



ASSOCIAZIONE
ITALIANA SHOJUKAI

心菜会



LA CULTURA DEI SAMURAI

DOTT. PAVANI GIUSEPPE

*Se spíngge tíra,
se tíra spíngí;
ma
se spíngono assorbí,
se tírano entra*

M° PAVANI GIUSEPPE

BU JUTSU

Nella lunga storia dell'arte giapponese della guerra esistono moltissime e diverse forme, metodi, armi, ognuno dei quali costituisce una particolarità specifica. Ogni specializzazione è detta JUTSU cioè "Arte" o "Tecnica" che indica il modo particolare in cui vengono compiute certe azioni.

Spesso una specializzazione veniva identificata con il nome dell'arma usata dai praticanti oppure dal modo particolare di usare un'arma.

Le specializzazioni dell'arte marziale giapponese sono state perfezionate durante il periodo feudale della storia giapponese; tale periodo comprende circa nove secoli (dalla fine del IX all'inizio del X secolo fino alla Restaurazione Meiji quando l'età feudale fu proclamata ufficialmente chiusa).

BU JUTSU e BUI-JUTSU, *ARTE MEDICA DEL GUERRIERO*.

Il termine Bu-jutsu raggruppa tutte le tecniche e le conoscenze che un samurai doveva possedere per riuscire ad assolvere i propri compiti sociali, morali, politici e amministrativi. Il termine è legato soprattutto agli aspetti tecnici, pratici e strategici di tali arti (se fosse inteso come fine educativo o etico diventerebbe Do, o Via). Il Bu-jutsu proviene direttamente dall'antica cultura dei samurai ed è legato all'antica medicina orientale Bu-I-Jutsu (I-gaku significa medicina) comprendeva i principi e le pratiche per ottenere il benessere personale inteso come equilibrio corpo-mente-spirito. Infatti il Bui-Jutsu esercita e mantiene con costanza lo spirito, il corpo attraverso l'allenamento del movimento fisiologico del fisico in quanto quest'ultimo rappresenta uno specchio del nostro spirito. Le tecniche che comprendono la pratica del Buido si muovono sui meridiani energetici che attraversano il corpo (keiraku) e, sia quando viene usato a fine terapeutico sia per la difesa marziale, producono un effetto bene

Lo studio di ciascuna arte comprende l'apprendimento del panorama storico, lo studio dei suoi fattori caratteristici, la filosofia usata per affrontare il combattimento, ecc.

Tali fattori sono divisi in due categorie:

1. Fattori Esterni (tecniche di combattimento, ecc.)
2. Fattori Interni (controllo del Ki, ecc.)

L A RESPIRAZIONE E IL MOVIMENTO

La respirazione è la prima forma di vita: una respirazione scorretta, il mancato movimento di muscoli e articolazioni porta a un progressivo peggioramento del movimento di tutto il nostro corpo che sfocia anche a livello mentale nella lentezza, nella cattiva concentrazione per le attività quotidiane. Quindi il movimento è alla base della nostra vita; senza movimento si diventa facili prede di squilibri. Un corpo allenato al movimento riesce ad evitare squilibri ma se l'allenamento è eccessivo il movimento del fisico può comunque essere compromesso: Per questo motivo, ogni pratica deve essere effettuata senza eccessi e in modo morbido, attraverso l'uso razionale dei meridiani energetici.

In giapponese Waza ovvero "esercizio benefico" rappresenta l'uso corretto del movimento corporeo secondo natura e teso al beneficio personale.

KEIRAKU BUDO

E' la scuola marziale nei meridiani orientali dove i punti sensibili (Kyusho) sono intesi come "punti di offesa" quando vengono colpiti violentemente e "punti di cura" quando vengono trattati in modo morbido attraverso la pressione.

Il Keiraku Budo è sia esercizio marziale sia cura del proprio corpo e andrebbe praticato con costanza nella vita quotidiana. In fatti, ogni tecnica di movimento del corpo ha lo scopo di allenare il fisico ad ogni attività (fisica e mentale) attraverso l'esercizio tenace di tutti i meridiani energetici. Il termine Buido racchiude i caratteri cinesi del Bu-Do all'ideogramma I-Do che rappresenta l'arte medica tradizionale. Quindi Bu-Do e I-Gaku sono compresi in Buido che deriva storicamente dal Bu-I-Jutsu tradizionale.

BUDO CLASSICO

1. Il Budo non deve essere inteso come strumento di attacco o per sviluppare la forza fisica e muscolare.
2. Il ruolo del Budo è pacifico in quanto coltiva la pace e il benessere fisico e spirituale e mira alla creazione di un ambiente sociale che riesca ad eliminare tutti quegli elementi che possono portare ad un conflitto.
3. L'efficienza marziale del Budo si fonda sulla pratica dei principi della medicina orientale attraverso i quali una persona di qualsiasi età, sesso e forza può riuscire a preservare il proprio benessere.
4. Le tecniche del Budo consistono nell'applicazione di tre movimenti base del corpo: perpendicolare, circolare, curvilineo e tutte le loro combinazioni e varianti.
5. Il punto più importante del Budo consiste nell'antica tradizione dei punti sensibili attraverso i quali si può far perdere coscienza ad un avversario o paralizzarlo agendo direttamente sugli organi interni.
6. Il Budo originale usa solo le potenzialità dell'uomo (unione corpo-mente-spirito) e non comprende attrezzi.
7. Il Budo, in quanto tecnica di difesa, ha come scopo l'annullamento dell'attacco.
8. Il Budoka non usa mai le proprie tecniche per iniziare un attacco. Ognuno sarà il Maestro di se stesso nel perfezionamento delle pratiche la cui strada viene solamente tracciata dal Maestro.

KYOU KEN-JUTSU Arte della salute

L'irrigidimento progressivo del diaframma e la poca elasticità è tra le cause principali degli squilibri agli organi interni. Con il movimento funzionale attraverso l'energia dei meridiani l'uomo riesce ad usare in modo ottimale ogni parte del corpo, del sistema osseo e muscolare in modo da potenziare le facoltà mentali.

La causa principale degli squilibri energetici risiede nella cattiva funzione degli organi interni e nei rapporti di ciascuno con tutti gli altri. In genere, la causa del malessere è spesso dovuta a degli errori dietetici oppure è da attribuire al clima in cui si vive e a uno scarso movimento corporeo. Il rimedio più efficace consiste nel ritrovare l'equilibrio:

- fra l'intestino e tutti gli organi interni
- fra gli organi interni e l'ambiente naturale
- attraverso un'alimentazione naturale

In seguito sarà lo stesso organismo e intraprenderà la via della guarigione.

Il Kyou ken-jutsu dell'antica tradizione orientale nasce parallelamente all'ascetismo marziale orientale per il benessere delle condizioni del corpo e della mente. Se gli organi funzionano in modo corretto nutrono la mente che permette allo spirito di guidare l'uomo. Infatti, una mente libera gestisce e salvaguarda al meglio le funzioni degli organi interni che sono considerati l'emanazione fisica dello spirito da cui proviene il corpo fisico.

KARADA-KOKORO-CHISHIKI corpo-mente-conoscenza rappresentano la base delle pratiche per il benessere psico-fisico.

Applicare in modo corretto le tecniche per il movimento lungo i meridiani energetici e nei punti sensibili (punti vitali) è la base del movimento tecnico sopra il quale sorgeva ogni scuola classica del Bujutsu d'oriente (dal Wu-Shu cinese all'Aiki-Jutsu della tradizione dei Samurai Nobili).

Concetti principali del kyou ken-jutsu

Il Kyou ken-jutsu si basa principalmente sulla cura del corpo (Seitai-Jutsu) in quanto strettamente e indissolubilmente legato alla mente e allo spirito. Per questo, l'arte del Kyou ken-jutsu cura l'uomo nella sua globalità attraverso il concetto di "controllo della vita" e basandosi sul libero uso dei meridiani orientali. Infatti, i malesseri che, in Occidente, vengono comunemente definiti "malattia" sono manifestazioni di disfunzioni che l'uso delle tecniche naturali del corpo mirava (sia in Oriente sia in Occidente) a prevenire e a sanare attraverso la gestione libera dell'energia vitale (Ki in giapponese; Qi in cinese). Il controllo globale del Ki nel linguaggio dell'antica classe dei Samurai veniva definito "Ai-Ki" (gestire l'energia vitale) oppure "Ki-Ai" (l'uso pratico dell'energia). Questo concetto venne riproposto e approfondito da uno degli ultimi samurai Takeda Sokaku. Il concetto di Bujutsu classico non può essere diviso dalla gestione globale dell'energia vitale in quanto, solo in questo modo, si può raggiungere la piena funzionalità di tutti gli organi interni e dei sistemi che vi sono collegati.

Il kyou ken-jutsu colma i pericoli causati dalle carenze energetiche attraverso lo studio e la pratica costante di tecniche fisiche e spirituali. Per questo, i samurai (che erano funzionari di stati) lo presero direttamente dalla cultura cinese della tradizione per gestire la comunità a tutti i livelli (culturale, sociale, burocratico, giudiziario). Infatti nell'epoca Tokugawa il Giappone riuscì ad avere ben trecento anni di pace interna ed esterna sotto il controllo dei samurai.

In questo contesto, la pratica dell'arte marziale deve favorire lo sviluppo del corpo e della mente in senso armonico tramite l'esercizio razionale del movimento funzionale dell'uomo. Il Bu-jutsu non è mai stato l'arte della guerra ma una pratica di difesa a scopo ascetico contro i pericoli.

MINOUCHI SOICHI (Nagasaki 1902 -Tokyo 1991) studioso e ricercatore della tradizione marziale e culturale dei samurai.

Il casato dei Minouchi per ben cinquecento anni si dedicò allo studio della cultura classica cinese.

La famiglia di Minouchi è storicamente legata alla scuola Koga-Ryu Ninjutsu che appartiene ad uno dei due gruppi "Ninja". Il Koga-Ryu Ninjutsu è formato da cinquantatre famiglie di samurai che tramandavano i segreti interni alla propria casata e costituivano altrettante scuole Ninja raggruppate sotto il nome di Koga -Ninja. Tra le più rinomate di queste famiglie c'era il casato dei Mochizuki che venne ufficialmente ingaggiato dallo Shogun governatore militare Yemitsu come guardia del corpo personale.

Il nonno trisavolo di Minouchi faceva parte dei Koga Ninja e poi entrò a far parte della casata Minouchi prendendone il nome e continuando a tramandare l'attività e la storia culturale della famiglia.

In origine, la famiglia Minouchi era composta da commercianti erboristi di Kyoto, città nella quale era permesso abitare solo alle persone di grande livello culturale. La famiglia Minouchi produceva e raccoglieva erbe mediche (l'erboristeria è sempre stata legata alle arti marziali) e riforniva le erboristerie locali, mantenendo stretti rapporti con i Daimaru, attivi ancora oggi in Giappone nel campo commerciale.

La casa di Kyoto dove viveva la famiglia Minouchi e dove crebbe Soichi era strutturata secondo i criteri dei Ninja ovvero c'erano porte e uscite segrete, trabocchetti, ecc.

I segreti della casata Minouchi vennero tramandati a Soichi direttamente dal padre che insegnò al figlio anche le conoscenze dei Ninja per l'interno della casa.

Gli studi di Minouchi comprendevano i libri di Miyamoto Muzashi ("*I cinque anelli*"), i classici della cultura della medicina cinese (Kampo) e dell'arte marziale primi fra tutti i testi (che Soichi leggeva ad alta voce come nei monasteri) di Confucio e delle ideologie dell'Estremo Oriente.

Quando nel 1945 scoppiò la bomba atomica americana sopra la base militare di Nagasaki anche la famiglia Minouchi ne fu colpita e Soichi fu l'unico superstite mentre l'intera famiglia morì nell'esplosione. Soichi aveva allora ventitre anni e, in seguito, fu anche vittima di un incidente nel quale perse l'uso delle gambe. Nonostante questo, egli proseguì l'apprendimento e la ricerca nel campo della medicina orientale imparata dal padre e riprese a praticare anche le tecniche marziali riuscendo a ripristinare le proprie condizioni fisiche.

Intorno al 1950, dopo la fine della guerra, Minouchi si trasferì a Tokyo dove iniziò a lavorare presso un giornale locale come revisore di bozze (allora questa mansione era di altissimo livello culturale); in seguito, egli stesso divenne scrittore di saggi culturali e articoli, soprattutto legati all'antico Giappone.

Negli anni '60, con l'intenzione di tramandare e diffondere le conoscenze antiche che si andavano perdendo, creò con alcuni collaboratori la rivista "*Budo Times*" per divulgare lo spirito più autentico del Budo della tradizione della classe dei Samurai nobili di cui egli stesso era uno degli ultimi portatori diretti.

Minouchi iniziò a viaggiare in tutto il Giappone alla ricerca dei capiscuola (Soke) delle tradizioni dei propri casati e degli antichi custodi delle conoscenze autentiche del Budo in modo da poter avere, attraverso le referenze della famiglia Minouchi, le informazioni che gli servivano per poterle poi tramandare alle generazioni future. In questo periodo egli raccolse molto materiale che raggruppò nel suo libro "*Nihon Budo No Genryū*" ("*Origini delle arti marziali in Giappone*").

Nel frattempo, Minouchi continuò il suo percorso di ricerca della medicina marziale (Budo-Igaku) legata allo spirito più autentico del Budo tradizionale di Bodhidharma, collegato alla tradizione Zen-Budo dei samurai, riuscendo a perfezionare sempre di più la scuola marziale dei meridiani orientali, il Keiraku Budo.

ORIGINI DEL BU JUTSU

Durante il periodo Heian (794-1185) si consolidano i CLAN, una delle più antiche unità sociali della storia dell'umanità; questa è l'epoca dei clan originari (UJI) e dei titoli ereditari (KABANE o SEI). Tali unità nascono dall'età degli dei (KAMI NO JO) e da una mescolanza di tribù di cui si conosce ben poco. Da alcune ricerche, sembra che esistessero due tribù principali:

1. Ramo imperiale: un clan che comprendeva i clan dell'imperatore e dei Nobili (Kobetsu)
2. Ramo divino: un clan che comprendeva gli altri sudditi

Al di sotto di questi due principali gruppi di tribù nobili c'era la "massa" del popolo che formava il Ramo straniero (Bambetsu).

Ogni clan che apparteneva alla stessa tribù comprendeva i discendenti diretti e indiretti degli stessi antenati e, perciò, il loro legame originario era di sangue.

Ciascun gruppo venerava le proprie divinità (Uji-Kami) e cercava di imporle agli altri; inoltre, esso era formato da una casata o famiglia centrale dominante che gli dava il nome e da varie unità affiliate conosciute come Tomo o Be.

Quando l'attività militare venne delegata sempre di più ai sottocapi, la capacità di stabilire i contatti con gli dei e placare le forze celesti divenne il requisito primario del capo supremo del clan e, al massimo grado, dell'imperatore. Ogni clan che, in seguito, riuscì a svilupparsi trovò la sua forza nei poteri mistici dei suoi capi.

IL DIPENDENTE MILITARE: IL SAMURAI

Samurai: "colui che serve" (vassallo nella nostra cultura).

Un tempo, il titolo di samurai era assegnato ai capi dei clan armati del Nord e, in forma lievemente modificata, ai guerrieri dei clan aristocratici legati alla corte imperiale durante il periodo Muromachi. In origine era detto Samoa e, in seguito, venne foneticamente contratto in Samurai; tale termine venne esteso ad indicare tutti i guerrieri autorizzati a portare la spada lunga (Katana) e la spada corta (Daisho) al servizio di un signore e venne tradotto come "uno che presta servizio" e dovevano averle sempre con sé.

La funzione primaria che erano chiamati a svolgere professionalmente consisteva nell'eseguire gli ordini impartiti dai superiori cui avevano votato la propria fedeltà e quella delle loro famiglie.

Questi guerrieri agli ordini dei propri daimyo (signori) erano strutturati all'interno di categorie e ranghi il cui numero e la cui importanza variavano secondo la posizione del loro padrone nella gerarchia centrale provinciale del Buke, la grandezza e la ricchezza del clan cui appartenevano e la funzione che erano chiamati a svolgere nel loro clan.

Durante il periodo Tokugawa, i samurai avevano già ampiamente dimostrato di possedere tutte quelle caratteristiche che li rendevano oggetto di "incondizionata" ammirazione (quale incarnazione di tutte le virtù virili) oppure di enorme disprezzo e odio (quale strumento del potere di daimyo troppo ambiziosi).

Probabilmente, tali contrastanti giudizi erano anche il risultato della mancanza di riserve nell'impegno di questi samurai in quanto essi onoravano tale incombenza fino alla fine, spesso a costo della propria vita.

Tale osservazione cerca di rendere equilibrato il ruolo dei samurai nella storia ma non assolve i loro padroni e la loro dose di responsabilità dell'uso fatto del samurai e delle sue doti nel corso dei secoli.

Infatti, i samurai erano uomini che "servivano" un daimyo; quindi, la funzione primaria che erano chiamati a svolgere consisteva nell'eseguire gli ordini impartiti dai superiori ai quali avevano votato fedeltà e quella delle proprie famiglie.

Durante il periodo feudale, il legame fra il daimyo e il samurai era talmente vincolante ed esclusivo da diventare un ostacolo per lo sviluppo della classe militare in quanto i vari condottieri combattevano fra di loro (e lo facevano da secoli), andavano avanti ed eseguivano gli ordini senza discutere finché i Tokugawa, riuscirono ad unire tutti i clan sotto la loro sovranità. Tale vincolo

divenne anche un ostacolo per il raggiungimento dell'unità nazionale dopo la restaurazione Meiji del 1868, quando divenne necessario trasferire il legame di fedeltà dal capo del clan all'imperatore. Durante il periodo feudale, il guerriero impegnava la propria fedeltà in una cerimonia i cui riti erano tratti dalla religione indigena del Giappone, lo Shinto, che attribuiva grande importanza al culto degli antenati. L'impegno di fedeltà del guerriero veniva scritto su un rotolo (Kishomon) con un pennello intinto di sangue (keppan) del guerriero stesso; quindi veniva bruciato davanti alle divinità del clan al quale apparteneva e le ceneri venivano sciolte in un liquido e successivamente inghiottite.

Tale impegno veniva trascritto negli archivi del clan e i vari samurai, la sua famiglia e i sottoposti si identificavano completamente con il loro daimyo, i cui desideri, da quel momento in poi, diventavano i loro. Tale azione era detta Junshi e, spesso, decimava il clan, privandolo dei suoi vassalli più valorosi.

Il legame che si stabiliva era talmente forte che, in genere, quando un daimyo moriva molti dei suoi samurai si toglievano la vita per seguirlo anche nella morte.

Questa consuetudine divenne talmente comune che fu vietata per legge e, in tal modo, puniva infliggendo dure punizioni ai familiari del samurai.

