

Aikido : un'evoluzione dell'essere

 www.ecole-itsuo-tsuda.org/it/aikido-une-evolution-etre/

manon

January 5, 2018

*Articolo di Régis Soavi pubblicato in
Dragon Magazine (speciale Aikido n° 16)
nel mese di luglio del 2017.*





Itsuo Tsuda davanti al tokonoma.

L'Aikido è uno strumento della mia evoluzione, mi ha fatto evolvere, ho dovuto soltanto seguire con tenacia questa strada che si apriva davanti a me, che si apriva dentro di me. Come tanti altri, sono arrivato a questa pratica per la sua marzialità. Ma la sua bellezza, come anche l'estetica dei suoi movimenti, mi hanno rapidamente affascinato, e questo già con il mio primo professore Maroteaux Sensei. Poi, quando ho avuto modo di vedere Masamichi Noro Sensei, e Nobuyoshi Tamura Sensei, ho avuto la conferma di quello che avevo intuito: l'Aikido era una cosa completamente diversa da quello che conoscevo.

Arrivavo dal mondo del Judo, con le immagini che ci erano state trasmesse, come ad esempio quella del ramo di ciliegio che si copre di neve e che tutt'a un tratto la lascia cadere e si raddrizza. Ero già andato oltre le idee che giravano all'inizio del secolo e negli

anni cinquanta di un “Jiu Jitsu giapponese che trasforma un uomo piccolo e mingherlino in un mostro di efficacia”.

La realtà della mia periferia e soprattutto gli avvenimenti ai quali avevo preso parte negli anni dal '68 al '70 avevano già spazzato via tutte queste immagini. Avevo appena vent'anni quando ho incominciato a praticare l'Aikido, e se il mondo non era certo come lo avrei desiderato, poteva essere cambiato. Potevamo passare dalla barbarie mondiale, con le sue guerre, le sue carestie, le sue incomprensioni tra i popoli, ad una società più umana, una società finalmente pacificata. E ovviamente l'Aikido ce lo avrebbe permesso. Il Maestro Ueshiba era appena deceduto, ma ci lasciava un'eredità incredibile, con una quantità di discepoli giovani o meno giovani pronti a guidarci, ad insegnarci. Faccio parte di questa generazione, piena di queste speranze, dopo la delusione dovuta al disastro di quello che avevamo sperato essere una rivoluzione umanista nel Maggio '68 in Francia. La filosofia trasmessa dall'Aikido risuonava in noi, ci incitava ad essere forti per combattere l'ingiustizia. Come spiegavano i libri di Tadashi Abe e Jean Zin¹, di E. Herrigel², o anche un po' più tardi e a modo suo di K.G. Durkheim³, era un'Arte Cavalleresca. Forse saremmo stati i cavalieri dei tempi moderni... Jigoro Kano Sensei aveva, all'alba del ventesimo secolo, trasformato il Jiu Jitsu in “un'arte”, una via, era stato uno degli iniziatori di questo cambiamento storico ed era riuscito a farlo conoscere. Gli ideali di Kano Sensei dovevano essere trasmessi dall'educazione, l'arte del Judo ne era lo strumento.

O Sensei Morihei Ueshiba si era anche lui evoluto. Come ogni uomo, il tempo, l'età, l'esperienza, ma molto più di tutto questo, la sua illuminazione, questo istante di coscienza, che evocava così bene ed in modo così poetico e che aveva aperto in lui una porta verso l'ignoto.

Dell'Aikido che si era già costruito come pratica marziale, arte del combattimento, ha tenuto la forma, il rigore, ma la filosofia che ne costituiva la base non era più la stessa, iniziava a parlare dell'amore con la A maiuscola, dell'“Amore universale”.

Un'altra dimensione

Quando Tsuda Sensei che aveva già quarantacinque anni incontrò il Maestro Ueshiba che ne aveva settantasei, misurò subito la grandezza di O Sensei, l'intensità del suo messaggio. Poteva capirlo grazie alla sua età, alla sua cultura immensa, e forse anche perché non arrivava dalle arti marziali, ma dal Seitai, che studiava con Haruchika Noguchi Sensei⁴ già da una quindicina di anni. Profondamente pacifista, aveva anche subito in età adulta, la Seconda Guerra mondiale, con il suo corteo di massacri e la sua tragica fine nucleare.

