi con lo Zen, che non riesco a situare chiaramente nello spazio e nel tempo, perché sin da ragazzo, intorno ai 13 - 14 anni, agli inizi della mia pratica del Karate-Do ero affascinato da letture sullo Zen che sentivo già allora rivelatrici di uno spirito essenzialmente affine alla pratica marziale. Seguivo inoltre, sulle riviste e sui giornali dell'epoca, le vicende della prima venuta del Maestro Deshimaru in Europa, leggevo gli articoli su di lui e sull'incontro con il giovane campione di Judo Fausto Guareschi e sugli sviluppi della loro relazione.

Già allora provavo, senza molta convinzione, a sedere in Zazen, ma senza una guida la mia intuizione non era sostenuta da autentica fede.

Finchè l'incontro in carne, ossa e midollo, come si dice nello Zen, con il Maestro Guareschi mi ha permesso di gettare uno sguardo su un orizzonte vastissimo.

Il grande scienziato/filosofo, fondatore dell'Etologia, Konrad Lorenz, parlando dell'educazione, in un suo libro fa l'esempio del crostaceo, che, arrivato ad un certo punto del proprio sviluppo per crescere ancora deve far esplodere la sua corazza.



I Relatori del Symposium

da sin. Spongia Sensei, interprete, Guareschi Roshi, Higaonna Sensei, interprete Alanna Higaonna, interprete Masuyama Sensei, Sydney Leijenhorst Sensei

Per crescere deve vivere un momento di totale rivoluzione e rischio.

Per alcuni giorni, privo della sua corazza, rimane esposto e vulnerabile ai predatori, agli elementi atmosferici.

Per crescere rischia di morire.

Ora, io credo, che tutti noi nella nostra vita, per proteggerci o per rassicurarci nella nostra identità ci costruiamo varie corazze e gusci, che assumono le forme più svariate.

E temo che anche la pratica del Karate-Do può essere usata o divenire un guscio, una corazza che ad un certo punto del nostro cammino dobbiamo far esplodere per fare un passo in più.

Ma per far questo si deve affrontare lo smarrimento e la vulnerabilità che derivano dall'abbandonare gli appigli che ci avevano rassicurato fino ad allora, come chi vuole nuotare deve lasciare la presa dalla riva.

La pratica Zen, o meglio l'educazione Zen, è stata la mina che ha fatto esplodere il guscio a cui ero tenacemente aggrappato.

Molto dell'educazione Zen attraverso la relazione con l'insegnante si basa proprio sul privarsi dei riferimenti e degli appigli abituali in modo da permettere al praticante di cogliere ed esprimere la propria autentica natura.

Praticando Zazen, ho scoperto che l'investigare noi stessi nell'apparente immobilità della contemplazione può divenire il fondamento della conoscenza di sé attraverso l'azione.

Ho scoperto che l'educazione Zen punta a rivitalizzare quell'intuitività primordiale, che è autentica saggezza, di cui tanto parlano nei loro scritti i grandi maestri del *Budo*.

La storia del *Budo* ci insegna come molti guerrieri e maestri siano giunti alla pratica contemplativa al termine della loro carriera.

Io credo che oggi, invece, nella nostra società, si dovrebbe partire da qui: la contemplazione come fondamento irrinunciabile dell'azione.

L'educazione Zen si basa sull'affinamento della postura, dell'armonia e puntualità del gesto che deve scaturire senza l'intermediazione del pensiero.

Vedete che parlo dell'educazione Zen, non solo dello Zazen.

Lo zazen, pur essendo il cuore, il fulcro attorno a cui ruota la pratica Zen, non può essere estrapolato da un contesto in cui è necessaria la relazione, l'incontro con il Maestro, la pratica con gli altri nel Dojo.

Dico ciò perché vedo che oggi si corre il rischio di fare dello Zazen una tecnica di meditazione, da usare, nel nostro caso per esempio, per migliorare la propria abilità nel Karate-Do.

Questo non può essere considerato pratica Zen.

La pratica Zen è innanzitutto pratica comunitaria.

Si dice che l'educazione Zen sia la pratica del vestire, dell'abitare, del mangiare.