Durante la battaglia, il guerriero eseguiva gli ordini del superiore e proteggeva i tentativi di ritirata; nel caso in cui il superiore decideva di sottrarsi alla cattura ricorrendo al suicidio rituale (harakiri o suppeku), il samurai fungeva da secondo (kaishaku) e aveva il compito di abbreviare le sofferenze della ferita mortale del suicida recidendogli la testa con un colpo di spada (e solitamente fuggiva portando con sé la testa del daimyo per evitare che i nemici ne facessero un trofeo di guerra, secondo le consuetudini del tempo).

L'etica militare giapponese era un'eredità del Giappone feudale in cui il vincolo di devozione tra il samurai e il suo daimyo era così assoluto che un attacco contro il secondo rappresentava un attacco anche contro il primo. Il concetto di vendetta istituzionalizzata ovvero la vendetta ufficiale nell'era Tokugawa, era diventata un vero e proprio atto rituale regolato da norme e procedure organizzate nei particolari. Tale concetto diventava particolarmente vincolante nel momento in cui il daimyo era stato ucciso oppure costretto a togliersi la vita: in tal caso, il samurai si assumeva la responsabilità di vendicarlo anche se avrebbe impiegato anni per riuscirci.

In quanto uomo di guerra (bushi), il samurai doveva servire il suo daimyo soprattutto come guerriero. Il suo codice d'onore (Bushido) e tutti i classici ad esso ispirati, insistevano sulla necessità di non soffermarsi a valutare la natura, il significato e gli effetti del comando del superiore.

Inoltre, per aiutare il guerriero a superare la paura istintiva della morte, egli veniva abituato a considerarsi un uomo la cui vita non gli apparteneva, tutta la sua vita al servizio di un capo militare era un continuo "momento di morte" che poteva sopraggiungere in ogni istante.

Il suicidio rituale (harakiri o suppeku) che era considerato come la manifestazione più alta di padronanza del proprio destino e di coraggio di fronte alla morte, rappresentava un grande privilegio per il guerriero giapponese. Iniziato come un semplice atto di auto-annientamento sul campo di battaglia per non venire catturato o ucciso divenne, con il tempo, una vera e propria cerimonia compiuta solo dai membri del buke, seguendo regole di etichetta descritte nei minimi particolari che comprendevano la presenza di un assistente e dei testimoni in modo da sottolineare la natura sociale della cerimonia. Anche le motivazioni del suicidio rituale che, inizialmente, venivano attribuite al mantenimento della padronanza sulla propria vita, nel periodo Tokugawa, si ampliarono fino ad includere anche sensi di colpa per inefficienza, incapacità di compiere il proprio dovere di fronte al superiore, rabbia che non poteva essere sfogata contro la sua vera causa, forma di protesta contro un provvedimento ritenuto ingiusto inflittogli dal proprio signore, ecc.

Ogni forma di suicidio era conosciuta come *Sokotsu-shi*. Esso veniva compiuto usando una lama speciale da affondare nell'Hara (zona posizionata circa tre dita sotto l'ombelico), la parte del corpo che era considerata la sede della vita di un uomo e la fonte della sua energia. Nei periodi più antichi, veniva usata la spada corta (wakizashi) e, successivamente, un coltello speciale che variava di grandezza, forma e decorazioni secondo le circostanze procedurali; il guerriero tracciava un taglio orizzontale dal lato sinistro a quello destro del proprio addome e, se ancora le forze glielo

permettevano, infliggeva un altro taglio dal basso all'alto, prolungando la prima ferita oppure aprendo un nuovo taglio dal centro del primo e proseguendo in direzione della gola.

Il primo taglio aveva lo scopo di recidere i centri nervosi spinali mentre il secondo doveva completare il primo dato che era diretto verso l'aorta.



Proprio perché era difficile ottenere una morte rapida con questo sistema complicato, era diventata consuetudine ricorrere ad un aiutante che, solitamente, era un uomo che apparteneva allo stesso rango, un compagno d'armi; il suo compito consisteva nel decapitare il suicida quando questi aveva completato i tagli rituali.

Il fatto che il bushi fosse totalmente riconciliato con la propria fine lo rendeva un combattente estremamente pericoloso che, molte volte, bisognava frenare in modo che non gettasse via la propria vita in battaglia.

La posizione sociale di un guerriero all'interno del proprio clan natale o in quello in cui era stato assegnato da un superiore, in genere, era immutabile; solo in casi eccezionali egli veniva sciolto dal vincolo di fedeltà e diventava un guerriero senza padrone (ronin). Il

guerriero, invece, che scioglieva tale vincolo senza il debito permesso non poteva essere accettato da nessun altro clan e i capi di tutti gli altri clan erano costretti a riconsegnarlo al precedente daimyo.

EDUCAZIONE E CULTURA DEL SAMURAI

Esiste un altro aspetto molto importante della vita del guerriero ovvero come quest'ultimo viveva abitualmente la vita di tutti i giorni. Innanzitutto, fin da piccolo, egli era educato alla cultura cinese e, soprattutto, ai testi di Confucio, buddhisti e taoisti tra i quali c'erano autori come Sun Zu ("L'arte della guerra"), Musashi ("Il libro dei cinque anelli"), Tsunetomo ("Hagakure") e opere quali il Bushido (il codice comportamentale al quale i samurai venivano introdotti fin da bambini) e il Dhammapada (il canone buddhista); oltre a ciò il guerriero praticava costantemente la meditazione zen, la ginnastica per allenare il Ki e mantenere il corpo, la cura dell'alimentazione e la conoscenza delle erbe (*Kampo*) per conservare l'organismo, la pratica del massaggio (*Anma*) su se stesso e sugli altri per riequilibrare il Ki e liberare il corpo da impedimenti e problemi fisici che lo bloccavano a livello energetico, la pratica costante delle arti marziali vissute quale pratiche fisiche ma anche spirituali per allenare la disciplina (tra queste l'arte della lotta -ju jutsu-; l'arte della spada -ken jutsu-, e molte altre), il controllo, le nozioni di strategia, la respirazione (*Ki ko*), l'arte degli origami, della calligrafia, la cerimonia del the, l'astrologia.

Tali arti rappresentavano il patrimonio "segreto" delle famiglie di samurai ed esse venivano tramandate rigorosamente da padre in figlio e, in tal modo, rimanevano custodite e protette da chiunque tentasse di impadronirsene e carpirne i sistemi.

Sottolineare tale aspetto della vita del samurai è molto importante in quanto aiuta a riscoprire l'esistenza di un'arte unitaria ovvero l'arte della salute (*Kyo ken jutsu*) composta da molteplici e diverse arti con lo scopo comune del benessere corpo-mente-spirito; con il passare del tempo, le tecniche inizialmente unite in quest'arte originaria si sono sviluppate in modo indipendente dando vita a tante discipline oggi conosciute in Occidente come shiatsu, do-in, meditazione, ju jutsu, ecc.

GLI STUDI DEI SAMURAI

Le materie principali di studio:

- Etichetta (Reishiki)
- Classici cinesi (Myokyo)
- Legge (Myoho)
- Calligrafia (Sho, Shodo)
- Matematica (San)
- Composizione e retorica (Monjo, Mongaku)
- Poesia cinese (Shigaku)
- Poesia giapponese (Kagaku)
- Piani e strategia (Shusai)
- Teoria politica (Shinshi)
- Divinazione (In-yo)
- Calendaristica (Koyorni)
- Astrologia (Temmon)
- Musica (Gagaku)
- Medicina e farmacia (Tenyaku)
- Composizione di fiori (Ikebana)
- Cerimonia del the (Chado)
- Alimentazione (Shòjin Ryòri)
- Erboristeria (Kampo Yaku)
- Meditazione (Zazen)
- Arti marziali (Bu jutsu)
- Imposizione delle mani (Te-a-Te)



I CLASSICI CINESI (MYOKYO)

TITOLI:

1. Libri dei Documenti (Shu Ching o Shang, Shu, Shokyo o Shosho)
2. Libro dei Mutamenti (I Ching o Choù i, Ekikyo o Shueki)
3. Annali della Primavera e dell'Autunno (Ch 'un Ch 'iu, Shunju)
4. Testo dei Rituali:
 - a) Libro del Grande Apprendimento (Ta Hsuen, Daigaku)
 - b) Dottrina dei Mezzi (Chung Yung, Chuyo)
5. Classici dei Canti (Shing Ching o Mao Shih, Shikyo o Mosht)
6. Prima sezione degli Annali della Primavera e dell'Autunno
7. Seconda edizione degli Annuali della Primavera e dell'Autunno
8. Cerimonie e Riti (I Li, Girai)
9. Rituali di Chou (Chou Li, Shurai)
10. Miscellanea (Lun Yu, Pongo)
11. Mencius (Meng Txe, Moshi)
12. Classico della Pietà Filiale (Hsiao Ching, Kokyo)
13. Dizionario etimologico (Erh Ya, Jiga)

BUSHIDO

Con il termine "bushido" che vuol dire "via del guerriero" (bushi= guerriero do= via), si intende un codice comportamentale che i samurai si dettero per disciplinare la loro casta. Questo codice venne messo per iscritto da Tsuramoto Tashiro che raccolse le regole del monaco-samurai Yamamoto Tsunemoto (1659-1719) nel famoso testo Hagakure che significa "all'ombra delle foglie". Nel bushido si trovavano elementi confuciani, zenisti, scintoisti; Inazo Nitobe scrivendo il suo bushido nel 1900 ne classifica di due tipi: un bushido confuciano e uno guerriero. La formazione del samurai ideale fu il risultato di varie componenti, religiose, filosofiche, sociali, che interagirono determinandone le regole da seguire. Sarà proprio il buddismo zen a rendere lo spirito del samurai forte come la sua spada. Il samurai doveva dimostrare impassibilità e autocontrollo in tutte le circostanze e per questo si allenava per anni. Grazie allo zen il samurai imparava ad avere padronanza assoluta di se stesso in qualsiasi situazione; lo zen insegnava molte altre cose al samurai, come la magnanimità verso i deboli, i vinti, scrivere poesie o semplicemente ritirarsi a bere del the (cha).

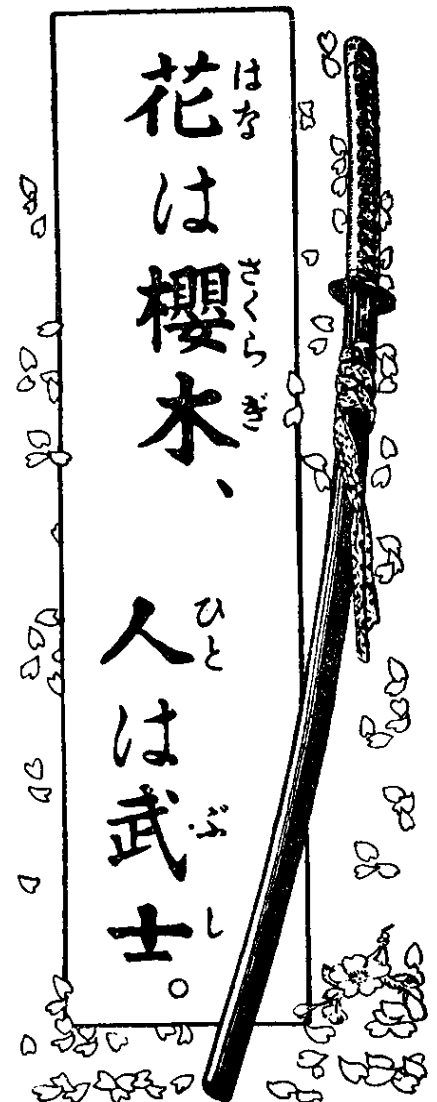
Dall' *Hagakure*: " Un soldato dovrebbe seguire internamente la via della carità ed esternamente quella del coraggio; quindi il monaco impari dal soldato il coraggio e il soldato impari dal monaco la carità ".

Il samurai doveva possedere:

- senso del dovere (*Giri*)
- risolutezza (*Shiki*)
- generosità (*Ansha*)
- fermezza d'animo (*Fudo*)
- magnanimità (*Doryo*)
- umanità (*Ninyo*).

BUSHIDO

1. NON HO GENITORI: CIELO E TERRA SONO I MIEI GENITORI.
2. NON HO POTERE DIVINO: LA LEALTÀ E' IL MIO POTERE
3. NON HO MEZZI: L'OBEDIENZA E' IL MIO MEZZO
4. NON HO POTERE MAGICO: LA FORZA INTERIORE E' LA MIA MAGIA
5. NON HO NE' VITA NE' MORTE: L'ETERNO E' LA MIA VITA E LA MIA MORTE
6. NON HO CORPO: LA FORZA E' IL MIO CORPO
7. NON HO OCCHI: I MIEI OCCHI SONO LA LUCE DEL LAMPO
8. NON HO ORECCHIE: LE MIE ORECCHIE SONO LA SENSIBILITÀ
9. NON HO MEMBRA: LE MIE MEMBRA SONO LA PRONTEZZA
10. NON HO PROGETTI: I MIEI PROGETTI SONO L'OCCASIONE
11. NON HO MIRACOLI: I MIEI MIRACOLI SONO LA LEGGE UNIVERSALE
12. NON HO PRINCIPI: I MIEI PRINCIPI SONO L'ADATTAMENTO
13. NON HO AMICI: I MIEI AMICI SONO IL MIO SPIRITO
14. NON HO NEMICI: I MIEI NEMICI SONO L'IMPRUDENZA
15. NON HO CORAZZA: BUONA VOLONTÀ E RETTITUDINE SONO LA MIA CORAZZA
16. NON HO CASTELLO: LO SPIRITO IMPASSIBILE E' IL MIO CASTELLO.
17. NON HO KATANA: IL SONNO DELLO SPIRITO E' LA MIA KATANA



LA DONNA (ONNA) DEL SAMURAI

La donna aveva, all'interno del clan, un ruolo predominante nella storia e nella direzione degli affari del clan. Il ruolo originariamente predominante della donna, trova la sua prima espressione nella mitologia di quella terra che assegna la supremazia ad Amaterasu, la dea del sole, e conferisce a Izanagi, la femmina, una posizione uguale a quella di Izanami, il maschio, per quanto riguarda il combattimento.

Dalle province, un nuovo tipo di donna, l'esponente femminile del buke, partecipò con gli uomini alla lotta per la supremazia politica e militare. La donna divenne l'espressione primaria le qualità considerate d'importanza fondamentale per la classe emergente dei buke.

La donna del samurai veniva educata ad essere devota quanto il padre, i fratelli ed il marito al loro superiore immediato nella gerarchia del clan e, proprio come i parenti maschi, doveva compiere ogni incarico assegnatole, anche quelli che comportavano l'uso delle armi. A questo proposito, anche nella letteratura del bu jutsu c'è la notizia che la donna del buke veniva addestrata all'uso delle armi tradizionali da usare contro eventuali nemici.

Tra le armi che la donna del samurai destreggiava con destrezza c'era la lancia, sia quella dritta (*yari*) che quella curva (*naginata*), che stava appesa sopra la porta dell'abitazione di ogni militare e che ella poteva usare contro i nemici o gli intrusi scoperti entro il recinto dell'abitato del clan. Era inoltre brava a maneggiare la daga corta (*kaiken*) che, proprio come il *wakizashi* del guerriero veniva portata addosso (nella manica o nella fuciacca); la stessa arma veniva usata dalla donna quando compiva il suicidio rituale: diversamente dall'uomo, la donna si squarciava la gola seguendo le regole del suicidio rituale che diceva anche di legarsi le caviglie in modo che il suo corpo venisse trovato adeguatamente composto. Quindi, il rituale del suicidio (sotto il nome di *Jigai*) era molto familiare alla donna, non meno che all'uomo. La donna accettava con rassegnazione la morte per mano dei parenti maschi o dei superiori e uccideva ella stessa i suoi uomini se, per qualsiasi ragione, erano riluttanti a compiere l'atto rituale.

Inoltre, per la donna del samurai, il suicidio rappresentava anche una forma di protesta che riteneva perpetrata contro di lei da un superiore.

Inoltre, quando era necessario, la donna del buke si assumeva il dovere della vendetta quale reazione alla morte oppure al disonore del proprio signore.

Durante il periodo Tokugawa, la donna rimase comunque molto attaccata alla legge di devozione del clan (*uji-no-osa*) e, per delega, al proprio marito.

Quindi la donna simboleggiava fedeltà, castità, autocontrollo.

RONIN: GUERRIERO SENZA PADRONE

Un ruolo molto importante nello sviluppo del bu jutsu fu ricoperto dal Ronin, il samurai senza padrone.

Quando, durante il periodo Tokugawa, ci fu la dissoluzione di molti feudi, molti samurai furono costretti ad arrangiarsi da soli; questi erano divisi in tre gruppi principali:

- i ricchi subordinati che avevano deciso di rinunciare alla propria posizione
- coloro che erano stati congedati dai propri signori
- i guerrieri allontanati per errori personali o per avidità e che non potevano rivelare il nome del daimyo precedente.

Ma un guerriero passava dalla posizione di samurai a ronin per diverse ragioni. Per esempio, un uomo poteva nascere ronin se era figlio di un samurai senza padrone che non aveva mai rinunciato alla sua posizione di guerriero; oppure un dipendente di un clan poteva diventare ronin se, per esempio, rimaneva senza padrone oppure quando il clan subiva, per diversi motivi, un completo sconvolgimento e ridimensionamento; inoltre, anche quando il Giappone si aprì all'Occidente, molti guerrieri diventarono ronin per servire i complessi occidentali oppure la condizione di ronin poteva venir acquisita quando un samurai entrava a far parte di una corporazione (*za*) e diventava commerciante.

Spesso, abbandonati a se stessi e senza sostentamento, molti ronin insegnavano bu jutsu dietro compenso; a volte si facevano ingaggiare come guardie del corpo (yojimbo) da ricchi heimin, altri vivevano saccheggiando.

Proprio per le condizioni precarie ed imprevedibili nelle quali si trovavano a vivere, i ronin erano dotati di notevole indipendenza e vivacità mentale

Il bu jutsu deve molto a questi guerrieri. Il ronin era il combattente ideale in quanto era abituato a non dipendere da nessuno e a dipendere solo da se stesso e, per questo motivo, era imprevedibile e sempre pronto durante il combattimento, sia con le armi (soprattutto spada e lancia) sia senza (quando veniva sfidato da un samurai affiliato).

Durante il periodo Momoyama, molti gruppi di ronin iniziarono a gravitare verso la città dove guadagnarsi da vivere in un modo qualsiasi spesso diventava preferibile alla sussistenza nella campagna.; spesso divennero capi di molte rivolte contro le figure d'autorità: Anche il clan Tokugawa diffidava dei ronin, guerrieri senza padrone, indipendenti e incapaci di fidarsi e sottomettersi ad un daimyo. Infatti, durante il dominio dei Tokugawa, ci furono molte rivolte guidate dai ronin.

Inoltre, come categoria, i ronin si dimostravano una delle forze più potenti tra quelle schierate contro il sistema Tokugawa.

