

# Facoltà di Studi Orientali Corso di Laurea Triennale in Lingue e Civiltà Orientali Cattedra di Religioni e Filosofie dell'Asia Orientale

# LE INFLUENZE DELLO ZEN NEL TIRO CON L'ARCO GIAPPONESE

Relatrice Prof.ssa Donatella Rossi Canditato
Daniele Minnone
matricola n° 1189748

Anno accademico 2009/2010

# Sommario

Introdu	zione	1
Capitol	o 1 - Lo Zen in Giappone	5
1.1	II Buddhismo Zen	5
1.2	Introduzione dello Zen in Giappone: la scuola Rinzai	6
1.3	Dōgen e la scuola Sōtō	7
1.4	Fondamenti dello Zen	9
1.5	Influenza dello Zen sulla cultura giapponese	11
Capitol	o 2 – Le arti marziali: da <i>bujutsu</i> a <i>budō</i>	14
2.1	II bujutsu	14
2.2	Le arti marziali nel periodo Tokugawa	16
2.3	Dalla restaurazione Meiji al Budō moderno	20
Capitol	o 3 – II tiro con l'arco: da <i>kyūjutsu</i> a <i>kyūdō</i>	22
3.1	Evoluzione storica del tiro con l'arco	22
3.2	Arco e sacralità	26
3.3	Zen e tiro con l'arco	27
Capitol	o 4 – II tiro con l'arco, lo Zen e l'Occidente	32
4.1	La diffusione dello Zen in Occidente	32
4.2	Herrigel: "Lo Zen e il tiro con l'arco"	34
4.3	La critica di Yamada Shōji	35
Conclus	ioni	38
Glossari	io	40
Bibliogr	afia	43
Citograf	ia	4.4

#### Introduzione

Il tiro con l'arco (kyūdō, 弓道) è considerato una delle arti marziali più pure e in grado di rispecchiare la mentalità giapponese. Sin dall'antichità ha infatti avuto una grande rilevanza nella storia e nella tradizione del Giappone estendendo la sua importanza al di là dell'uso in campo militare.

Non è semplice inquadrare e definire chiaramente il *kyūdō* (弓道), se si vuole andare al di là degli aspetti tecnici o mentali del tiro, e tentare invece di coglierne la vera essenza. Il *kyūdō* (弓道) è una disciplina che presenta diverse sfaccettature, le quali lo rendono molto diverso dalle altre forme di arcieria. L'abilità nel colpire il bersaglio è importante, ma non esclusiva: è necessario migliorarsi continuamente per tirare con la giusta attitudine, e per ottenere questo risultato occorre superare la dualità tra corpo e mente, tra arciere e bersaglio, abbandonando i pensieri estranei, e liberandosi dalla razionalità, in modo che pensiero e azione possano essere simultanei.

Questi concetti, insieme alle caratteristiche di armonia, bellezza, grazia, dignità e tranquillità, hanno posto il  $ky\bar{u}d\bar{o}$  (弓道) in stretta relazione con il Buddhismo Zen (禅), <sup>1</sup> e gli hanno conferito il significato di Via ( $d\bar{o}$ , 道), <sup>2</sup> ovvero uno strumento in grado di far crescere interiormente l'essere umano, e di trasformarlo profondamente in armonia con la natura.

In particolare dalla fine dell'800, molti autori hanno messo in evidenza il forte influsso che lo Zen ha avuto sul tiro con l'arco così come in tutte le espressioni della cultura e della società giapponese. Tale influsso è diventato determinante soprattutto quando l'arco ha perso la sua importanza nel

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Per un approfondimento vedasi Capitolo 1.

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Termine giapponese che deriva dal cinese *Dào*, concetto metafisico originato dal Taoismo per poi essere adottato da gran parte delle filosofie orientali come il Confucianesimo e il Buddhismo Zen. Nell'uso comune il termine *Dào* indica una strada, una via o una dottrina, mentre in senso più simbolico indica il giusto modo di esistere, oppure uno stato di illuminazione spirituale raggiunto con la pratica di una disciplina. Il Dào è essenza fondamento dell'equilibrio universale.

combattimento, e si è invece accentuata l'attenzione sulla componente spirituale che ne è diventata la parte prevalente. Queste opinioni hanno avuto un forte impatto sulla concezione che in Occidente si è diffusa riguardo tutte le arti marziali.