Con Itsuo Tsuda scoprivo qualcosa di diverso da quello che avevo appreso fino ad allora. Non si trattava di esercitarsi o di integrare delle tecniche e di ripeterle all'infinito. Ci presentava qualcosa di diverso, un'altra dimensione. Il suo talento era nella respirazione, il ki, questa nozione così misteriosa, che con lui, diventava estremamente concreta, comune, quasi banale.

A causa, e soprattutto grazie a questo, il mio Aikido evolveva, la mia pratica si trasformava. Avevo sentito parlare dell'aspetto religioso dell'Aikido, del rapporto che il fondatore aveva coltivato con l'Omoto-kyo fino alla fine della sua vita. Questo aspetto è stato rifiutato da alcuni aikidoka. Le religioni non erano più di moda ed in ogni caso non bisognava mescolare le cose, bisognava sbarazzarsene, ritornare indietro, alle origini, al combattimento, alla dura realtà della vita e quindi più o meno alla giungla. Gli avvenimenti

recenti non gli danno forse ragione, con la loro violenza, ed i suoi corollari, il suo corteo di protezioni, la tendenza al ripiegamento su se stessi, sui propri interessi?

Il mio maestro ci proponeva una prospettiva tutta diversa. Parlava spesso della sua immensa ammirazione per il Maestro Ueshiba. Ci diceva che lui stesso stava cercando nella direzione che gli aveva dato il suo maestro. Ci guidava verso il sacro, non verso il religioso ma verso il sacro, era la sua maniera di insegnarci l'arte del misogi,⁵ di trasmettere un messaggio a questo piccolo gruppo di Francesi che ignoravano, all'epoca, tutto o quasi delle tradizioni e della cultura giapponesi.

L'Aikido evolve

Se l'Aikido si è evoluto, dobbiamo per questo classificarlo oggi tra le tecniche di benessere, di rilassamento o di gestione dello stress? La filosofia della nostra arte forse non ha finito di sorprenderci, per chi sa scavare, ed andare alla radice dell'essere umano, grazie a questo formidabile strumento. Se l'Aikido evolve è attraverso il nostro incontro con esso, perché ogni giorno, ogni mattina precisamente, durante ogni seduta ci mettiamo in armonia con l'altro, gli altri, e di conseguenza con l'Universo.

L'Aikido è multiplo ma il suo fondamento è "UNO", è per me una ricerca, un approfondimento della mia respirazione, della mia percezione del ki. Perché il cambiamento che si produce dentro di noi è la scoperta del mondo del ki.

L'Aikido evolve perché io evolvo. La mia comprensione lo fa evolvere in me.

La nostra arte ha fatto molto più che evolversi, si è radicalmente staccata dalle sue origini, ha cambiato orientamento, ha cambiato il "nostro" orientamento.

La mia domanda è quindi: dobbiamo far evolvere l'Aikido perché non è più adatto alla nostra epoca? Il mondo è cambiato certo, i suoi valori non sono più gli stessi, ma gli individui sono realmente cambiati? Oppure vogliono una volta ancora uscire dall'impasse in



Per Régis Soavi, l'Aikido, è l'approfondimento della percezione del ki.

cui la società li ha portati?

Soffocare il nostro mondo interiore per sopravvivere o risvegliare il nostro mondo interiore per poter vivere.

Se tante persone cercano oggi in direzioni diverse da quelle che ci propone la società, non è per farla continuare così com'è, ma proprio perché desiderano cambiarla. Cambiarla per andare avanti e non per tornare indietro. Ma andare avanti non vuol dire fare tabula rasa del passato, al contrario. Bisogna saper approfittare dell'esperienza di questo passato, perché ci sono radici sane, non tutto è da buttare alle ortiche. In una società in cui gli individui sono diventati intercambiabili, ci sono dei valori eterni che possiamo conservare o ritrovare, ovvero riappropriarcene. Uno di questi valori è l'individualità, la differenza e la ricchezza delle persone che non chiede di meglio che di sbocciare. L'Aikido è qui per permettere loro questo sbocciare. Per questo sarà necessario lavorare sulla sensibilità, bisognerà ritrovarla nei meandri del nostro inconscio, del nostro involontario, di quello che fa di noi degli esseri umani, e non dei robot.