Per garantire la propria sopravvivenza, il ronin doveva conoscere il bu jutsu il meglio possibile in quanto egli doveva conoscere bene sia i metodi tradizionali di combattimento praticati dalla classe militare sia quelli usati dalla gente comune.

IL HEIMIN

I CONTADINI

Con l'avvento al potere dei Tokugawa, la differenza tra il guerriero (bushi) e il contadino (hyakusho) divenne una parte fondamentale all'interno della stratificazione sociale della società.

Un principio che rimase molto vivo fino all'incirca all'età della Restaurazione fu che "il samurai aveva avuto origine dalla classe contadina e ad essa sarebbe ritornato". Tale principio tenne legata la classe dei samurai con quella dei contadini; infatti, fin dalle origini della storia del buke era molto difficile stabilire una netta differenza tra la massa dei guerrieri di basso rango che formavano le forze armate dei centri provinciali, dei castelli e dei distretti e le masse dei contadini (suddivisi in clan chiusi e che proteggevano il territorio); al termine del periodo Heian tali forze armate erano diventate veri e propri eserciti più o meno permanenti e iniziò a formarsi in questi uomini in senso della propria missione.

Per molti secoli, la massa dei contadini costituì un gruppo potenzialmente ottimo di combattenti.

Oltre a fornire i fanti per le armate imperiali e provinciali che devastarono le sue terre nel corso del tempo, il contadino imparò a difendersi dai gruppi armati dei briganti che saccheggiavano la campagna e dagli esattori del governo.

Tradizionalista per natura, usava anch'egli il severo codice etico del buke ed era anche influenzato dagli ideali confuciani della devozione al padre e al clan.

Inoltre, molti contadini si tenevano aggiornati sugli ultimi sviluppi delle arti tradizionali del bu jutsu (che erano considerate dominio esclusivo del buke).

Il contadino sapeva anche affrontare la morte con un coraggio pari a quello del buke anche se velato di una sottile malinconia propria dell'uomo la cui lotta per la sopravvivenza sua e del suo clan era stata ispirata dal principio della vita.

IL CLERO MILITANTE

Il monaco o sacerdote militante occupa un posto molto importante nella storia del bu jutsu.

La maggior parte delle religioni organizzate, ad un certo punto del proprio sviluppo, avevano assunto una posizione militare. Nei primi periodi della storia giapponese, il fattore religioso era già predominante; infatti, l'ascesa del culto solare del clan Yamato, fino al momento in cui raggiunse una posizione di supremazia sugli altri culti e sull'animismo della religione indigena, lo Shinto, è intimamente unito alle turbolenze politiche del periodo.

Nell'antico Giappone predominava il divino: l'imperatore era il sommo sacerdote dell'animismo sciamanico che era la base dello Shinto e, in seguito, di quella forma ibrida di buddhismo usata da fonti cinesi e imposta dalla corrente imperiale di Nara. Lo scontro fra le due religioni non fu semplice ma si evolse fra molti contrasti.

Una volta inserito in Giappone, il buddhismo si sviluppò in una serie di sette e di scuole nipponizzate, i cui partecipanti molte volte si organizzavano in unità dal carattere spiccatamente militare o paramilitare.

I grandi ordini monastici che vivevano tra le montagne furono tra i grandi protagonisti della storia giapponese dal decimo secolo fino al quindicesimo e al sedicesimo. Inizialmente, tali gruppi sembrano essersi evoluti da piccoli gruppi di eremiti, asceti che, vivendo in solitudine e in luoghi desolati, cercavano di acquisire poteri sovranaturali. Tale ricerca di vari poteri (*ken*) si fuse in diverse metodologie (*do*) che vennero conosciute come "la via dei poteri sovranaturali" (*shugendo*). Come fondatore di tale scuola, le cronache antiche ricordano En no Ozonu, conosciuto come En no Gyoja (En, il praticante). La sua esistenza, avvolta nel mistero e spesso romanzata all'esagerazione, ha di reale che visse, probabilmente, nella seconda metà del settimo secolo, fu un laico buddhista e praticò la magia. Non fondò una scuola ma formò uomini come lui ovvero maghi (*kenya*, *kenza* o *shugenja*) che vivevano in montagna ed erano molto rispettati per l'uso delle pratiche occulte e le tecniche di guaritori.

Molte sette consideravano le montagne quale scenario più adatto per la ricerca della saggezza e per le pratiche magiche.

MERCANTI E ARTIGIANI

Gli artigiani (*shokunin, ko*) ed i mercanti (*akindo, sho*) perché popolavano molti centri rurali e quasi tutti i centri metropolitani, erano anche molto attivi nello sviluppo di specializzazioni particolari del bu jutsu. Ogni membro di un clan doveva essere in grado di combattere sia come coscritto per decreto imperiale sia per difendere la propria unità territoriale. Oltre ai contadini che fornivano il numero maggiore di soldati a piedi anche tutti i membri di un clan, indipendentemente dalla loro professione, dovevano fare la loro parte quando il clan veniva attaccato o entrava in guerra.

Durante il periodo Heian, gli artigiani e i mercanti erano concentrati soprattutto nella capitale e nelle grandi città, o negli immediati dintorni, dove si erano organizzati in corporazioni e gilde sempre più numerose e potenti, ispirate al modello abituale del clan patriarcale.

Con il passare del tempo, molte di tali corporazioni divennero indipendenti, assumendo molto spesso anche aspetti molto violenti nel momento in cui entravano in contrasto con la figura del buke. Finché non vennero a trovarsi al di sotto della classe dei contadini.

Anche nel periodo Tokugawa, i *heimin* vennero relegati all'interno di una società rigidamente classista e molto sorvegliata. Ma, anche se notevolmente sorvegliati, questi gruppi riuscivano comunque a conservare la loro tradizione nel combattimento. Essi avevano infatti creato un proprio codice di comportamento conosciuto come *kikotsu*, forse in contrapposizione proprio a quello dei samurai.

Esistevano anche delle società di combattenti conosciute come *otokodate* (“uomo virile”) e che erano state create quale risposta alla brutalità di molti guerrieri. Spesso tali società si organizzarono in corporazioni dette *machi-yakko* e *maki-gumi*, organizzate verticalmente con un capo militare chiamato “padre”. I makki yakko erano combattenti molto esperti soprattutto nel combattimento per le strade e avevano anche perfezionato alcuni metodi di lotta soprattutto quella disarmata in quanto uno dei loro principali obiettivi erano i guerrieri armati di spada. Essi eccellevano soprattutto nell'uso della lunga pipa; usate nel secolo decimonono, tali pipe erano lunghissime, con le canne protette da vere e proprie guaine (*tsuba*) e venivano infilate nelle cinture

Nel tardo periodo Tokugawa, mentre il potere dei dittatori militari si affievoliva sempre di più e il potere locale si concentrava sempre di più nelle mani degli artigiani e dei mercanti, un processo degenerativo iniziò a colpire queste corporazioni

LA MALAVITA E LE FORZE DI POLIZIA

Fin dall'antichità, ogni clan militare delle province aveva un suo corpo di polizia che aveva il compito di far rispettare la legge e l'ordine all'interno dei confini di potere del clan. Tale funzione si riferiva non solo al controllo esercitato sulla gente comune, sui contadini, sugli artigiani e sui mercanti legati ad un clan, ma anche sui viaggiatori e sui forestieri e ai guerrieri del clan. Quindi tali autorità locali esercitavano la funzione di polizia militare e durante il periodo di pace, cercavano di prevenire e fermare ogni manifestazione di criminalità che potevano eventualmente insorgere.

Soprattutto nel periodo Tokugawa, le forze di polizia vennero elevate a livelli senza precedenti di efficacia e onnipresenza. Per il clan dei Tokugawa, la legge era principalmente quella marziale ovvero aveva un carattere fortemente repressivo in quanto portava alle estreme conseguenze i principi di ogni legge relativa alla conservazione di certe forme legali, sociali, civili e militari.

I FATTORI ESTERIORI DEL BU JUTSU

SHAOLIN-SSU E BUJUTSU CLASSICO

L'arte marziale orientale risale a ben cinquemila anni fa in India. Quando venne fondato il buddhismo, il Vajramushti indiano era sviluppato come arte marziale ben definita; infatti anche il Buddha, che praticava queste tecniche essendo un Cavaliere, lo incluse nella sua filosofia, sicuro della sua efficacia come pratica di allenamento del corpo e della mente.

Quando il buddhismo si diffuse anche in Cina era già trasformato rispetto alla sua origine indiana in quanto predicava il raggiungimento della salvezza attraverso la fede, allo scopo di raggiungere il paradiso dopo la morte e non nella vita di ogni giorno.

Ma il ventottesimo rappresentante del Buddha (Bodhidharma) cercando di ritornare agli insegnamenti originari, andò in Cina nel 526 d.C. senza però ottenere il consenso dell'Imperatore che non capiva la mentalità che si basava sulla meditazione (Zen) e l'introspezione intuitiva (Satori). Allora Bodhidharma iniziò a pellegrinare fino a quando si fermò al "Tempio della foresta piccola" (Shaolin) che era un monastero situato fra le montagne nella regione settentrionale della Cina, oggi denominata Honan.

Il buddhismo che insegnò e praticò Bodhidharma in questo luogo venne poi conosciuto come setta buddhista Chan e nel 1191 venne anche introdotto nel Giappone feudale controllato dai samurai.

Il Wu-shu era una "meditazione attiva" e venne usato come complemento per le lunghe ore di meditazione statica (Za-Zen) che rendevano debole il fisico dei praticanti.

Quindi il buddhismo sviluppato da Bodhidharma metteva sullo stesso piano la meditazione spirituale (Za-Zen) e l'attività del corpo (Wu-shu). Il Wu-shu dello Shaolin venne mantenuto segreto e insegnato solo a chi prendeva i voti al monastero Shaolin; infatti, l'arte del Wu-shu era considerata parte dello Zen e non tecnica singola di combattimento.

Le continue persecuzioni del Governo a causa della paura dell'imperatore nei confronti delle tecniche segrete del Wu-Shu e diversi incendi al tempio, portarono alla distruzione dello Shaolin e alla conseguente dispersione dei monaci. In seguito a questo, molti monaci si convinsero ad insegnare una parte delle tecniche segrete del Wu-shu alle masse per riuscire comunque a svilupparlo ma contribuendo anche alla sua dissacrazione.

A questo punto il Wu-shu aveva perso ogni elemento di sacralità che lo contraddistingueva nelle sue origini e si diffuse in tutta la Cina dove erano andati i monaci. Inoltre, non potendo più usare il nome proibito di Shaolin, il Wu-shu si divise in una grande quantità di denominazioni e si sviluppò nelle diverse regioni dove acquisì nomi locali con cui venne poi diffuso fino ai nostri giorni.

Le tecniche originarie vennero così insegnate in modo incompleto e frammentario, sottoposte anche a numerose modifiche personali, senza più nessun legame con il tempio Shaolin. Quest'ultimo venne distrutto dall'Imperatore durante la sua campagna anti-buddhista per poi essere ricostruito nel corso del VII secolo ma non si sa con certezza se il Wu-shu dello Shaolin venisse praticato.

Durante la dinastia Tang, il numero dei monaci aumentò molto e i praticanti operavano soprattutto nelle organizzazioni anti-governative ma non esistono tracce della presenza del tempio Shaolin.

Dal 1200 fino al 1900 il Wu-shu attraversò un periodo fortunato in quanto diventò il sistema nazionale di combattimento e quest'arte continuò a essere parte integrante dell'addestramento della massa di ribellione popolare fino all'inizio del XX secolo anche se, fino all'ultimo Imperatore dinastico, furono creati editti per sopprimere la sua pratica nel territorio della Cina.

In seguito agli editti imperiali che ne mettevano fuorilegge i praticanti, dal 1730 il Wu-shu sembra scomparire anche se rimane vivo nella veste di arte marziale effettiva in molte associazioni o società segrete.

La rivolta dei "boxer" nel 1900 fu il risultato dell'attività di queste società segrete che uscirono allo scoperto per dare vita all' "Alleanza dei boxer cinesi" (praticanti marziali che "lavoravano di pugno"). I "boxer" erano sostenuti dal sentimento popolare di mandare via l'oppressore straniero dalla Cina e, inizialmente, vennero appoggiati anche dall'imperatore ma, nel momento in cui il capo del governo capì che la sconfitta era vicina, si schierò contro di loro per salvaguardarsi dalle vendette del regime straniero che stava vincendo.

Quando si trovarono senza l'appoggio imperiale, i boxer dell'ultima tradizione Shaolin furono definitivamente sconfitti e ciò rappresentò la definitiva eliminazione del Wu-shu cinese. Alla fine contribuì anche il governo cinese che, sotto il controllo straniero, cercò di abolire in modo definitivo ogni pratica marziale attraverso la chiusura dei luoghi di pratica e giustiziando i loro capi. Da allora, non si ebbero più notizie del Wu-shu fino al primo grande torneo di arti marziali della repubblica cinese di Mao dove l'unico accenno alla tradizione fu un'esibizione coreografica ispirata alle danze popolari antiche.

Il Wu-shu (Budo) ascetico dello Shaolin (in giapponese Shorinji) si diffuse in Giappone durante il periodo Kamakura (1192). Da questo periodo in poi, ad ogni sommossa cinese molti monaci ribelli, commercianti e patrioti si rifugiarono in Giappone dove vennero accolti con entusiasmo (i giapponesi erano incuriositi da ogni aspetto proveniente dalla cultura cinese); ognuno di loro portò anche un proprio personale contributo sul Wu-shu che iniziò così a svilupparsi in ognuna delle molte arti marziali che oggi vengono riconosciute come giapponesi.

Tutto ciò che è cinese ha influenzato la cultura giapponese, ma la forma più pura è rimasta segreta in alcuni clan e si è sviluppata maggiormente fino a creare degli strumenti altamente sofisticati. Uno di essi è il Budo.

NOTA: Za-zen in cinese Chan.

SCUOLA MARZIALE DEI MERIDIANI: KEIRAKU BUDO

KEIRAKU-HA:

conoscenza dei meridiani e le loro funzioni

KINNIKU-HA:

pratica muscolare della scuola occidentale

BUDO-UGOKI:

movimento specializzato dell'arte marziale

KOKYU-HO:

tecniche tradizionali della respirazione

ZO-FU KEIRAKU:

controllo dei meridiani degli organi interni

KI NO-WAZA:

tecniche per il controllo e la gestione del Ki

ARMI E TECNICHE

La scelta dell'armatura usata dal *bushi* sul campo di battaglia durante il combattimento ha molta importanza in quanto rappresenta un riflesso dell'uso e nell'evoluzione delle armi usate nel combattimento.

Ogni clan ed ogni famiglia di samurai aveva un proprio fabbricante di armature (*gusoku-shi*) e anche una personale teoria e pratica circa il modo di portare le armi, i cui particolari erano conoscibili solo ai membri del proprio clan o discendenti.

In generale, la costruzione delle armature nipponiche pare si basasse su di un modello originario che rimase inalterato nel tempo, per quanto riguarda la struttura ed i componenti. Tale modello base era formato da equipaggiamenti protettivi per la testa, collo, spalle, braccia, petto, basso addome, gambe e piedi. Era un'armatura completa e per i *bushi* di alto rango che combattevano a cavallo.

Il *bushi* che indossava l'armatura senza aiuto iniziava con un perizoma (*taluna*, *fundoshi*) preferibilmente di lino o di cotone bianco, foderato o non foderato a seconda della stagione. Sopra di questo indossava una camicia (*shitagi*) molto simile al *keikogi* d'uso quotidiano, stretta in vita da una cintura interna (*obi*) che veniva fatta girare due volte intorno al corpo e legata davanti.

Il *bushi* d'alto rango, sopra il perizoma indossava abiti sontuosi ma, spesso, la maggior parte si accontentava di una camicia corta e molto pratica, detta *hadagi*. Sopra di questo, il *bushi* con il grado di assistente usava portare il tipico paio di calzoni da cerimonia o il gonnellino corto con la parte posteriore rigida (*koshi-ita*) e con aperture laterali detto *hakama*. Invece, il *bushi* normale indossava un paio di calzoni simili ma più corti e stretti chiamati *kobakama*. I guerrieri dei ranghi inferiori portavano una versione più corta di tali calzoni (*matabiki*) che, in genere, veniva rimborsata sotto la camicia.

Il *bushi* indossava un paio di calze speciali (*tabi* con una divisione per l'alluce; esse erano costruite con pelle conciata (*kawa-tabi*) o di cotone (*mobien-tabi*). Sopra di queste, venivano infilati i gambali di un particolare tipo detto *kyahan* o *habaki*, fatti di lino o cotone. Che erano foderati o meno a seconda della stagione.

Il *bushi* d'alto rango, ai piedi indossava stivali di pelliccia (*kegetsu*, *kutsu*, *tsuranuki*) foderati di seta o di broccato, con soles di cuoio o rigido e la parte superiore di pelle d'orso.

Le gambe (dal ginocchio alla caviglia) erano protette dagli schinieri (*sune-ate*, *shino-zutsu*) costituiti con metallo modellato o di cuoio laccato nella parte anteriore, allacciati dietro e cuciti a

tessuto imbottito. Il ginocchio era racchiuso in una coppa metallica (hiza-yoroi che, alcune volte, faceva parte dello schiniere e, poche volte, ne era separato.

La parte superiore delle cosce era protetta da un pezzo detto haidate che era molto simile ad un grembiule e aveva l'orlo inferiore coperto da piccole piastre (kozane) di ferro o di cuoio e, a volte, di osso di balena. Tale grembiule era aperto nella parte centrale e allacciato con corde (tsubo-no-o) che si avvolgevano attorno alla cintura e si annodavano sul davanti.

Poi il bushi infilava i guanti (yugake) fatti di pelle conciata, soprattutto foderati e spesso con un piccolo buco al centro del palmo.

I CENTRI D'ISTRUZIONE MARZIALE

I RYU

L'esistenza di armi specifiche di combattimento, come pure i riferimenti diretti indiretti a modi, stili e tecniche diverse di combattimento, presuppongono metodi e centri di istruzione sistematica (dai più rudimentali ai più raffinati) dove i praticanti del bu jutsu potevano imparare la teoria e la pratica del combattimento individuale. In questi centri, i praticanti imparavano ad affrontare le innumerevoli e imprevedibili circostanze che avrebbero incontrato in combattimento. Le cronache compilate dagli scrivani dei clan militari, dall'undicesimo secolo in poi, e specialmente le cronache del periodo di Edo, in generale chiamano questi centri «scuola di arti marziali» (bu-jutsu-ryu). Questa definizione, naturalmente si riferisce soprattutto ai centri di insegnamento marziale frequentati dai combattenti professionisti del Giappone feudale, i guerrieri (bushi) che dominano la storiografia dell'epoca.