Ecco, per quante ore noi possiamo allenarci nel Karate-Do, per quanto impegno e sforzo possiamo mettere in questo allenamento, se i principi della pratica, non traspaiono dal nostro modo di camminare, mangiare, entrare in relazione con gli altri e con le cose, temo che non si possa parlare di autentico *Do*.

Io ho trovato nella pratica Zen la chiave per trasporre in ogni momento della mia vita quotidiana i principi del *Do*.

Ho compreso il senso del Gyoji, della pratica continua, che coincide con il risveglio, ogni momento di pratica è la certificazione del nostro risveglio, si dice *Shusho Ichinyo*.

Nello Zen Soto si parla di *Shikantaza* = solo semplicemente sedere, cioè essere in perfetto equilibrio mente/corpo totalmente implicati nell'azione del sedere.

Questo *Shikan* si deve poi imparare a trasporlo, attraverso l'aiuto dell'insegnante e dei compagni di pratica, nell'essere totalmente implicati, totalmente presenti in ogni azione, e voi sapete bene quanto questo sia fondamentale nella nostra pratica del Karate-Do.

Vi faccio notare come molti riferimenti all'esperienza dello Zen sono già fortemente presenti

nella nostra pratica del Karate-Do.

L'etichetta e i rituali che usiamo praticare nel dojo altro non sono che semplificazioni delle forme usate nel Dojo Zen.

Ancora una volta la pratica Zen ci permette di comprendere e assimilare a fondo l'autentico significato di questi gesti rituali.

Anche il Gasshuku ha implicazioni Zen.

Il termine Gasshuku è composto dal carattere *Gatsu* che significa riunire in armonia (è lo stesso carattere di *Ai* di Aikido, quindi armonia) e *Shuku* che significa 100 persone sotto lo stesso tetto (ad indicare una grande quantità di persone). Nello Zen abbiamo un gesto che usiamo come segno di saluto che si chiama *Gassho*, sempre dal carattere *Gatsu*, e si esegue unendo le mani davanti al viso e inclinandosi e ha il significato di unificare armoniosamente mente e corpo, unificare sé stessi con l'oggetto del proprio saluto, con gli altri.

Quindi la nostra pratica, il nostro esercizio, oggi, al Gasshuku Europeo, non è limitato all'apprendimento e al perfezionamento tecnico ma richiederebbe il plasmarsi entrando in relazione armoniosa con gli altri praticanti, vivere armoniosamente insieme sotto lo stesso tetto.

Lo zen ci insegna anche a vedere tutte le cose e le situazioni da una prospettiva molto ampia e vederne la loro interrelazione.

Per esempio voi potete pensare che il Gasshuku Europeo sia iniziato il 15 o per alcuni il 17 Luglio 2001; invece il Gasshuku per così dire oggi è già compiuto, è il risultato di innumerevoli azioni e cause che risalgono lontanissimo nel tempo e si proiettano nel futuro.

L'organizzazione iniziata molti mesi fa, la Iogkf fondata a Poole 23 anni fa, la pratica assidua del Maestro Higaonna con An'ichi Miyagi sensei, l'incontro di an'ichi Miyagi Sensei con Cho-jun Miyagi Sensei e così via fino a considerare cause che sfuggono alla nostra comprensione.

Non siamo soliti vedere quel che accade da questa prospettiva e allora abbiamo una visione molto limitata della realtà.

Per esempio, voi sicuramente pensate che la vostra pratica del Gasshuku è iniziata quando avete messo piede sul parterre del Palariccia. Invece la vostra prima azione, è stata compilare e spedire il Modulo B, d'iscrizione al gasshuku.

Nello Zen si dice che quando offrite una tazza di tè insieme al tè voi offrite il vostro cuore.

Ebbene, non sapendolo, voi avete inviato via fax il vostro cuore insieme al modulo B.

La concentrazione, la cura con cui l'avete compilato e inviato erano il vostro cuore.

Ecco, lo Zen ci insegna che non ci sono momenti privilegiati per la pratica ma che ogni azione, anche quella apparentemente più banale e quotidiana, deve essere la manifestazione del nostro risveglio alla totalità della vita.

Grazie