Il mondo dell'Aikido è per la maggior parte un mondo maschile, la sua evoluzione si farà anche attraverso il riconoscimento reale del femminile, come un mondo con valori propri, così vicino e allo stesso tempo così lontano.

Questo riconoscimento di un mondo che ha mantenuto un contatto con la vita nella sua semplicità, nel suo lato primitivo e propriamente istintivo può aiutarci a ritrovare noi stessi. Finiremo forse con l'apprezzare quello che sarà un vero equilibrio, basato su un'uguaglianza reale e non dettato da convenzioni antiquate. Un'uguaglianza dove la comprensione della differenza permette di apprezzarla.

Parlo della nostra evoluzione, quella che ci è indispensabile per andare avanti. I più grandi maestri non sono né aggressivi né violenti, al contrario. Anche se si parla della loro potenza, viene fatto l'elogio della dolcezza di Tamura Sensei, di Noro Sensei, di O Sensei Morihei Ueshiba, di Itsuo Tsuda Sensei. Senza che questo li sminuisca in alcun modo, senza che questo pregiudichi la loro forza, la loro personalità, al contrario. Se dovessimo trovare una via che ci porti alla pace, non sarebbe forse in questa direzione che dovremmo guardare?

L'amore di cui parla il fondatore non è qualcosa che si impara, questo Amore universale emerge dall'essere umano sincero quando si è sbarazzato da tutto quello che ne impediva l'emergere. Le sue debolezze, la sua condiscendenza, le sue paure, le sue rigidità, e tante altre cose. Ognuno di noi può fare la propria lista. Emerge dal più profondo di noi, a volte all'improvviso, sempre perché abbiamo abbandonato le nostre prerogative. Questo amore è ben lontano dall'essere un punto d'arrivo in sé, non si può misurare, la sua dimensione non è calcolabile, così può crescere mano a mano che il nostro respiro si approfondisce, che penetriamo un po' di più in quella che chiamerò una dimensione supplementare: la sensazione concreta del ki. Al di là delle tre dimensioni a cui siamo abituati, e senza entrare nella quarta dimensione dei romanzi di fantascienza. Questa dimensione che è la sensazione fisica del ki in ogni sua forma, ci apre le porte verso una percezione più fine, più precisa del mondo. Un mondo in qualche modo allargato, un mondo che intuiamo e di cui abbiamo la chiave. Un mondo di libertà per noi e che si estende intorno a noi, che libera tutti quelli che vogliono cercare e lasciarsi guidare dalla loro intuizione, dal loro kokoro⁶, e dalla loro intelligenza in profondità.

La percezione di questa dimensione mi sembra essere un'evoluzione logica che deve derivare dalla natura stessa della nostra pratica e per questo dobbiamo dirigere tutta la nostra energia in questa direzione. Dobbiamo operare senza sosta perché i nostri allievi, e per estensione le persone che li circondano, possano beneficiare di questa scoperta.

L'Aikido: sport olimpico, arte di combattimento o tecnica di rilassamento?

Qual è il futuro di questa pratica? Se ha un passato glorioso sembra che oggi attirino sempre meno persone. Forse le rigidità amministrative dello Stato francese hanno bloccato l'entusiasmo delle generazioni passate. La scolarizzazione della società, già denunciata da un filosofo come Ivan Illich⁷ negli anni '70, fu applicata nell'insegnamento dell'Aikido, con i suoi programmi, i suoi esami, le sue ricompense. Questa idea di progressione basata sulla performance ha spesso, passato l'entusiasmo dell'inizio, stancato i giovani praticanti. Quelli che praticano da tanto tempo e ripetono sempre la stessa cosa non vedono più verso cosa stanno andando e a volte sono delusi da quest'arte che non ha portato loro quello che avevano creduto d'intravedere all'inizio. I nostri maestri e i nostri predecessori che avevano conosciuto O Sensei avevano visto qualcosa'altro in questo uomo fuori dal comune. Sapevano che l'Aikido non si riduceva ad un'efficacia miracolosa dovuta a concatenazioni di tecniche eseguite sempre più velocemente.