Perciò, per definizione, un ryu rappresentava una scuola in cui un esperto pubblicamente riconosciuto insegnava ad un certo numero di studenti l'uso strategico di una particolare arma, in uno stile particolare e secondo vari concetti. Lo scopo primario del ryu marziale, perciò, era educativo, nel senso che comportava la trasmissione di una scienza sistematica delle specializzazioni del bu jutsu, mediante il ricorso a insegnanti specializzati considerati capaci di produrre specialisti del combattimento. Ogni scuola veniva generalmente chiamata con il cognome del fondatore o dell'inventore del particolare stile di combattimento insegnato nella scuola stessa, oppure con il nome del clan sotto il cui controllo il ryu era ufficialmente autorizzato a operare, oppure con i nomi immaginosi assegnati alle strategie ed alle tecniche tipiche della scuola, o di un certo principio «esoterico» di combattimento considerato come la pietra miliare didattica o la

caratteristica saliente dell'insegnamento.

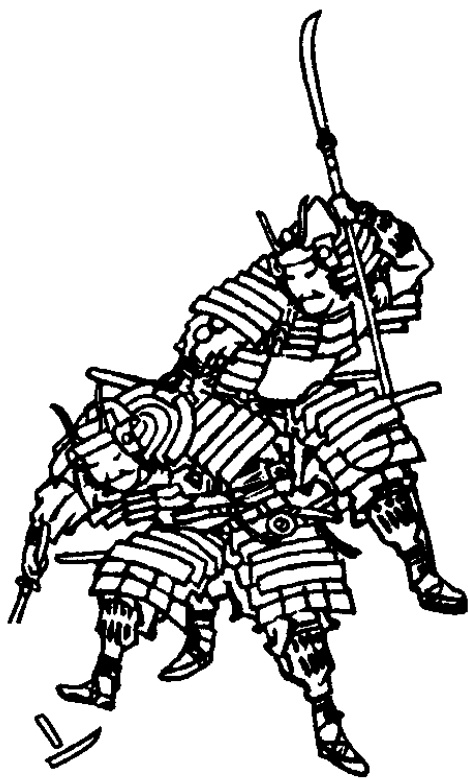
Il primo tipo di scuola marziale può venire qualificato come originale, era cioè amministrata dal fondatore o dai successori immediati, sotto la sua supervisione personale; il secondo tipo era la scuola derivata, diretta da maestri che avevano studiato con altri esperti della specializzazione e dello stile insegnato, prima di aprire i loro centri d'istruzione.

Il terzo tipo di scuola di arti marziali è rappresentato dal ryu ereditario, una scuola che operava sotto la direzione di una famiglia di insegnanti che trasmetteva di padre in figlio l'esperienza sistematica del bu jutsu, per generazioni e generazioni. Quando era impossibile trasmettere le tecniche di un certo ryu ereditario per discendenza diretta, perché un maestro non aveva figli maschi o perché quello che aveva era impossibilitato o incapace di assumersi il compito, si ricorreva comunemente all'adozione di uno studente abile e ben disposto. All'erede adottivo venivano affidati gli archivi della scuola e la tradizione didattica, nonché il nome del maestro.

In contrasto diretto con questa varietà di scuola vi era il ryu non ereditario, che nella dottrina del bu jutsu viene chiamato spesso ryu-ha. Sembra, tuttavia, che fosse un

tipo meno comune, forse perché gli annali della scuola non ereditata non avevano la stessa durata e non erano conservati con lo stesso scrupolo di quelli del tipo ereditario e più permanente.

Un quinto tipo era rappresentato dalla scuola pubblica, ufficialmente autorizzata dalle autorità del tempo ad operare in una località specifica, o dotata di una rendita concessa sotto forma di terra produttiva oppure, più comunemente, di un compenso in riso. Il sesto tipo era costituito dalla scuola



privata, che operava senza autorizzazione ufficiale ed era tollerata sulla terra del feudo, ma non riceveva compensi, e veniva ignorata, quando non era addirittura proibita.

Il numero complessivo di questi centri di istruzione marziale, riferito dalle cronache del Giappone antico e feudale, variava da un periodo all'altro, e spesso le cifre fornite devono venire prese con un certo scetticismo, poiché non era possibile effettuare un censimento preciso dei vari ryu marziali nei tempi pre-Tokugawa.

Anche in seguito, quando per motivi di comodità politica e di autoconservazione, il *bakufu* di Edo compilò i propri elenchi di ryu marziali, questi riguardavano principalmente le scuole approvate selettivamente dalle autorità centrali, cioè in generale scuole del primo e del quarto tipo.

I ryu sorgevano un po' dovunque. Nel Giappone antico e feudale, ogni clan militare comprendeva centri d'istruzione militare specializzata, situati entro il territorio di sua giurisdizione. Dal clan più piccolo, con una sola residenza principale fino ai più grandi che ne avevano parecchie, tutti includevano lo spazio necessario ai campi ed alle sale di addestramento, dove si potevano usare le armi e praticare le tecniche del combattimento sotto la guida di esperti, fino a quando lo studente aveva raggiunto un sufficiente grado di abilità e veniva giudicato pronto ad affrontare un avversario sul campo di battaglia o altrove. Le dimore dei clan appartenenti al buke (e in precedenza, nell'aristocratico periodo Heian, ai kugi) sembra abbiano sempre incluso ampie aree specificamente destinate all'insegnamento alla pratica delle varie specializzazioni del bu jutsu, come l'arco, l'equitazione, la lancia e la spada.

Nel diciottesimo secolo, ogni clan militare ricorreva ai servigi di un maestro per ogni arte; egli era autorizzato a insegnare nella propria arte, oppure la divideva, a giorni alterni, con il maestro di un'altra arte marziale. I clan più ricchi potevano permettersi di avere «parecchi insegnanti di ogni arte, tutti appartenenti a ryu diversi», che insegnavano nelle loro case, o si recavano a insegnare nelle dimore dei guerrieri della categoria e dei ranghi più elevati. Vi erano numerose scuole private dove uno specialista di un'arma o di uno stile insegnava ad allievi selezionati, tanto che molti autori hanno prospettato l'ipotesi che tutte le scuole delle arti marziali, nei vari feudi, fossero in origine semplicemente scuole private... una teoria suffragata anche dal fatto che molti guerrieri addestravano personalmente i propri figli, almeno nelle arti di combattimento più tradizionali. La teoria è valida se si intende «privato» per qualcosa di diverso da «pubblico», nel senso che queste scuole non appartenevano ad un sistema nazionale uniforme. Tuttavia, poiché la scuola del feudo era generalmente istituita dalle autorità del clan per i propri guerrieri, la qualifica di «scuole private» assume un significato più generale e più ampio di quello d'una scuola in cui un solo maestro insegnava a singoli allievi selezionati. Secondo noi, «scuola privata» è un termine usato più correttamente in riferimento a quest'ultimo tipo di scuola.

Come si è visto più sopra, gli ordini militanti di sacerdoti e di monaci avevano i propri centri di indottrinamento marziale, spesso attivissimi, in edifici adiacenti ai templi ed ai santuari principali, oppure in zone montane isolate, sia durante il periodo Heian, sia in quei periodi che precedettero l'ascesa al potere dei Tokugawa. Molti erano frequentati non soltanto dai monaci dalle tendenze militari, ma anche da membri di altre classi, non di rado dagli stessi guerrieri. Quasi tutti i centri del genere vennero soppressi dai buke durante «le età dei disordini», in pratica dalla fine del periodo Heian fino alla presa di potere dei Tokugawa, e non riconquistarono più il loro ascendente come basi d'addestramento per il reclutamento e la preparazione di eserciti di esperti combattenti professionisti in abito ecclesiastico. Tuttavia quelli che sopravvissero, benché tenuti sotto stretta sorveglianza, continuarono ad essere considerati preziosi centri di indottrinamento teorico da parte dei guerrieri dalla mentalità più indagatrice, anche dopo la fondazione dello shogunato dei Tokugawa.

Nei tempi pre-Tokugawa, i contadini venivano addestrati nelle arti e nelle tecniche del bu jutsu dai loro superiori immediati: la famiglia di guerrieri cui erano affiliati, oppure il capo del villaggio cui appartenevano (gli uni e gli altri facevano parte di solito dei ranghi inferiori dei buke). Tuttavia, dopo essere stati disarmati da Hideyoshi e costretti a non lasciare i loro villaggi e i campi di riso per oltre tre secoli, ebbero meno tempo e meno possibilità di imparare sistematicamente le tecniche del combattimento, che i bushi ritenevano di loro esclusiva pertinenza. Leggiamo tuttavia, nelle cronache del periodo di Edo, che i figli di contadini di alta reputazione e prestigio erano autorizzati a frequentare la scuola per guerrieri del feudo, e persino a portare le spade, e che certi contadini

riuscivano a dedicarsi alla pratica delle arti marziali sotto la guida di un guerriero in pellegrinaggio o, più comunemente, di un ronin che si sdebitava dell'ospitalità ricevuta dando lezioni di lancia o di spada.

Se l'abilità dei contadini nel bu jutsu tradizionale, che era stata notevole nei tempi pre-Tokugawa, smise di avere importanza su vasta scala dopo il sedicesimo secolo, essi continuarono ancora ad eccellere in forme meno tradizionali ed ortodosse di combattimento che non erano però meno letali, come spesso impararono a loro spese i bushi che vennero a trovarsi alle prese con qualche rivolta contadina.

È superfluo aggiungere che i contadini erano generalmente abilissimi in quel tipo di guerriglia adottato dalla loro classe in tutto il mondo, quando si rende necessario: cioè in quei metodi di combattimento basato sull'uso degli attrezzi agricoli come il bastone, la falce, e varie combinazioni di corde e di lasso, poiché queste forme hanno sempre rappresentato il tipo di eredità bellica cui essi si sono adattati più naturalmente, dato che l'uso di tali strumenti fa parte della loro esistenza quotidiana. L'insegnamento dell'utilizzazione in combattimento di questi attrezzi spettava in generale al capo della famiglia o al suo equivalente nella gerarchia del villaggio. Molto spesso, queste arti venivano insegnate da un esperto locale, la cui famiglia aveva sempre conservato una certa tradizionale abilità in un particolare metodo di combattimento, o da qualcuno che aveva imparato da un combattente itinerante.

Nelle città grandi e piccole, i heimin e le loro corporazioni, gilde ed unioni, avevano creato anch'essi centri d'istruzione marziale. Questi centri, naturalmente, crebbero d'importanza durante i periodi di sollevazione e di caos persistente, come quelli che furono frequenti durante il declino della civiltà Heian ed il periodo precedente alla presa di potere dei Tokugawa, quando le città grandi e piccole del Giappone feudale erano esposte alle devastazioni della guerra ed agli attacchi delle bande vaganti di guerrieri, di monaci, di fuorilegge e banditi. Organizzati con lo scopo primario di produrre combattenti che potessero difendere la zona in caso di difficoltà, in molti casi questi centri ampliarono la loro portata, al punto di preparare veri e propri eserciti di combattenti che cercavano di realizzare la politica espansionistica dei ricchi mercanti.

Dal punto di vista della struttura, ogni scuola si basava su due categorie principali di praticanti, con il maestro ed i suoi assistenti da una parte e gli studenti dall'altra. Come tutte le altre unità sociali del Giappone antico e feudale dalla famiglia al clan, dalla classe sociale alla nazione, la struttura del ryu era

verticale e rispecchiava, nel suo microcosmo, tutti gli elementi essenziali del primordiale clan patriarcale: una rigorosa organizzazione disposta gerarchicamente sotto un capo che occupava la posizione suprema, una subordinazione diretta di ogni membro della scuola al suo superiore immediato nella scala sociale, un intenso sentimento di devozione e di obbedienza all'organizzazione (cui corrispondeva, nelle migliori scuole, un sentimento altrettanto intenso di responsabilità verso quelli che venivano affidati, come inferiori e dipendenti, alla cura di qualcuno), e infine un vincolo di segretezza e di reciproca assistenza, che aveva il fine di proteggere e di difendere la pratica, le idee ed i membri del ryu contro tutti gli estranei.

Gli studenti venivano accettati da una scuola quasi sempre per la raccomandazione di persone stimate dal maestro, se la scuola era del tipo non affiliato. Alle scuole affiliate, invece, gli studenti venivano generalmente assegnati dalle autorità del clan che le finanziavano. Gli studenti si dividevano in generale in due grandi gruppi: il primo comprendeva quelli che erano seriamente decisi non solo ad eccellere in una certa disciplina marziale, ma a diventare essi stessi insegnanti professionisti. Erano autorizzati a vivere entro il complesso della stessa scuola, dove si esercitavano continuamente e che aiutavano a mandare avanti come facevano nei monasteri i monaci, di cui gli studenti delle arti marziali si sforzavano di imitare la dedizione ed il modo di vita. La stretta, continua relazione tra gli aspetti violenti e drammatici della cultura giapponese dei tempi feudali e gli elementi religiosi, usati per sostanziarne e giustificarne i caratteri marziali, si riflette nel nome assegnato alla sala dell'addestramento del ryu marziale. La sala era chiamata generalmente dojo, un nome preso a prestito dalla terminologia buddista per le sale destinate alla meditazione e ad altri esercizi spirituali in ogni monastero e convento. Secondo la consuetudine della classe commerciale durante periodo di Edo, gli allievi residenti di questo gruppo erano comunemente chiamati apprendisti (uchi-deshi).

Gli studenti del secondo gruppo si limitavano a frequentare le lezioni e tornavano alle loro case; ma tutti gli aspiranti alla pratica del bu jutsu si esercitavano fino a quando la loro bravura in una data specializzazione marziale era considerata soddisfacente dall'insegnante, che rilasciava una serie graduata

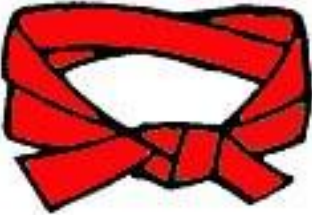

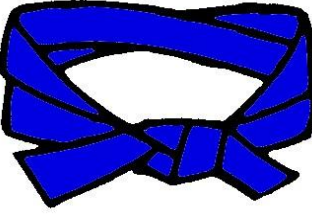
limitata di certificati (menkyo), contraddistinti dal sigillo della scuola. In casi eccezionali di studenti particolarmente dotati ed abili, alcuni maestri rilasciavano una «licenza completa» (mokuroku), indicante che il maestro aveva insegnato all'allievo tutto quello che sapeva.

Una caratteristica dell'istruzione nei ryu marziali del Giappone pre-feudale che ha molto colpito gli studiosi del bu jutsu è la segretezza che costituiva il fattore predominante di quasi tutte le scuole. Un impegno al segreto era uno dei requisiti necessari per l'ammissione ad una scuola, ed era specificato chiaramente nel giuramento che l'allievo faceva quando si presentava al maestro. Questo vincolo di segretezza assoluta, imposto formalmente e accettato volontariamente, rappresentava uno strumento inibitore che non era limitato alle sole arti marziali, ne alle scuole paramilitari nate dalla cultura giapponese.

PRINCIPALI SCUOLE DEL BU JUTSU NEL GIAPPONE FEUDALE

SCUOLA (RYU)	SPECIALIZZAZIONE (SENKOO)
Aisu.Kuge Moki Katori-Shinto Muso-Jukiden-Eishin Nen Omori Tamiya	Hasegawa Itto Koto-Eiri Muso-Shinden Nito Shinro Yagyū
Araki Masaki	Isshin Toda
Daito Jukishin Kito Miura Shibukawa Sosuishitsu Tenjin-Shinyo Yoshin	Hakutsu Juki Kyushin Sekiguchi Shin-no-Shindo Takenouchi Yagyū-Shingan Shōju-Kenpo
Hioki Nichioku Soken	Kajima Nihon
Hozo-in Kobo	Tendo Kankai
Mukai Shinden Takeda	Sasanuma Suifu Yamanouchi
Kukishin Scindo-Muso	BASTONE
Shinkage Tenshin-Shoden-Katori-Shinto	SPADA E LANCIA

**IL SISTEMA DEI GRADI
NELLE DERIVAZIONI MODERNE DEL BU JUTSU FEUDALE**

	<p align="center">SOKE: caposcuola HANSHI O SHIHAN maestro</p> <p>C/N 10° (judan) Iko kokoro - Caposcuola C/R MENKYO KAIDEN</p> <p>C/N 9° (kudan) Iko kokoro – C/R SHIHAN</p> <p align="center">ISTRUTTORE (kyoshi)</p> <p>C/N 8° (hachidan) Iko-kokoro – C/N o B/R HANSHI (Maestro)</p> <p>C/N 7° (shichidan) Iko-kokoro – C/N o B/R HANSHI (Esperto)</p>
<p align="center">YUDANSHA</p>  <p>Dan significa “gradino” e, in genere, è identificato dalla cintura nera che una volta non esisteva</p>	<p align="center">ASSISTENTE ISTRUTTORE (renshi):</p> <p>C/N 6° grado (rokudan) kokoro – C/N o B/R KYOSHI</p> <p>C/N 5° grado (godan) kokoro- C/N TASSHI MENKYO</p> <p>C/N 4° grado (yodan) Sen no sen – C/N RENSHI</p> <p>C/N 3° grado (sandan) Go no sen – C/N MON MOKUROKU</p> <p>C/N 2° grado (nidan) Go no sen – C/N JO MOKUROKU</p> <p>C/N 1° grado (shodan) Sen – C/N SHO MOKUROKU</p>
<p align="center">MUDANSHA</p>  <p align="center">KYU</p> <p>Kyu significa “classe” ed è identificato da cinture di vario colore</p>	<p>Studente di 1° classe (ikkyu) – C/M</p> <p>Studente di 2' classe (nikyu) – C/B</p> <p>Studente di 3° classe (sankyu) – C/V</p> <p>Studente di 4° classe (shikyu) – C/A</p> <p>Studente di 5° classe (gokyu) – C/G</p> <p>Studente di 6° classe (rokkyu) – C/B</p>

GRADI

C/R = “cintura rossa”
B/R = “bianca e rossa”
C/N = “cintura nera”
C/M = “cintura marrone”
C/B = “cintura blu”
C/V = “cintura verde”
C/A = “cintura arancio”
C/G = “cintura gialla”
C/B = “cintura bianca”

GAKU: diploma

QUALIFICHE MODERNE OCCIDENTALI

Allenatore
Istruttore
Maestro
Dirigente Federale

Arbitro regionale (3° livello)
Arbitro interregionale (2° livello)
Arbitro nazionale (1° livello)
Arbitro internazionale

MAKIMONO: Rotolo di Graduazione



IL SENSEI

Nel cuore del ryu troviamo quella figura, spesso misteriosa, da cui dipendeva l'esistenza stessa del bu jutsu, nonché la conservazione e lo sviluppo della sua teoria e della sua pratica: il maestro d'armi, l'insegnante, l'istruttore delle arti marziali... il sensei.

Il futuro insegnante incominciava la sua carriera, di solito, come studente di una particolare specializzazione del bu jutsu, entrando in un ryu e imparando sotto la guida severa e decisa del sensei, oppure perché nasceva in una famiglia di istruttori di bu jutsu. Poi progrediva attraverso le varie fasi di sviluppo giudicate più appropriate dal maestro o da lui stesso. Infine, si dedicava a quella specializzazione fino a quando diventava un sensei nella scuola del suo maestro o veniva autorizzato ad aprire il suo dojo in un'altra località. Spesso completava il programma di addestramento di diversi ryu, in cui venivano insegnate e praticate varie specializzazioni del bu jutsu, prima di sviluppare il suo metodo personale e di aprire una sua scuola indipendente.

E' comunque molto importante stabilire una netta differenza tra gli insegnati della classe militare e quelli appartenenti alle altre classi:

i sensei della prima categoria erano naturalmente la maggioranza, come è logico attendersi in una cultura legata profondamente nell'etica marziale. Questa categoria comprendeva (in ordine d'importanza) i sensei specializzati nelle arti marziali dell'arco, della lancia, della spada, della strategia generale e in parecchi stili subordinati di combattimento senz'armi, come il ju jutsu e l'aiki jutsu, che dovevano venire usati in combinazione con le tradizionali specializzazioni armate della classe militare. Gli insegnanti dell'arte dell'arco a cavallo, praticata dagli antichi nobili (kuge) ufficialmente rimpiazzati dai buke nel 1600, occupavano un posto d'onore che li ricollegava ai più antichi periodi della storia giapponese. Venivano seguiti, in ordine di prestigio, dai maestri della spada, che divennero sempre più importanti durante il periodo Tokugawa, quando la guerra divenne poco frequente, mentre gli scontri tra i militari dei vari clan, o tra i samurai e i heimin, divennero sempre più comuni. I heimin, con il clero ed i contadini, avevano i loro insegnanti che trovavano sia tra le file dei bushi divenuti indipendenti o tra gli uomini qualificati che emergevano dai ranghi delle loro stesse classi. Quest'ultimo gruppo costituiva una minoranza, poiché si trattava di uomini che di solito si specializzavano nelle arti del combattimento che potevano venire praticate senza suscitare l'interesse e l'attenzione delle autorità militari. Tra questi insegnanti, troviamo sensei dei metodi del combattimento senz'armi, e dei metodi basati sull'uso di speciali strumenti impiegati dai membri delle varie classi, come il bastone, il ventaglio, le pipe di ferro e le varie lame con catene.

La seconda distinzione che è necessaria operare, nel considerare gli insegnanti di una data specializzazione del bu jutsu, va basata sul ruolo che essi ebbero nella creazione di nuovi stili di combattimento o nella trasmissione di tali da una generazione all'altra. In tale contesto, noi distinguiamo i sensei che sviluppavano ed insegnavano i propri stili di bu jutsu, fondando in tal modo le scuole (ryu), dai sensei che seguivano o ereditavano una scuola fondata da un altro maestro, nella quale essi insegnavano lo stile di bu jutsu trasmesso dal fondatore della scuola stessa.

I sensei della seconda categoria erano gli eredi, i successori, gli amministratori che consolidavano la fama del fondatore di un ryu e conservavano l'esistenza e la funzione di quest'ultimo quale centro d'istruzione marziale, anche dopo che il maestro era morto. Il sensei di questo tipo era, necessariamente, un diverso stampo, poiché la sua funzione primaria consisteva nel conservare un particolare metodo e nel trasmetterne l'essenza il più possibile in linea con la concezione e le idee originali del fondatore.

Alcuni sensei, tuttavia, come i ronin, non erano legati dalle affiliazioni ai clan. Essi ottenevano semplicemente, dalle autorità del clan, il permesso di risiedere in un dato territorio e di insegnare il bu jutsu ai guerrieri di quel clan o a chiunque altro volesse imparare e potesse permettersi di pagare l'onorario. Questi uomini costituivano naturalmente una minoranza, come pure i sensei itineranti che visitavano una dopo l'altra le roccaforti dei vari clan, accompagnati da studenti, dando dimostrazioni del loro valore e trascorrendo periodi limitati di tempo nell'istruire i guerrieri dei clan i cui capi richiedevano ufficialmente i loro servizi.

Nell'ambito del suo dojo, un sensei si trovava in una posizione paragonabile, come mistica, a quella dell'imperatore a Kyoto e, come potere effettivo, a quella dello shogun a Edo o del daimyo nel suo feudo... una posizione, cioè, di autorità suprema e di prestigio incontestato.

All'allievo veniva insegnato a camminare «sette piedi dietro all'istruttore, per non calpestare la sua ombra». L'insegnante indicava la strada e l'allievo doveva solo seguirla. Perciò al discepolo non era consentito allontanarsi di un solo passo dalle istruzioni del maestro: era autorizzato a riprodurre, ma gli era vietato migliorare

Una caratteristica concomitante del rapporto che legava lo studente del bu jutsu al suo sensei era la natura personale. Uno studente iscritto ad un particolare ryu era in primo luogo allievo dell'insegnante che lo accettava come discepolo. Il rapporto che si stabiliva era basato su un contatto diretto tra lo studente e l'insegnante di un ryu marziale che riceveva il suo giuramento, era il legame primario tra di loro, e spesso si estendeva ben oltre i limiti dell'abituale rapporto educativo. In molti casi, era simile al legame tra un padre severo e un figlio sottomesso, in armonia con la concezione patriarcale della famiglia orientale, in cui il figlio è pienamente soggetto all'autorità paterna.

I grandi clan potevano permettersi di fornire ai loro guerrieri d'alto rango parecchi istruttori sotto lo stesso tetto e, spesso, più di un insegnante per la stessa specializzazione di bu jutsu. Quest'ultima soluzione, tuttavia, non era soddisfacente come si potrebbe ritenere, perché in quel periodo il posto di istruttore in un clan nipponico veniva ottenuto non soltanto per merito, ma anche per consuetudine e necessità ereditaria o per antichi impegni che i funzionari del clan in generale esitavano ad abrogare in favore del temuto «imprevisto». Di conseguenza, uno studente di bu jutsu, affiliato a un clan, che fosse insoddisfatto della qualità e della portata dell'istruzione offerta dall'istruttore ufficiale del clan stesso poteva chiedere al suo superiore immediato (il quale doveva rivolgere le raccomandazioni necessarie alle autorità del clan) il permesso di partire per il pellegrinaggio di addestramento. Se il permesso veniva accordato, lo studente incominciava a viaggiare in lungo e in largo per il Giappone, passando da una scuola all'altra e da un istruttore all'altro, e portando con sé una lettera di presentazione che gli apriva molte porte, se non tutte. Una delle grandi forze attivanti del bu jutsu nel Giappone feudale, una forza che ne assicurava lo sviluppo e l'affinamento, si incarnava in questi guerrieri itineranti. In ampia misura, era proprio il bushi itinerante, e non l'istruttore solidamente insediato nell'ambito di un clan o isolato nella sua scuola privata, a favorire il progresso delle arti marziali in Giappone, mantenendo aperti i canali della comunicazione e della sperimentazione tra coloro che si interessavano delle arti guerriere. Gli istruttori ufficiali di solito tendevano a chiudere tali canali ritirandosi dalla competizione attiva, spesso convinti che il grado d'efficienza da loro raggiunto nelle rispettive specializzazioni marziali fosse il più elevato

LE PRINCIPALI ARTI MARZIALI

L'ARTE DELL'ARCO

Per molto tempo, l'arco e le frecce furono le armi principali del guerriero giapponese. Il nome di questa disciplina era kyu jutsu (l'arte dell'arco e della freccia). Nel Giapponese feudale i campi per il tiro con l'arco erano all'aperto e al chiuso (matoba, iba, yaba) per le esercitazioni al bersaglio (kaka-uchi) si trovavano nella casa centrale di tutti i più importanti clan militari. L'equipaggiamento dell'arciere, ovvero l'arco e le frecce (kyusen) e il caratteristico fascio di paglia in un barile che veniva usato come bersaglio elevato (makiwara), erano comuni sulle piazze d'armi di molte casate militari, così come i sostegni cilindrici (badate) che tenevano pronte le frecce per le esercitazioni al bersaglio. Il bushi d'alto rango aveva anche le frecce (ya-bako) e i sostegni per gli archi (chadokake).

Gli esperti fabbricanti d'archi avevano messo a disposizione del bushi una grande varietà del modello fondamentale; infatti, l'arco veniva costruito in tutte le forme e dimensioni e poteva venir usato per una varietà di scopi legati alla guerra, alla caccia, al rituale, allo sport. Ma l'abilità dimostrata dal bushi nell'uso di un particolare arco, portarono gli storici cinesi a definire i giapponesi, "il popolo del lungo arco"; si trattava dell'arco da guerra per eccellenza, il daikyo, usato dai guerrieri a cavallo (uma-yumi) o a piedi.

L'arte dell'arco e delle frecce era usata in molteplici situazioni: in guerra, nelle esibizioni rituali, nello sport e anche come strumento d'integrazione e di coordinazione. Conosciuta come kyu jutsu, questa disciplina è fondata sui principi del buddhismo e del taoismo, adattati alla mentalità giapponese dalle varie scuole esoteriche dello Zen, che la classe militare adottava senza riserve. Infatti, lo Zen offriva a tale arte l'unione di speciali tecniche ed esercizi di concentrazione interiore, addominale, destinati a stabilizzare la mente e ad assicurarle il controllo positivo di ogni azione e anche esercizi di respirazione addominale che aiutavano a favorire lo sviluppo dell'energia necessaria per tendere l'arco e scagliare con forza la freccia.

L'ARTE DEL COMBATTIMENTO CON LA LANCIA

Dopo l'arco e le frecce, in ordine d'importanza, veniva l'arte della lancia. I grandi artisti dell'acciaio, forgiavano le lance per il bushi con la stessa immaginazione che prodigavano nel fabbricare le spade.

C'erano due metodi per usarla: lo yari jutsu (arte della lancia dritta) e il naginata jutsu (arte della lancia curva).

Anche quando la popolarità della spada crebbe durante la parte centrale dell'era feudale giapponese ed il periodo precedente la Restaurazione Meiji, le lance continuarono ad essere esibite nelle cerimonie ubicali ed erano portate dai guerrieri che scortavano i signori delle province durante i viaggi.

L'ARTE DELLA SCHERMA

Tutti i guerrieri, indipendentemente dal rango, venivano addestrati nella scherma. Mentre l'arco e le frecce e la lancia avevano un ruolo nel combattimento a grande e media distanza, la spada veniva usata per concludere gli scontri corpo a corpo. In genere, il bushi portava due spade: una lunga (katana) che era usata per il combattimento a media distanza e quella corta (wakizashi) usata nel corpo a corpo e come arma ausiliaria; queste due armi erano le uniche che il guerriero, per legge, poteva indossare ed erano il simbolo della sua posizione nella società giapponese e strumenti per la conservazione di tale dignità.

La principale arte della scherma era in ken jutsu, l'arte del katana, la spada regolamentare.

L'ARTE DELL'EQUITAZIONE MILITARE

L'antico "bushi" era anche "il cavaliere" che cavalcava in battaglia, guidando le sue truppe di ufficiali e fanti. Fin dal periodo Heian, l'equitazione era considerata un'arte aristocratica ma, nel corso del tempo, aveva perso molto del suo fascino iniziale in quanto i nobili di corte avevano modificato le consuetudini dei loro clan inizialmente bellicosi e che, con il tempo, si erano trasformate in forme raffinate di metodi civili.

Anche nei tempi più antichi, nella casa del bushi, comprendeva un buon numero di scuderie e di campi dove venivano tenuti e addestrati i cavalli.

In generale, l'equitazione militare ebbe comunque una grande influenza sul bu jutsu in quanto, oltre ad essere una specializzazione militare, coinvolgeva in un rapporto strategico tutte le altre arti marziali. Comunque, l'equitazione smise di essere un fattore determinante in battaglia in Giappone prima ancora che in Europa.

L'ARTE DEL NUOTO IN ARMATURA

Per il bushi, il nuoto era un'arte che poteva o doveva essere usata anche in combattimento. In Giappone, i campi di battaglia erano spesso attraversati da torrenti, fiumi o laghi e, molte importanti battaglie, avvennero vicino o addirittura sopra le distese d'acqua che dividono un'isola da un'altra. Molte scuole insegnavano ai bushi l'arte di nuotare con l'armatura pesante, di usare le sue armi tradizionali quando era immerso nell'acqua.

LE ARTI MARZIALI MINORI

L'ARTE DEL VENTAGLIO DA GUERRA

In Giappone il ventaglio, di diverse forme e con materiali diversi, era usato da persone di tutte le classi per gli usi più diversi. Ma ciò che più interessa è il ventaglio usato come arma di guerra, spesso letale. Fin dall'antichità, era diffuso il gumbai, un ventaglio di tipo rigido e arrotondato e, proprio per questa sua solida struttura, probabilmente era impiegato come scudo occasionale contro attacchi di sorpresa. In origine, portato in battaglia dai capi di ogni gruppo, il gumbai divenne poi una prerogativa dei soli generali comandanti durante il periodo Tokugawa. Il ventaglio poteva anche essere usato per presentare una sfida; inoltre, lo stesso gumbai, ancora oggi, si vede nelle mani dell'arbitro (gyoji) negli incontri di sumo.

Più letali del gumbai, erano il gunsen (ventaglio da guerra portato dai bushi in armatura) e il tetsusen o tessen (ventaglio di ferro, indossato con l'abbigliamento di tutti i giorni). Soprattutto quest'ultimo era strettamente collegato alle funzioni del combattimento del bushi in quanto il guerriero poteva usarlo per tirare di scherma, poteva deviare i coltelli e i dardi avvelenati tirati verso di lui.

L'ARTE DEL BASTONE

L'arte del bastone (bo jutsu) è una delle più antiche e nobili del Giappone e venne addirittura accettata alla corte imperiale sotto forma di una clava di legno (kirikobu) indossata dai guardiani di palazzo. L'arte di usare armi come il bastone rappresenta, in un certo senso, una forma di transizione fra metodi di combattimento con armi e senz'armi. Dato che il bastone era meno pericoloso delle esercitazioni con delle lame (spade, lance, pugnali) il bastone venivano spesso usate nelle scuole di bu jutsu dove si insegnavano le forme di combattimento con la lancia e la spada. Con il passare del tempo, l'uso collaterale di armi quali il bastone si sviluppò così tanto che i guerrieri esperti potevano impegnarsi in veri e propri combattimenti con il bastone, anche come forma di difesa verso un attacco potenzialmente letale, armato o non armato.

Nella dimensione militare della cultura giapponese, il bastone e i similari strumenti di legno, venivano usati soprattutto per addestrare il bushi nelle tecniche che, nel combattimento vero e proprio, avrebbero comportato l'uso letale della lama d'acciaio. Per tale motivo, le tecniche usate per l'uso di queste armi lignee erano sostanzialmente identiche a quelle usate quando venivano impiegati i loro equivalenti di ferro o acciaio.

1° specializzazione: arte del bastone lungo che aveva le misure della lancia (hassaku-bo) o dell'alabarda (rokusha-ku-bo)

2° specializzazione: arte del bastone lungo e sottile, la cui lunghezza era come quella della spada lunga (jo o bo) o della spada regolare (ham-bo).

3° specializzazione: arte del bastone ligneo (bokken) che era un bastone forgiato secondo i dettami di una vera spada.

4° specializzazione: arte del bastone (bo) lungo circa cm. 1,80, usato dai monaci e dai contadini/pescatori di Okinawa per viaggiare e trasportare materiale.

L'ARTE DEL JITTE

Il jitte consisteva in una verga di ferro o d'acciaio con una lunga impugnatura e un caratteristico uncino squadrato che spunta dalla verga nel punto in cui si incontra con l'elsa. Spesso era anche completato da una guardia (tsuba) e da un fodero; raramente poteva anche venir montato come una spada, con una lama. Quest'arma diede origine ad un metodo di combattimento molto sofisticato, conosciuto come jitte jutsu. Le tecniche comprese in tale metodo andavano dalle parate contro un attacco di spada fino a colpi letali contro ogni parte esposta del corpo dell'avversario. Talvolta, il jitte, veniva usato come arma da lancio. L'abilità nell'uso del jitte dipendeva anche dal perfezionamento nell'arte del movimento (tai-sabaki) che permetteva di passare con molta rapidità da una posizione all'altra, scivolando più vicino o più lontano dall'avversario.

I METODI COLLATERALI DEL COMBATTIMENTO

L'ARTE DELLA CATENA E ALTRE ARMI

La catena (kusari) era fatta di ferro o d'acciaio ed il suo uso nell'arte del combattimento, da sola oppure abbinata ad altre armi, risaliva ad epoche molto antiche. In genere, quest'arma consisteva in un manico di ferro, uno scudo protettivo per la mano, ed una falce fissata ad angolo retto e dalla cui parte posteriore pendeva una catena e, a questa, in genere era attaccato un peso. Spesso, la catena veniva usata come arma primaria e, come il jitte, poteva venir usata per parare e deviare un fendente di spada.

La falce (kama) era già di per sé un'arma molto efficiente da combattimento che, soprattutto i contadini, usavano con molta varietà di forme.

Anche l'ascia e la mazza erano usate nel combattimento, sebbene molto poco dai bushi. Un'altra arma che veniva usata da tutti i cittadini era la pipa, usata spesso nelle risse e, alcune, erano addirittura munite di regolari guardie (tsuba), come fossero spade.



NIN JUTSU

Le origini del nin jutsu risalgono approssimativamente tra il 500 e il 300 a. C. ; una traduzione che si possa avvicinare al senso di quest'arte potrebbe essere "l'arte della furtività". I ninja erano, spesso, briganti che si offrivano come spie, sicari, incendiari, terroristi ai piccoli e grandi signori dell'età feudale. Spesso, quando bisognava compiere azioni disonorevoli che non potevano essere svolte dal guerriero che era vincolato dall'onore, venivano chiamate organizzazioni di famiglie di ninja, specializzate in tale missioni.

Le famiglie ninja erano microcosmi molto uniti e integrati all'interno di modelli più vasti secondo l'antico modello dei clan. Comprendevano i capi (jonin) che ideavano i piani, negoziavano le alleanze, ecc; i sottocapi (chunin) e gli agenti (genin) che eseguivano tali programmi. Di solito, un ninja nasceva nella professione. Infatti, tutte le arti proprie ad ogni famiglia erano tenute rigorosamente segrete e venivano trasmesse da padre in figlio. Il ninja aveva anche una serie di armi specializzate per suo uso esclusivo: cerbottane, coltelli, uncini con le corde, tirapugni di bronzo (shuko), arpioni (tonici), un vasto assortimento di piccole lame (shuriken) ecc.

Tra i metodi di combattimento disarmato che il ninja conosceva meglio c'era il ju jutsu, nella sua forma più pratica. Ma le scuole di nin jutsu erano specializzate in particolari sistemi di violenza che, raramente, venivano trovati altrove. (per esempio, l'uso del pollice e le dita per sferrare colpi mortali nei punti vitali del corpo umano e, tale metodo, era conosciuto come yubijutsu oppure in tecniche particolari per spezzare le ossa dette Koppo.