Come arte di combattimento, senza gli anni di allenamento quotidiano, è molto spesso un'illusione, e anche con gli allenamenti intensivi, rimane comunque un'illusione. Anche i meglio preparati non possono garantire niente, perché tanti fattori entrano in gioco in un incontro violento. Si può allora lasciarsi andare a paragonare le differenti arti: Boxe Inglese, Cinese, Tailandese, Jiu Jitsu Brasiliano, Vale tudo, ecc., ognuno può tirare a sé la coperta argomentando. È la polemica verbale, e a volte finisce sul ring in un confronto ben lontano dagli ideali dei nostri poveri maestri, il cui unico desiderio mentre ci insegnavano quest'arte era di farci diventare esseri umani a tutti gli effetti, donne e uomini di valore. L'Aikido, con i suoi valori umanisti, era portatore di speranza nel ventesimo secolo, trovava un'eco nella nuova generazione che usciva dall'oscurantismo antiquato del conformismo. L'epoca lo ha trasformato, non ha saputo, potuto, resistere alle sirene della modernizzazione, dell'ognuno per sé, del cocooning o del ritorno al passato verso i valori-rifugio del tipo autorità, condizionamento, spirito di competizione.

L'autonomia



L'autonomia non si insegna, si scopre.

L'autonomia non si può insegnare, si scopre allo stesso modo delle capacità individuali, ma ci vuole tempo. Bisogna essere guidati, ma non forzati. Serve libertà, non lassismo. Forza senza rigidità. Infine, se sappiamo proporre questo in dojo che siano indipendenti dallo Stato, dalle Regioni, dai Comuni, dalle organizzazioni varie, allora vedremo persone riunirsi, per evolvere insieme grazie alla nostra pratica. Se non si dimentica che l'asse principale della nostra ricerca è il ki, le sue manifestazioni, la comprensione della sua importanza, il suo utilizzo attraverso la sensazione della vita che ci anima.

L'essenziale è nella scoperta della direzione da seguire, quella che ci porta all'autonomia, alla realizzazione dell'Essere nella semplicità.

Posso così fare mie le parole dell'Internazionale di Eugène Pottier⁸, come quelle della Dichiarazione dei diritti della donna e della cittadina di Olympe de Gouges⁹ o quelle di Gesù di Nazareth o anche quelle di Buddha. Basta che io ne faccia una lettura non di parte ed aperta. Se l'Occidente ha una mente manichea, è completamente diverso in Oriente. Senza idealizzare l'uno o l'altro, la nostra ricerca deve portarci ad afferrare il meglio di ogni cultura. Il nostro mondo non è dei più allegri, ci mostra ogni giorno, attraverso i media, il suo volto spesso così deformato, con il suo carico di incomprensioni, di difficoltà e anche di orrori. Se è difficile agire efficacemente sulla società a livello mondiale, invece, possiamo agire a livello regionale, intendo dire vicino a noi, nel nostro entourage.

L'Aikido, se si sviluppa nello spirito di cui ho provato a dare un'idea, può essere uno strumento formidabile per rendere la nostra società più umana, più tollerante, ed anche più accogliente. È un'arte eccezionale che non chiede altro che svilupparsi. Siamo noi insegnanti di oggi che dobbiamo dare risposte, dare una direzione sana alla nostra pratica, con franchezza, senza nasconderci dietro ideologie o idee preconconcette, per poter essere all'altezza di quello che abbiamo ricevuto dai nostri maestri.

Note

- 1 Jean Zin et Tadashi Abe, La vittoria attraverso la pace.
- 2 E. Herrigel, Lo Zen e il tiro con l'arco.
- 3 K. G. Durkeim, Hara, centro vitale dell'uomo.
- 4 Noguchi Haruchika (1911-1976) è il fondatore del Seitai.
- 5 Per Ueshiba Morihei l'Aikido è un Misogi, una pratica di purificazione del corpo e della mente.
- 6 Il termine kokoro esprime un concetto, ha quindi un significato più esteso rispetto ai suoi equivalenti "cuore" "anima" o "spirito" spesso utilizzati per tradurlo.
- 7 I. Illich, Una società senza scuola (titolo originale: Deschooling Society).
- 8 Eugène Pottier (1816-1887) autore di L'Internazionale, canto rivoluzionario le cui parole furono scritte nel 1871 durante la repressione della Comune di Parigi, sotto forma di un poema alla gloria dell'Internazionale operaia.
- 9 Olympe de Gouges (1748-1793) ha lasciato numerosi scritti a favore dei diritti civili e politici delle donne e dell'abolizione della schiavitù.