IL BU JUTSU SENZ'ARMI



Un metodo di combattimento senz'armi rappresenta un modo di impiegare il corpo umano per ottenere gli stessi fini strategici ottenibili con l'uso delle armi. In Giappone, i metodi di combattimento senza armi compaiono sotto molti nomi.

METODI DI COMBATTIMENTO SENZ'ARMI

Aiki jutsu

Chikara-kurabe

Gusoku (ko-gusoku, cho-gusoku)

Hakushi

Ju jutsu

Kenpo

Kiai jutsu

Koshi-mawari

Koshi-no-wakari

Kumiuchi (ryo-kumiuchi)

Shinhaku (shubaku)

Shinobi (tai jutsu)

Sumo

Tai jutsu

Tori te

Wa jutsu

Yawara

Shoju

Tutti questi metodi richiedevano che il corpo venisse allenato in particolari modi generali, funzionali, per ottenere la sconfitta dell'avversario ed evitare di venire sconfitti. In tali modi il corpo umano veniva usato come fosse un'arma per proiettare l'avversario a terra, immobilizzandolo o strangolandolo, slogandogli le giunture o colpendolo e usare il corpo anche come arma di difesa.

L'ARTE DELLA LOTTA

In Giappone, l'arte della lotta, si è sviluppata da un metodo di combattimento primitivo e indiscriminato in una cerimonia sacra e in una forma di addestramento militare, facendo nascere infine il sumo.

I primi lottatori professionisti risalgono all'era Sangoku delle guerre civili. Inizialmente, le lotte erano incoraggiate dai capi militari del periodo, che impiegavano perfino squadre di lottatori nelle loro residenze. Con il passare del tempo, gli incontri di sumo si trasformarono in veri e propri tornei.

Prima del periodo compreso tra il 1570 e il 1600, la lotta era una forma di combattimento molto ampia; nel 1570 venne introdotto il ring (dohyo) e con esso le regole fondamentali che stabilivano i ranghi, gli scopi e le tecniche fondamentali.

Le regole sono semplici: si ottiene la vittoria estromettendo l'avversario dal ring oppure portandolo a toccare la stuoia del ring con qualsiasi parte del corpo.

La lotta faceva parte delle tante tecniche che arricchivano il programma di addestramento del bushi.

LE SCUOLE DI JU JUTSU

Ju jutsu, "arte della cedevolezza". Tale tecnica consisteva nell'adattarsi con cedevolezza, flessibilità, alle manovre strategiche dell'avversario, in modo da sfruttare al meglio tali manovre e neutralizzare l'attacco dell'avversario. Nella storia del bu jutsu, le scuole più famose di ju jutsu sono:

Tenjin-Shinyo: questa scuola era molto rinomata per le sue tecniche di percussione (atemi-waza) e di immobilizzazione (torae) e di strangolamento (shime). E' il risultato della fusione di due scuole: la Yoshin e la Shin no Shindo.

TAKENOUCHI RYU : fondata da un bushi d'alto rango. Disamori (conosciuto come Takeuchi Toichiro) durante il periodo della dittatura di Ashikaga Yoshiharu (1522-46). Takeuchi mise in risalto l'uso delle tecniche d'immobilizzazione (osae-waza), suddivise in cinque gruppi (gokyu) secondo certi principi di esposizione che ancora oggi s'incontrano nelle derivazioni moderne dell'antico bu jutsu.

SOSUIHITSU: scuola che deriva dalla Takenouchi-ryu e che è stata fondata nel 1650 da un samurai di Bungo Takeda, Fugatami Hannosuke

KITO RYU: è una scuola caratterizzata da numerosi elementi esoterici; le origini di questa scuola derivano da un metodo cinese di combattimento basato sul principio del ju. Descritto e illustrato da Chen Yuan Pin (meglio conosciuto come Gempin nei testi giapponesi).

SEKIGUCHI RYU: le sue origini risalgono al diciassettesimo secolo e a un maestro di guerrieri che si chiamava Sekiguchi Jushin.

SCUOLE DI AIKI JUTSU

Aiki indica un modo di usare il corpo come se fosse un'arma di combattimento contro l'avversario. Il principio fondamentale dell'Aiki è quello di sfruttare l'Energia dell'avversario (Ki) in armonia (Ai) con le diverse esigenze e le varie circostanze del combattimento. Infatti, nel momento in cui si adeguava la propria strategia a quella dell'avversario, era anche possibile acquisire il pieno

controllo su di lui e sullo scontro, riuscendo così a soggiogarlo. Tra le antiche scuole di aiki jutsu, una delle più importanti era la Daito-ryu.

Il legittimo maestro dell'arte derivata dall'aiki jutsu, secondo il sistema nipponico di trasmissione gerarchica per diritto di sangue, di adozione o di affiliazione, fu il maestro Ueshiba Morihei, fondatore dell'aikido. Virtualmente, il maestro Ueshiba Morihei fu l'ultimo rappresentante delle scuole di aiki jutsu che, attraverso di lui, sono passate dall'era feudale del Giappone all'epoca moderna. Tutte le tecniche dell'aikido si fondano sul principio dell'aiki, ovvero della coordinazione della reazione a un'aggressione con la potenza dell'attacco dello stesso aggressore.

LE ARTI DELLA PERCUSSIONE

La tecnica della percussione attraverso i pugni, i calci, ecc, è tra le più antiche e spontanee arti fra quelle del combattimento. In origine, sembra che la lotta comprendesse colpi terribili, sferrati con ogni arma anatomica disponibile; tali metodi, inclusi sotto la denominazione di atemi waza, hanno avuto un ruolo abbastanza importante nelle fondamentali derivazioni moderne del budo disarmato: nel ju jutsu, nel judo, nell'aikido. Come tecniche che, da sole, possono aiutare a soggiogare l'avversario, gli atemi waza vengono praticati spesso dagli studenti di karate.

Karate, "mano vuota": è un tipo di combattimento completo e che è in grado di portare alla vittoria l'avversario tramite l'uso di sole tecniche di percussione.

Si pensa che il karate si sia sviluppato come una iper-specializzazione di antichi esercizi eseguiti in Cina e in India come mezzo di integrazione totale e basati sulle dottrine dell'uso dell'Energia e che avevano lo scopo di perfezionare lo sviluppo e il mantenimento di uno stato di "buona salute" e di scioltezza che permetteva ad un uomo di vivere bene. Il taoismo è considerato una dottrina che ha ispirato tali esercizi e il tai chi è fra i nomi più comunemente usati per identificarli; ma sono stati anche chiamati tai ch'i chuan, hsing-i, pa-kua, ecc. Da quando hanno iniziato a svilupparsi in quella dimensione legata al combattimento ed all'uso dei pugni e delle mani come mezzi per colpire l'avversario.

Molti studiosi del bu jutsu giapponese fanno risalire l'inizio dell'arte della percussione al fondatore dello Zen, Bodhidharma e prendono il nome di kyusho jutsu (arte di colpire i punti vitali) e ogni scuola ha i suoi segreti.

L'ARTE DEL KIAI

Nell'arte del kiai il combattimento senz'armi raggiungeva il massimo della sofisticazione, in quanto non vi erano contatti fisici visibili tra gli avversari. Ki, Energia Ai, contrazione del verso awazu che significa "unire". Nel kiai tutte le caratteristiche esterne delle diverse arti (armi, tecniche) vengono subordinati a fattori di natura interiore, controllo del Ki, potenza) che riuscivano a renderle efficaci durante il combattimento. Un aspetto particolare di questo sistema era la voce umana. Infatti, kiai era il nome dato a quel particolare metodo di combattimento basato sull'impiego dell'energia umana come arma. Infatti, il bushi dei ranghi più elevati doveva imparare perfettamente questa tecnica e, con il passare del tempo, molti guerrieri affinarono talmente quest'arte tanto da farla diventare un'arte completa in se stessa. Gli insegnanti zen erano maestri particolarmente efficaci in quest'arte in quanto in tale tecnica era molto importante il controllo della respirazione, addominale, della proiezione mentale quando si tratta di incanalare un grido in una direzione coordinata. Ma imparare alla perfezione quest'arte era molto di più: significava incanalare tutte le energie attraverso il tono, l'altezza e la vibrazione della voce. Servivano molti anni di allenamento per trovare l'esatta integrazione vocale che, quando si affermava, riusciva ad uccidere un aggressore, bloccare un attacco ma che poteva anche guarire.

FATTORI INTERIORI DEL BU JUTSU

CONTROLLO ED ENERGIA

La fama del guerriero giapponese, nel mondo antico, era ben meritata. La sua impassibilità in battaglia, la sua dedizione assoluta, la sua decisione nell'eseguire gli ordini di un legittimo superiore, il suo coraggio e la sua disponibilità a sacrificarsi senza un attimo di esitazione e, naturalmente, la potenza, la forza delle sue azioni in combattimento: tutte queste qualità divennero celebri e, in molte zone del continente asiatico come del resto in Giappone, furono molto temute. La parola samurai cominciò ad identificare non soltanto per le qualità positive di un militare professionista posto di fronte al nemico, ma anche le meno ammirevoli: il fanatismo e l'estremismo nazionalista che spesso lo riducevano al ruolo sanguinoso di una macchina da guerra, priva d'anima. Tali personalità si basavano su due concetti fondamentali: il concetto del Centro e quello dell'Energia Intrinseca.

CONCETTO DI CENTRO

Il concetto del Centro (Hara) è complesso e molto antico. Simboleggia la fusione dell'Energia vitale dell'uomo ed è fisicamente collocato due, tre dita sotto l'ombelico (hara); questo è un punto di fusione cosmica, di armonia tra l'umanità e l'ordine naturale sulla terra e nell'universo. Questo punto era il teorema principale dell'antico taoismo, la base della semplicità, della pace e della spontaneità naturale.

Tutti gli altri Centri, meno importanti (per esempio prestigio, potere, simboli, ecc.) erano falsi e dolorosamente limitati; erano puntelli che l'uomo era portato a inventare e ad usare incessantemente per sopravvivere e tirare avanti. In Asia, per secoli, un uomo non adeguatamente centralizzato nella zona dell'addome veniva considerato (e in Giappone è considerato tuttora) fisicamente squilibrato, funzionalmente mal coordinato, e mentalmente preso da tutte le precarietà dell'esistenza. Appesantito da questi fardelli, egli si lasciava condizionare da tutti i fenomeni fuggevoli che passavano attraverso il campo della suapercezione, e che egli poteva usare nel tentativo di raggiungere la stabilità (sia pure illusoria).

Per quanto fosse facile che un uomo adottasse un falso Centro, in seguito alla tendenza naturale a lasciarsi vincere da una fantasmagoria di fenomeni, gli era altrettanto difficile scoprire il suo vero Centro e, se era così fortunato da trovarlo, era più difficile ancora svilupparlo e conservarlo. Di conseguenza, i saggi asiatici idearono innumerevoli metodi per raggiungere, sviluppare e conservare una posizione di equilibrio integrativo e armonioso tra gli aspetti opposti dell'umana realtà.

Questa ricerca della Centralizzazione è sempre stata una degli interessi principali di tutte le culture asiatiche: e qui (sia nel contenuto che nel tipo o stile di disciplina) si trova la raccolta più diversificata di metodi possibili e immaginabili per il conseguimento di tale fine, metodi che vanno dalle discipline specializzate dello sviluppo intellettuale predominanti nelle comunità monastiche cinesi e tibetane, fino alle discipline indiane dello sviluppo mistico od intuitivo, altrettanto introspettive (se non di più), ma decisamente più metafisiche o animistiche. In ciascuno di questi metodi lo scopo era lo stesso: la liberazione dal giogo dell'esistenza, mediante lo sviluppo d'una posizione d'indipendenza centralizzata, dalla quale si poteva percepire, comprendere e migliorare la realtà con la massima chiarezza e precisione. Tra i diversi esercizi ideati e praticati per anni, quelli dell'immobilità e della meditazione o concentrazione hanno sempre predominato, ed ancora oggi vengono praticati in tutta l'Asia. In Giappone, sacerdoti e monaci, artisti e letterati, professionisti e uomini politici praticano periodicamente questi esercizi, a casa o in appositi ritiri, cercando di ridefinire se stessi nell'hara, allo scopo di poter vivere in modo più pieno i ruoli loro assegnati nella società degli uomini.

IL CONCETTO DI ENERGIA INTRINSECA

L'elemento che esercitò la maggiore influenza sulla dottrina del bu jutsu, comunque, fu la scoperta che le discipline dell'introspezione usate per conseguire la centralizzazione nell'hara sembravano coordinare i vari fattori della personalità di un uomo in un modo che schiudeva la fonte di una strana forma di energia. Tale energia, inoltre, sembrava diversa, o almeno più vasta e comprensiva come sostanza ed intensità, rispetto al tipo comune di energia solitamente associato alla produzione del solo sistema muscolare umano. Si credeva, in generale, che questa potente fonte d'energia potesse venire utilizzata soltanto se un uomo aveva stabilizzato la posizione della centralizzazione interiore nell'hara. Il culto dell'hara, come avevano insegnato i saggi asiatici, non doveva essere considerato puramente come fine a se stesso ma l'obiettivo primario consisteva nell'allontanare l'io dalla turbolenza fantasmagorica della realtà. Doveva essere considerato, primariamente, un mezzo per conseguire il distacco, cioè un metodo per attivare il processo dell'evoluzione dell'io, impegnarlo positivamente e creativamente in quella turbolenza che egli doveva comprendere e controllare se voleva sopravvivere e progredire.

L'armonia e la liberazione suprema erano quindi raggiungibili attraverso l'unificazione equilibrata del Centro individuale, di quello sociale e di quello cosmico. Di conseguenza, l'energia coordinata del hara possedeva una portata d'intensità e di sostanza direttamente proporzionale al grado di centralizzazione raggiunto.

APPLICAZIONI DEL HARAGEI

Questi due concetti (hara come centralizzazione e integrazione, e ki come centralizzata, estesa) trovarono la loro espressione più vera nell'arte conosciuta in Giappone sotto il nome di haragei: la sua teoria e la sua pratica, a loro volta, vennero utilizzate nel tentativo di superare i complessi problemi dell'esistenza.

Nel Giappone feudale, il haragei veniva considerato anche responsabile dell'impassibilità di fronte alla morte (per fuoco o per ferro) dimostrata da tanti combattenti. Il guerriero giapponese doveva essere pronto ad affrontare la morte ogni giorno della sua vita. Disporre di metodi di combattimento estremamente elaborati o di armi ben equilibrate e di ottima fattura non era certo sufficiente. Ciò che era veramente importante era la capacità di valutare una determinata situazione e di reagire in maniera immediata, fredda ed efficace ai pericoli che egli avrebbe potuto incontrare. Così, oltre all'allenamento fisico allo scontro, venne da sempre posta grande enfasi su tutti quei metodi, fossero essi di derivazione religiosa o filosofica, considerati in grado di addestrare la mente e di garantire quel controllo interiore necessario ad affrontare il combattimento.

I maestri che, nel dojo, affiancavano ai metodi di istruzione marziale esercizi mentali tratti dalle discipline dell'illuminazione (satori), finirono per adattarli alle proprie particolari esigenze togliendo loro qualsiasi connotazione religiosa e filosofica. I due concetti comuni su cui si basarono pressoché tutti i metodi sono l'energia universale - *Ki* - ed il concetto di centro addominale - *hara* - che, insieme, diedero origine ad una vera e propria arte, l'*haragei*, che contribuì, con il supporto ideologico del *Bushido* (di cui parleremo sul prossimo numero), alla formazione della personalità impassibile ed inflessibile che rese famoso il guerriero giapponese.

Il concetto di centro è il fulcro di tutte le discipline asiatiche dell'illuminazione e può essere visto come l'antidoto alla dipendenza dell'uomo dalla sofferenza e dalla varietà dei fenomeni non essenziali.

Il centro è il punto dove il caos diventa armonia, dove l'individuale e l'universale si fondono, dove la confusione diventa chiarezza e serenità.

Ogni corrente religioso-filosofica ha posto enfasi su un concetto specifico di centro, così il buddhismo ha utilizzato la centralizzazione del basso ventre come metodo meditativo ed introspettivo volto alla conoscenza di se stessi, il taoismo ha considerato il centro come massima integrazione tra il singolo e l'universo e il confucianesimo come punto di incontro e collaborazione tra due o più esseri umani. In realtà queste sono state considerate solo diverse manifestazioni di uno stesso *centro*.

La meditazione in posizione immobile fu uno degli esercizi più frequentemente praticati da monaci, artisti e guerrieri per coltivare una corretta centralizzazione di se stessi finalizzata a poter vivere appieno il proprio ruolo sociale.

L'elemento che influenzò maggiormente il guerriero giapponese fu la scoperta che, attraverso i metodi di centralizzazione era possibile raggiungere un tale livello di coordinazione mente-corpo capace di sprigionare una forma energetica molto più intensa di quella prodotta dal solo sistema muscolare.

Questa energia vitale, generata dalla centralizzazione addominale, è ben conosciuta in tutte le discipline asiatiche come «essenza della vita» o «respiro vitale» e viene chiamata *ki* in giapponese, *ch'i* in cinese e *prana* in sanscrito.

Un tentativo di superare i problemi dell'esistenza attraverso la centralizzazione addominale e lo sviluppo di energia vitale diede origine, come già accennato, all'arte dell'haragei: la capacità di restare distaccati dagli eventi terreni, morte compresa, per raggiungere un altissimo livello di comunicazione e per poter valutare la realtà con chiarezza e impareggiabile serenità. Una delle espressioni dell'haragei che colpì maggiormente i guerrieri giapponesi fu l'impassibilità di fronte alla morte dimostrata in più occasione dai monaci uccisi nel corso delle battaglie dei clan di Nobunaga ed Hideyoshi.

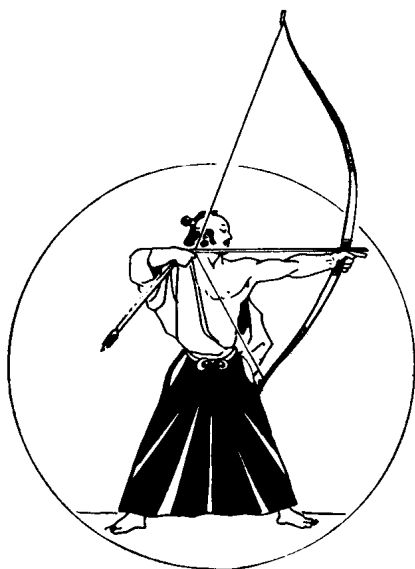
L'atteggiamento mentale dei religiosi interpretato come coraggio incrollabile e disprezzo per la morte da parte dei militari rispondeva appieno all'esigenza di equilibrio interno tanto ricercato dai *bushi* impegnati nella realtà caotica del combattimento.

Per i monaci però anche il coraggio e il disprezzo per la morte erano e sono solo aspetti emotivi di una realtà uniforme ... così la morte in un incendio o l'uccisione con la spada erano sostanzialmente identiche a qualsiasi altro tipo di morte, compresa la serena morte nel sonno ... e la morte, come tutte le altre realtà fa parte della vita. Monaci e guerrieri, seppur con fini e per strade diverse, hanno perseguito l'ideale dell'haragei prendendo dalla teoria quei concetti necessari a soddisfare le proprie esigenze specifiche. Allo stesso ideale hanno attinto anche le scuole di arti marziali tradizionali incorporando quegli aspetti e quei concetti in grado di fornire una base di controllo e di sviluppo dell'energia interiore in grado di stimolare azioni efficaci in una situazione di combattimento.

KYU JUTSU

Arte dell'arco

In questa specializzazione tradizionale del bu jutsu, i maestri consideravano di fondamentale



importanza le qualità seguenti: indipendenza di visione, che abbracciasse un campo il più vasto possibile; un'acuta percezione dei dettagli significativi, senza dispersione dell'attenzione dovuta alla paura o alla confusione; e l'energia per piegare l'enorme arco, per controllare il lancio della freccia e la sua traiettoria verso il bersaglio. Per quanto riguarda i primi due requisiti, la dottrina del kyu jutsu operava una netta distinzione tra l'idea di mirare a un bersaglio (monomi) e quella di concentrare e stabilizzare la mira (mikomi) nel lessico di quest'arte, concentrare e stabilizzare erano generali e diffusi, mentre mirare era specifico. L'arciere doveva essere in grado di ampliare e di restringere il suo campo di visione e la sua attenzione a volontà, per essere conscio del suo ambiente complessivo e per controllarlo. Nello stesso tempo, egli doveva essere in grado di percepire un'ombra particolare in agguato nelle sue vicinanze, o anche una piccolissima falla nell'armatura di un

nemico lanciato al galoppo sul campo di battaglia verso le sue linee. In questo contesto, l'arte dell'arco si avvaleva di dottrine relative al controllo mentale che erano già antiche quando avevano raggiunto il Giappone dalla Cina, insieme ai primi manuali del buddhismo.

Nel Giappone feudale erano abituali gli esercizi di meditazione e di concentrazione addominale, che spesso venivano compiuti dagli arcieri nelle stesse sale monastiche in cui i capi spirituali impiegavano gli stessi esercizi per scopi ben diversi, come ad esempio l'illuminazione (satori). Tale addestramento aveva lo scopo di produrre un guerriero che sapesse, con calma inesorabile, scagliare tutte le sue frecce contro un nemico, anche in mezzo al clamore della battaglia, o anche quando si trovava a fronteggiare un'orda di cavalleggeri nemici che convergevano rapidamente verso di lui.

Per quanto riguarda l'energia usata dagli esperti del kyu jutsu nel maneggiare i loro archi poderosi, anche i manuali più moderni che si occupano di quest'arte non possono evitare di richiamarsi al concetto di ki (usando spesso, anzi, la derivazione cinese più arcaica ed autorevole, ch'i).

Questa energia poteva essere sviluppata tramite esercizi appropriati per venire usata con efficacia nel kyujutsu.

KEN JUTSU

Arte della spada

L'arte della spada dominò l'ultima parte della storia feudale del Giappone. Esistono due fattori fondamentali del ken jutsu: i fattori esteriori (armi, tecniche, dettagli pratici) e fattori interni (concentrazione della mente, volontà); i fattori interiori ed esteriori della scherma dovevano essere considerati due parti di un unico insieme. Tuttavia, è anche vero che, in pratica, ogni maestro del ken jutsu riconosceva l'importanza primaria dell'indipendenza mentale nel controllo del combattimento.

Molti maestri predicavano che la mente doveva essere libera da ogni attaccamento, di qualunque origine e natura, se voleva esercitare tale controllo con successo. Soprattutto, la mente doveva venire sottratta all'influenza perturbatrice delle circostanze «esterne» del combattimento, come le armi impiegate, perché, «quando la mente pensa alla spada, tu diventi prigioniero di tè stesso. Ciò è dovuto al fatto che la tua mente viene arrestata da qualcosa di esteriore e perde la padronanza». Ne gli atteggiamenti, ne i gesti, ne le tecniche dovevano influenzare o limitare l'indipendenza della mente. Questa indipendenza mentale e la sua concomitante stabilità nell'affrontare il combattimento erano considerate il fondamento per quella sensibilità generale e di quella chiarezza di percezione che erano di per se stesse espressioni del controllo sul combattimento, perché consentivano a un uomo di anticipare un evento strategico o di regolarlo via via che si sviluppava.

Questa capacità della mente di concentrare tutti i suoi poteri di percezione su di un singolo oggetto, pur conscia degli elementi che la circondano, era stata usata dalle antiche e dell'evoluzione e della liberazione suprema in India, in Cina, nel Tibet.

Per i maestri del bu jutsu, tuttavia, questa intensa percezione dell'elemento singolo rappresentava un fattore significativo dell'arte del ken jutsu, raggiunta grazie all'allenamento costante della concentrazione e della meditazione. La tecnica dell'haragei era quindi fondamentale nella pratica di quest'arte. Molti maestri del ken jutsu, tuttavia, comprendevano chiaramente che l'assoluta concentrazione sul hara (un caso evidentemente molto comune) poteva produrre un robot da combattimento, ma non necessariamente un bravo spadaccino. Takuan, il grande «integratore» del ken jutsu, non vedeva alcuna differenza tra la concentrazione esagerata sui dettagli esterni (contro cui metteva in guardia tanti maestri) e la concentrazione esagerata sul hara (che molti degli stessi maestri sembravano invece approvare). Richiamandosi nei suoi scritti alle antiche fonti del haragei legate al buddhismo, nella versione giapponese dello Zen, egli si diffondeva sulle interpretazioni ristrette degli studiosi nipponici, ripetendo l'antica verità «lo Zen non ama la parzialità o la localizzazione», e ricordando di conseguenza che era un errore interpretare l' haragei in modo così specializzato da tenere la mente «imprigionata nel basso addome», poiché tale «prigionia» le impediva di «operare altrove».

Il raggiungimento di questo stato di libertà mentale era la fine dell'addestramento spirituale, al di là degli stretti confini della specializzazione che, nel caso del bushi, era professionalmente e rigorosamente di carattere militare. A quanto sembra, Takuan pensava ad una personalità più

completa di quella di un guerriero: una personalità che si trovasse a suo agio non solo nella dimensione militare dell'esistenza ma «dovunque».

Per quanto riguarda le tecniche particolari o i metodi d'addestramento adottati dalle varie scuole del ken jutsu al fine di sviluppare questo tipo di realizzazione interiore che poteva assicurare una certa misura di controllo nella dottrina di quest'arte del combattimento, molti riferimenti indiretti alle tecniche d'introspezione usate nei monasteri e in altri centri spirituali, dove venivano perseguiti austeramente i fini del buddhismo e del taoismo. Le tecniche di una particolare gruppo, lo Zen, sembra fossero particolarmente osservate dai bushi che ne fecero il "metodo" di professione.

SUMO

Arte della lotta

L'arte del haragei costituisce l'ispirazione della teoria e della pratica del sumo. Il haragei è espresso, tanto per cominciare, nello stesso sviluppo somatico del sumotori. Harrison, agli inizi del 1900, aveva già notato che, contrariamente alle tendenze occidentali in fatto di allenamento atletico, i giapponesi sembravano attribuire maggiore importanza ad una «base» larga, a un grosso ventre, che non a un «torace ampio». Questa osservazione è altrettanto valida oggi, poiché le ragioni del «ventre a botte» sono meglio comprese.

JU JUTSU

Arte della cedevolezza

Non vi è dubbio che quasi tutte le principali scuole del ju jutsu, basate come sono sul principio della flessibilità strategica, erano influenzate dalla dottrina del haragei, quando addirittura non ne dipendevano completamente. I metodi del combattimento senz'armi venivano spesso praticati nelle stesse sale e sotto la direzione degli stessi maestri che insegnavano il bu jutsu armato (i metodi senz'armi venivano considerati arti sussidiarie), e permettevano così alle idee ed ai concetti della centralizzazione interiore di essere notevolmente sviluppate. Le rivelazioni su questi fattori e su queste dimensioni interiori dell'arte incominciarono ad emergere all'inizio del nostro secolo, quando il declino temporaneo della classe militare dopo la Restaurazione di Meiji aveva reso piuttosto irrilevanti i metodi di combattimento, causando così un allentamento del vincolo di segretezza che in precedenza era stato reso necessario dalla concorrenza tra le varie famiglie ed i diversi clan.

KIAI JUTSU

Arte del grido

L'arte del kiai è il haragei al suo punto più elevato di specializzazione strategica. Si conoscono pochi particolari circa le tecniche di addestramento che venivano usate per produrre quell'unificazione preliminare di corpo-mente nel hara che permetteva a certi bujin di paralizzare, uccidere o viceversa salvare la vita di un altro guerriero con un grido concentrato.

Sembra indiscutibile, comunque, che il kiai fosse il haragei vocale; la concentrazione addominale incanalava la sua energia coordinata verso un bersaglio tramite le corde vocali di un uomo.

IAI JUTSU

Arte dell'estrarre la spada

E' un'arte prettamente difensiva incentrata su diversi metodi d'impiego della spada, la quale deve essere estratta partendo dalla posizione di riposo (dall'interno del fodero). Le fasi principali dello Iai sono: nuki (estrazione), kiri (taglio), chiburi (scolatura della lama), noto (rinfodero).

KYUSHO JUTSU

Arte di colpire i punti vitali

I kyusho sono punti vitali lungo il corpo umano che, una volta colpiti, possono interrompere il flusso di energia dell'avversario. Quest'arte era associata principalmente all'uccisione del nemico ma, con il tempo, ne venne sottolineata anche la valenza preventiva e di guarigione; infatti, tali punti (tsubo) quando venivano colpiti potevano anche aiutare a rianimare una persona e, a tale proposito, esisteva un'arte chiamata kuatsu ("salvare la vita").

KEIRAKU ANMA

Massaggio nei meridiani (Tecniche del Buijutsu)

Sono un insieme di tecniche di massaggio orientale e di cura del corpo che vengono praticate attraverso la stimolazione dei keiraku ("canali", i meridiani energetici) allo scopo di favorire il corretto flusso del Ki ("Energia") all'interno dell'organismo.

TECNICHE MODERNE (BUDO)

JUDO

Il judo ai suoi livelli più elevati, si basa anch'esso sulla dottrina del haragei e sul sistema di centralizzazione ed estensione addominale, quali requisiti fondamentali per la stabilità mentale, il controllo e la potenza.

Gli effetti funzionali della centralizzazione interiore e dell'estensione nel judo erano legati all'indipendenza mentale, alla capacità di agire o di reagire, all'agilità e alla stabilità. Il maestro Kano aveva riconosciuto chiaramente i pericoli dell'attaccamento ed i suoi effetti disastrosi sulla coordinazione, e spesso usava acuti attacchi psicologici per «sbloccare» le menti dei suoi allievi, quando questi sembrano incapaci di eseguire correttamente una tecnica.

Un risultato dell'addestramento intenso nel haragei ai fini del combattimento, notato da molti esperti del judo, era che la stabilità verticale veniva mantenuta facilmente, soprattutto di fronte a tecniche di sbilanciamento e di proiezione.

Nel judo lo speciale esercizio di respirazione addominale, praticato in molti modi (tutti incentrati, comunque, sotto l'ombelico), è considerato il migliore per sviluppare questi fattori interiori.

Oggi, nei manuali del judo si trovano scarsi riferimenti ai metodi di addestramento adottati dalle scuole del judo allo scopo di sviluppare questa fondamentale condizione cinetica di centralizzazione, ma i trattati migliori non trascurano mai di ricordarne l'esistenza e di porne in risalto l'importanza.

Le varie pratiche di concentrazione, meditazione e respirazione addominale (non seguite in modo uniforme in tutti i centri di istruzione del judo) vengono lasciate generalmente alla discrezione del singolo istruttore che può o meno giudicare significativa l'importanza strategica dei fattori interiori. La loro coltivazione tramite la tecnica statica dello zazen, inoltre, è ancora un preliminare della coltivazione più dinamica degli stessi fattori tramite la pratica meticolosa dei kata.

KARATE DO

“Via mani vuote”

Solo pochissimi libri moderni sull'interpretazione giapponese di quest'arte chiamano ampiamente ai fattori interiori della disciplina, cioè la stabilità mentale per il controllo totale e l'estensione dell'energia coordinata. Ma i maestri di karate da sempre sottolineano l'importanza di tali fattori interiori sui quali si fonda la disciplina stessa; tali caratteristiche vengono sviluppate attraverso esercizi di concentrazione, meditazione respirazione. A quest'ultimo proposito:

Vi sono due tipi di respirazione praticati (nella varietà GOJU del Karate); in-ibuki e lo yo-ibuki. L'in-ibuki è il tipo di respirazione morbido ma saldo che comincia dalle profondità dell'addome. È simile al tipo di respirazione che viene praticato nella meditazione yogica e dello zen, e solitamente viene diretto verso fini spirituali e meditativi. Gli aderenti al Goju non si stancano mai di ripetere che questo è il tipo normale di respirazione del bambino piccolo. Soltanto quando diventiamo più grandi impariamo a respirare con il petto. Lo yo-ibuki è lo stile duro della respirazione. Gli effetti sonori sono minacciosi. Il respiro è sonoro e pesante e viene dal profondo, producendo un suono simile a quello di una tigre che si accinge ad avventarsi. L'inalazione viene effettuata a mezzo di rapide inspirazioni attraverso il naso, mentre l'esalazione è un processo prolungato di brevi respiri attraverso la bocca. Nell'esalazione tutto il corpo è teso, compresi la gola e l'esofago. Questo restringe il passaggio dell'aria, e l'aria viene espulsa a forza dall'addome.

AIKIDO

“Via dell’armonia energetica”

Fra le moderne discipline del combattimento derivate dalle varie forme del budo (armato e disarmato) praticato dal bushi del Giappone feudale, l'arte dell'aikido sembra l'unico metodo che, a tutti i livelli, è basato sulla dottrina del haragei. Considerata la chiave di quella continua stabilità mentale e di quell'estensione dell'energia coordinata da cui (come affermano quasi all'unanimità tutti gli istruttori dell'aikido) dipende la soluzione esatta dei problemi strategici.

I fattori esteriori dell'arte, le strategie del combattimento e le tecniche d'immobilizzazione e di proiezione sono elementi importanti del metodo, ma la loro esatta esecuzione dipende dal giusto sviluppo e dall'efficiente utilizzazione di quel centro interiore, di stabilità mentale e di energia coordinata.

La definizione di ki che s'incontra nella dottrina dell'aikido è legata alla dimensione cosmica del haragei, profondamente radicata nella cosmogonia tradizionale del Giappone, in particolare come viene espressa nelle forme dello Shinto. Partendo dallo stato originario di caos e dall'unificazione della realtà nel flusso dinamico della vita, questa dottrina assegna un significato spirituale alla forza di quella vita e la qualifica come primariamente «mentale» o interiore. Per il maestro dell'aikido la forza è mentale. Il corpo è solo uno strumento. Se si allena soltanto il corpo, ne deriva uno squilibrio, e in età avanzata l'atleta soffre, deve sempre «tenersi in forma», anche se i suoi organi interni non sono in grado di sopportare lo sforzo muscolare necessario. Ma il corpo si limita a seguire la mente, e quindi l'uomo deve addestrare la mente, sviluppando al massimo il proprio sistema nervoso, in modo da poter usare i muscoli con la massima efficienza. Il risultato è una forza fisica che i seguaci dell'aikido chiamano ki o «forza vitale».

Nell'aikido, perciò, tutti gli esercizi tendono a sviluppare questa centralizzazione interiore e la sua estensione coordinata delle energie vitali.

Ogni forma di aiki è una tecnica per addestrarsi al controllo del ki, questa forza illusoria, sfuggente, fluida e indefinibile.

BUIDO

“Via del guerriero”

Buido è l'arte originaria dei samurai giapponesi per mantenersi in buona salute. E' costituito da un insieme di forme e filosofie marziali antiche e ancora oggi poco conosciute perché rimaste segrete all'interno della tradizione delle famiglie samurai. Oltre a queste, ne fanno parte anche tecniche olistiche tradizionali orientali che esercitano il fisico e lo spirito, che ristabiliscono il libero movimento del corpo e mantengono l'equilibrio della mente.

LA SINTESI MARZIALE

Il bujin del Giappone feudale, quindi, usava il concetto di hara come il punto principale (se non assoluto) di concentrazione mentale: come un mezzo per impedire che la sua attenzione si attaccasse a qualcosa (emozioni, posizioni, armi, gesti, ambiente, numero degli avversari e così via) che poteva distrarlo dal suo scopo: sconfiggere l'avversario a qualunque costo.

L'atteggiamento mentale di un bushi in combattimento era quello di un uomo che aveva abbandonato ogni speranza di vincere, ma si concentrava su di un unico scopo... lanciarsi all'attacco nel momento stesso in cui si trovava di fronte un avversario. Questo confronto era considerato così necessario ed era così stimato da diventare una delle norme fondamentali del codice di condotta (Bushido) non scritto del guerriero.

Il guerriero era totalmente dedito alla sua missione, una volta che era stato impartito un ordine dell'autorità competente, e la sua fermezza e la sua decisione suicida nell'eseguire tale comando. L'ordine poteva venire impartito dal suo signore o dal suo superiore immediato, se egli era affiliato a un clan, oppure veniva dal codice non scritto di condotta, basato sulla tradizione e consuetudine, se era un guerriero senza padrone (ronin).

Il Hagakure, classico militare, pone in grande risalto la disponibilità del samurai a dare la vita in ogni momento, perché afferma che nessuna grande opera è mai stata compiuta senza impazzire... cioè, per dirla in termini moderni, senza passare attraverso il normale livello di coscienza, senza scatenare le energie interiori nascoste al di sotto di questa.

Perciò l'haragei divenne un metodo per raggiungere uno strano tipo di stato mentale incentrato sull'eliminazione delle inibizioni (originate all'esterno o dall'interno della personalità del bushi) che avrebbero potuto interferire con la sua decisione o con il suo fine.

I ripetuti riferimenti al ki che si incontrano in quasi tutte le specializzazioni del bu jutsu non debbono indurci a credere che questo tipo d'energia fosse tanto comune tra i bujin giapponesi da costituire la norma anziché l'eccezione o l'ideale. Anzi, era assai più vero il contrario. I termini come esoterico, divino, misterioso, usati spesso dagli autori di opere sul bu jutsu quando parlano del ki, indicano chiaramente che la conoscenza e l'uso di questa energia erano palesemente limitati. Per esempio, un autore dice che «quando un uomo possiede veramente la centralizzazione nel hara, non ha più bisogno della forza muscolare, perché può vincere impiegando una forza completamente diversa».

Nel contesto specifico del bu jutsu, perciò, il livello più immediato d'integrazione delle energie dell'uomo stava nella fusione dei suoi poteri mentali di percezione, sensibilità e concentrazione con i poteri fisici di esecuzione. Raramente, nella dottrina del bu jutsu, troviamo il termine ki usato da solo; appare invece solitamente in combinazioni, come aiki o kiai, che denotano «un composto di ki significante 'mente', 'volontà', 'stato d'animo', 'spirito', ecc... e ai, contrazione del verbo awasu, significante 'unire'».

LA MORALE DEL BU JUTSU

La via del guerriero

Nella dottrina delle arti marziali, la pratica del bu jutsu (cioè le arti, le tecniche strategiche, il controllo interiore e l'energia) viene raramente considerato come l'aspetto primario di tali arti.

I maestri si richiamano invece spesso ad un sistema di etica, di morale, che motiva e ispira la pratica (jutsu) dall'interno, e la guida verso il raggiungimento di scopi supremi e remoti, ben al di là dei confini immediati e ristretti del mondo del combattimento tra uomini. Nella dottrina del bu jutsu, questo sistema viene solitamente detto budo, un termine formato dalla combinazione dell'ideogramma bu (che denota la dimensione militare della cultura nipponica) con l'ideogramma do, correlato più specificamente al regno rituale. Do, infatti, viene di solito tradotto come «via» (o «modo») di vedere, comprendere e di motivare il comportamento in senso filosofico o religioso; come «dottrina» (cioè i principi insegnati e accettati dai seguaci di una filosofia, un gruppo religioso, di una scuola). Do denota quindi più una fede che una tecnica, una visione più che l'esecuzione, la motivazione piuttosto che l'azione.

Budo, perciò, si identifica con le motivazioni supreme che dovevano regolare la condotta del guerriero giapponese (bu-shi).

Il budo, perciò, si riferisce alla condotta della classe militare nipponica, nonché alla disciplina che quella classe aveva adottato ed affermava di seguire, nel tentativo di adeguarsi a certi dettami morali e di integrare ogni guerriero nel sistema come individuo stabile, maturo e quindi fidato.

Il concetto di devozione assoluta al superiore diretto, il concetto concomitante di obbedienza indiscussa; l'obbligo, per il samurai, di essere frugale e spartano nella vita di tutti i giorni e austeramente inaccessibile al dolore e alla paura della morte; il dovere di rispettare i guerrieri degli altri clan, di trattarli secondo minuziose regole di etichetta che regolavano l'esistenza e in funzione di tutti nell'ambito dell'ordine sociale del buke, e così via: erano tutte norme applicate verticalmente e riconosciute valide e vincolanti per il solo bushi, solamente nei confronti dei suoi superiori diretti. Le altre classi del Giappone feudale, e perciò la maggioranza della popolazione giapponese nell'era feudale, non erano tanto soggetti del Bushido quanto assoggettati con la forza ai dettami socio-culturali e storici del momento.

Il valore dello Zen nel Bu jutsu

Uno stretto legame unisce il bu jutsu allo Zen.

Si sostiene in genere, infatti, che lo Zen costituisse il fondamento delle arti marziali nel Giappone feudale, che fornisse alla dottrina del bu jutsu la teoria ed una filosofia per spiegare e giustificare la pratica delle arti marziali, offrisse al buji discipline appropriate per sviluppare un carattere forte e grande personalità. Spesso il bushi frequentava i templi buddhisti, le loro sale di meditazione che erano chiamate dojo «il nome di un luogo dedicato ad esercizi religiosi, e il suo significato sanscrito originario, bodhimandala, luogo d'illuminazione». Questo nome venne adottato dal bujin giapponese per identificare tutte le sale in cui egli praticava il bu jutsu, ed ancora oggi il termine viene usato per indicare il luogo in cui viene insegnata e praticata una particolare derivazione del bu jutsu, come il judo, il karate, l'aikido, il kendo, ecc.

Sappiamo inoltre che molti sacerdoti dello Zen si recavano in vari centri o risiedevano in dimore in cui istruivano i «signori della guerra» ed i loro subordinati nelle discipline mentali del controllo e dell'integrazione.

Dal periodo Kamakura fino alla fine del periodo Tokugawa, il rapporto tra lo Zen ed i guerrieri era cresciuto fino a permeare l'intera cultura feudale del Giappone. Di conseguenza, si riflette in quasi tutte le arti e in quasi tutti i mestieri principali del paese, giustificando così l'affermazione che ancora oggi nessuna scuola del buddhismo può essere considerata totalmente giapponese quanto lo zen.

Il fine dello Zen era acquisire una visione dell'essenza della realtà per distinguere ciò che era vero da ciò che era falso e la retta via dalle molte strade sbagliate che continuamente conducono l'uomo all'incoerenza ed al disordine. Originariamente lo Zen, come le versioni primitive del buddhismo,

predicava un intenso rispetto e un profondo amore per tutte le forme di vita. Per esempio, i sacerdoti dello zen portavano il tipico scacciamosche per allontanare gli insetti prima di sedersi in qualche posto, onde non schiacciarli involontariamente, e uno speciale pezzo di garza per filtrare l'acqua prima di berla per salvare «le piccole creature» dal pericolo di venire inghiottite inavvertitamente. Per loro, la vita era la stessa ovunque, indipendentemente dalle forme che poteva assumere.

Secondo i principi fondamentali del buddhismo e dei suoi gruppi, consideravano le distinzioni, da noi conosciute nella storia scritta, come un mezzo insoddisfacente con cui l'uomo cercava di rassicurarsi contro i terrori dell'esistenza, per poi ritrovarsi comunque prigioniero di terrori creati da lui stesso.

Lo Zen aveva il suo metodo per arrivare al «nocciolo della realtà», alla «verità».

Questa ricerca introspettiva costituiva uno dei principali sentieri della salvezza offerti negli antichi insegnamenti del Buddha. Veniva chiamato dhyana, una parola che significava meditazione. Si diffuse in Honan in Cina, dove venne conosciuto attraverso Taomo come ch'an e poi, giungendo in Giappone, dhyana divenne zen. La concentrazione mentale sui vari aspetti della realtà e (quando la mente era disciplinata e meno soggetta a diversioni sensoriali o psicologiche), la profonda meditazione su tali aspetti per comprendere la totalità della realtà diventarono i segni distintivi dello zen e la sua disciplina e la sua tecnica primarie. Seguendo l'esempio di tanti altri gruppi buddhisti che avevano cercato la solitudine quale ambiente più appropriato alla meditazione, i sacerdoti zen si organizzavano in monasteri (generalmente lontani dalle città grandi e piccole); e la loro storia si fonde con quella degli altri ordini militanti di quell'epoca. Tuttavia, a differenza di altri ordini buddhisti, il loro disprezzo per l'erudizione libresco e l'estrema semplicità dei loro riti erano una caratteristica che, almeno inizialmente, li distinse da tutti gli altri. Sembra che i capi dello zen dei primi periodi fossero eruditi disincantati dell'inefficienza della conoscenza scolastica nella ricerca della verità e che si erano perciò rivolti all'io e alla realtà per «vedere» e «comprendere» più chiaramente. Essi incoraggiavano, i loro seguaci meno istruiti a fare lo stesso, esortandoli a non cercare di studiare le cronache scritte che attestavano la lotta dell'uomo per creare una memoria sociale. Perciò persone d'ogni classe e rango subirono il fascino di questa dottrina diretta e semplificata a loro congeniale, che eliminava le barriere scolastiche erette dalle classi superiori e dai letterati per conservare le loro posizioni privilegiate. Ognuno, indipendentemente dal fatto che fosse capace di leggere, scrivere o capire la parola scritta, poteva conseguire l'illuminazione mediante la meditazione, sotto la guida di un bonzo esperto nell'assistere il neofita nel compito di mantenere costantemente il flusso della coscienza su di un dato obiettivo, per identificarsi alla fine con esso, e per suo mezzo con l'immensa verità che contiene ed anima tutta la vita.

Le tecniche della meditazione e della concentrazione venivano sviluppate e affinate mediante molti esercizi d'integrazione, parecchi dei quali comportavano l'uso del hara ed i relativi esercizi di respirazione addominale. Accrescendo la vitalità e la forza del neofita, aumentava la sua capacità di concentrare le energie mentali sulla ricerca introspettiva della verità: una verità che, nello Zen, si trova principalmente in se stessi.

Un uomo perfettamente versato nelle tecniche della meditazione e della concentrazione poteva isolarsi completamente dalla realtà di cui faceva parte, per diventare inaccessibile ad ogni sorta di sollecitazioni esterne, come il disagio fisico, il dolore e, infine, anche la morte. Bodhidharma (in giapponese Daruma), primo patriarca del gruppo zen, per esempio, secondo la tradizione trascorse nove anni in meditazione silenziosa, sempre rivolto verso lo stesso muro del tempio: venne soprannominato «il Brahman che guarda il muro».

I guerrieri, sempre affascinati professionalmente dai vari modi di affrontare la morte con indifferenza e disprezzo, erano giunti a credere che i maestri dello Zen si prendessero gioco della morte. Questa interpretazione storica del buddhismo, com'è comprensibile, non era molto popolare nel Giappone dell'epoca pre-Kamakura (cioè dall'inizio del periodo Nara al tardo periodo Heian), quando la corte dell'imperatore, nella vecchia Kyoto (con i suoi eruditi confuciani e i metafisici sacerdoti shintoisti), abbagliava il paese con il suo splendore.

I buke si dedicarono allo Zen, più che alle altre scuole del buddhismo, per trovare modi di rafforzarsi per affrontare gli orrori della loro professione e, in generale, i terrori dell'esistenza. Data la natura di questa setta, non era evidentemente il desiderio di sondare l'erudizione profonda a spingerli verso lo Zen.

Il contributo più importante dato dallo Zen al bu jutsu era lo sviluppo dei poteri intuitivi della personalità umana. L'intuizione, in contrapposizione all'intelletto e alla razionalità, era già un canone cardinale dello Zen, poiché i suoi maestri credevano che l'intuizione fosse il modo più diretto per arrivare alla verità. Per un uomo esposto continuamente al pericolo, l'intuizione era la qualità che il combattente giapponese dell'epoca feudale riteneva opportuno sviluppare particolarmente, per poter reagire immediatamente alle sollecitazioni di una realtà pericolosa senza indugiare a riflettere e a soppesare i dubbi.

Lo Zen era una delle principali fonti d'ispirazione per quanto riguarda i metodi di sviluppare e mantenere tali atteggiamenti mentali di calma olimpica e di nitida percezione, conosciuti come tsuki-no-kokoro («una mente calma come la luna»). L'intuizione (intesa nel haragei dello Zen) si affinava ancora di più mediante la centralizzazione dell'energia.

Il combattente del Giappone feudale, naturalmente, era ancora più vicino alla superficie della sua cultura, e il suo interesse per la respirazione addominale era chiaramente il più pragmatico e pratico di tutti. Egli dipendeva da un severo controllo mentale e da slanci istantanei di energia per compiere i suoi doveri professionali di bushi e se era un bujin, aveva esigenze analoghe per poter combattere bene.

Lo Zen lo aiutava a sviluppare parecchi metodi di respirazione addominale che, come si è notato, permetteva a un samurai di esplodere in piena azione con forza devastante, espressa solitamente tramite la pienezza concomitante di un kiai o «grido dello spirito».

Le tecniche della respirazione addominale adottate dalle varie scuole di bu jutsu tra i moltissimi metodi esistenti nella cultura giapponese in particolare e, in generale, nella cultura cinese e indiana, venivano naturalmente manipolate o alterate in modo drastico dal bushi per trasformarle nel veicolo perfetto per sviluppare il hara come Centro di quel controllo psicologico e di quell'energia che egli avrebbe usato in combattimento per controllare le armi e le tecniche impiegate al fine di sopraffare le resistenze dell'avversario e causarne la sconfitta. Molte delle tecniche della respirazione addominale usate nelle scuole del bu jutsu scomparvero con le scuole stesse, perché la politica di segretezza adottata fece degenerare quasi tutti i loro metodi di respirazione in rituali rappresentativi dello pseudo-misticismo tipico dell'ultranazionalismo militante, o li fece scomparire completamente.

Dai molti riferimenti sparsi nella dottrina delle arti marziali risulta che, nel complesso, il bujin aveva preso dalle versioni nipponizzate dello zen ciò che pensava lo aiutasse a diventare un combattente più efficiente, per fare meglio ciò che la sua professione gli imponeva di fare: servire il suo daimyo con la massima concentrazione, combattere bene e morire bene se era necessario. Perciò le forme giapponesi dello Zen evitavano scrupolosamente i trabocchetti intellettuali del dubbio e dell'interesse per quei principi universali che si trovano solitamente nei sistemi superiori d'etica legati all'esistenza umana. Esse offrivano invece al guerriero tecniche appropriate (meditazione, concentrazione, centralizzazione interiore, estensione dell'energia, respirazione, eccetera) per migliorare la sua personalità e le sue capacità professionali. Lo Zen gli forniva anche le teorie della concentrazione addominale e, come possiamo vedere richiamandoci ai testi classici del bu jutsu, il suo sviluppo contribuiva ad assicurare l'indipendenza mentale e la concentrazione della volontà tramite il vettore della meditazione disciplinata. Veniva ulteriormente rafforzata e sviluppata per mezzo della pratica della respirazione addominale, una tecnica che divenne presto caratteristica di tutte le manifestazioni più alte della cultura giapponese dopo il periodo Kamakura. Inoltre, lo Zen sembra avere influenzato lo stile della documentazione delle tecniche dei vari ryu del bu jutsu. Il compito di metterle per iscritto, di conservarle nei documenti gelosamente custoditi in ogni scuola e trasmessi soltanto di padre in figlio, era di solito assegnato ad un sacerdote Zen che risiedeva in un monastero vicino, quando non veniva espletato dallo stesso maestro della scuola, che era spesso un mistico militante, esperto nelle immagini allegoriche dei testi dello Zen.

BIBLIOGRAFIA

PELLANDRA HATTORI CARLO, *La scienza perduta dei samurai nobili*,
Trieste, Jubal editore Collana I Tesori, 2004

RATTI OSCAR-WESTBROOK ADELE, *I segreti dei samurai. Le antiche arti marziali*,
Roma, Edizioni Mediterranee, 2002

PAVANI GIUSEPPE, *appunti e annotazioni personali*.

H. Plèe – F. SAIKO, *L'arte sublime ed estrema dei Punti Vitali*
Roma, Edizioni Mediterranee,

INDICE

PREMESSA	Pag.	1
BU JUTSU	Pag.	2
BU JUTSU e BUI-JUTSU, <i>ARTE MEDICA DEL GUERRIERO.</i>	Pag.	2
L A RESPIRAZIONE E IL MOVIMENTO	Pag.	2
KEIRAKU BUDO	Pag.	2
BUDO CLASSICO	Pag.	3
KYOU KEN-JUTSU Arte della salute	Pag.	3
CONCETTI PRINCIPALI DEL KYOU KEN-JUTSU	Pag.	4
ORIGINI DEL BU JUTSU	Pag.	6
IL DIPENDENTE MILITARE: IL SAMURAI	Pag.	6
EDUCAZIONE E CULTURA DEL SAMURAI	Pag.	8
GLI STUDI DEI SAMURAI	Pag.	9
I CLASSICI CINESI (MYOKYO)	Pag.	9
BUSHIDO	Pag.	10
LA DONNA (ONNA) DEL SAMURAI	Pag.	12
RONIN: GUERRIERO SENZA PADRONE	Pag.	12
IL HEIMIN	Pag.	14
I CONTADINI		
IL CLERO MILITANTE		
MERCANTI E ARTIGIANI		
LA MALAVITA E LE FORZE DI POLIZIA		
I FATTORI ESTERIORI DEL BU JUTSU	Pag.	16
SHAOLIN-SSU E BUJUTSU CLASSICO		
SCUOLA MARZIALE DEI MERIDIANI: KEIRAKU BUDO	Pag.	18
ARMI E TECNICHE	Pag.	18
I CENTRI D'ISTRUZIONE MARZIALE	Pag.	20
PRINCIPALI SCUOLE DEL BU JUTSU NEL GIAPPONE FEUDALE	Pag.	24
IL SISTEMA DEI GRADI NELLE DERIVAZIONI MODERNE DEL BU JUTSU FEUDALE	Pag.	25
GRADI	Pag.	26
QUALIFICHE MODERNE OCCIDENTALI	Pag.	26
IL SENSEI	Pag.	27

LE PRINCIPALI ARTI MARZIALI	Pag.	29
L'ARTE DELL'ARCO		
L'ARTE DEL COMBATTIMENTO CON LA LANCIA		
L'ARTE DELLA SCHERMA		
L'ARTE DELL'EQUITAZIONE MILITARE		
L'ARTE DEL NUOTO IN ARMATURA		
LE ARTI MARZIALI MINORI	Pag.	31
L'ARTE DEL VENTAGLIO DA GUERRA		
L'ARTE DEL BASTONE		
L'ARTE DEL JITTE		
I METODI COLLATERALI DEL COMBATTIMENTO	Pag.	32
L'ARTE DELLA CATENA E ALTRE ARMI		
NIN JUTSU		
IL BU JUTSU SENZ'ARMI	Pag.	33
METODI DI COMBATTIMENTO SENZ'ARMI	Pag.	33
L'ARTE DELLA LOTTA		
LE SCUOLE DI JU JUTSU		
SCUOLE DI AIKI JUTSU		
LE ARTI DELLA PERCUSSIONE		
L'ARTE DEL KIAI		
FATTORI INTERIORI DEL BU JUTSU	Pag.	36
CONTROLLO ED ENERGIA		
CONCETTO DI CENTRO		
IL CONCETTO DI ENERGIA INTRINSECA		
APPLICAZIONI DEL HARAGEI		
KYU JUTSU Arte dell'arco	Pag.	38
KEN JUTSU Arte della spada	Pag.	39
SUMO Arte della lotta	Pag.	40
JU JUTSU Arte della cedevolezza	Pag.	40
KIAI JUTSU Arte del grido	Pag.	40
IAI JUTSU Arte dell'estrarre la spada	Pag.	40
KYUSHO JUTSU Arte di colpire i punti vitali	Pag.	41
KEIRAKU ANMA	Pag.	41
Massaggio nei meridiani (Tecniche del Buijutsu)		
TECNICHE MODERNE (BUDO)	Pag.	42
JUDO		
KARATE DO "Via mani vuote"	Pag.	42
AIKIDO "Via dell'armonia energetica"	Pag.	43
BUIDO "Via del guerriero"	Pag.	43
LA SINTESI MARZIALE	Pag.	44
LA MORALE DEL BU JUTSU	Pag.	45
LA VIA DEL GUERRIERO		
IL VALORE DELLO ZEN NEL BU JUTSU		
BIBLIOGRAFIA	Pag.	48