In tempi più recenti altri autori <sup>3</sup> hanno però fortemente criticato queste opinioni, assumendo una posizione nettamente contrastante, negando una relazione, o ammettendola a un livello superficiale ed esteriore.

Scopo di guesta tesi è offrire un contributo sull'argomento, considerando le relazioni presenti tra i principi filosofici dello Zen e il tiro con l'arco, attraverso la descrizione dell'evoluzione storica delle arti marziali e del kyūdō (弓道) in particolare, e il confronto tra le contrapposte teorie che si sono sviluppate su questo tema.

Questa analisi si svilupperà partendo da una panoramica sulla diffusione dello Zen in Giappone attraverso le due scuole principali Rinzai (臨済) e Sōtō (曹洞), le quali, pur derivando da una matrice comune, si distinguono nel diverso grado di rilevanza che attribuiscono ai kōan (公案) 4 e allo zazen (坐 禅) <sup>5</sup> per raggiungere il risveglio spirituale, il satori (悟り). Saranno poi esposti i fondamenti dello Zen, con particolare enfasi sul concetto di non-mente (mushin, 無心), lo stato di vuoto in cui la mente, in modo spontaneo e non graduale, riesce a liberarsi dalla razionalità e a raggiungere l'illuminazione. Si descriverà infine il modo in cui lo Zen ha influito sui vari aspetti della cultura giapponese, mettendo in evidenza la sua capacità di inserirsi nel contesto culturale e di esprimere tendenze già presenti introducendo allo stesso tempo importanti elementi innovativi.

<sup>&</sup>lt;sup>3</sup> Cestari M., Faure B., Sharf R. H.

<sup>&</sup>lt;sup>4</sup> Pronuncia giapponese della parola cinese gōng'àn, strumento usato nella pratica meditativa consistente in un'affermazione paradossale atta a favorire il distacco dai preconcetti e da una razionalità limitata, incapace di vedere oltre se stessa.

<sup>&</sup>lt;sup>5</sup> Dal cinese tso-Chán, indica la meditazione seduta che pacifica e calma il corpo e la mente.

Nel secondo capitolo si esaminerà il modo in cui le arti marziali si sono sviluppate nel corso dei secoli, particolare riferimento al passaggio da *bujutsu* (武術) a *budō* (武道): dalle arti intese come tecniche di combattimento, finalizzate principalmente all'aspetto militare, alle arti considerate come Via per aumentare la consapevolezza della propria natura spirituale. Questa evoluzione avviene contestualmente alla perdita dell'importanza delle arti marziali nel campo militare e alla diffusione delle stesse al di fuori della classe dei guerrieri, elementi, questi, che hanno favorito la possibilità di valorizzare gli aspetti etici e spirituali. Si evidenzia come è possibile ritrovare l'influsso dello Zen, anche se con aspetti differenti, in tutto questo percorso.

Nel terzo capitolo verrà esaminata l'evoluzione del tiro con l'arco da kyūjutsu (弓術) a kyūdō (弓道) attraverso gli aspetti storici e filosofici. L'analisi storica descrive come il tiro con l'arco è stato presente nella tradizione giapponese e si è sviluppato dalla sua introduzione in Giappone nel periodo Yayoi (弥生時代, 250 a.C. – 330 d.C.) fino all'epoca contemporanea, assumendo una diversa rilevanza, a seconda del periodo storico, in campo militare, nelle cerimonie, nella pratica civile. Si porrà poi in rilievo lo stretto legame tra arco e sacralità, mettendo in evidenza le relazioni con lo Shintō (神道) <sup>6</sup> che risalgono alle epoche più antiche, e che trovano elementi di riscontro non solo nelle arti figurative, nella letteratura e nei riti, ma ancora oggi negli aspetti visibili del tiro con l'arco quali la cerimonia, il modo di vestirsi, il rispetto per l'arco, le frecce, e il luogo di tiro. Si analizzerà a questo punto se e quali relazioni esistono fra il tiro con l'arco e lo Zen, e soprattutto in che modo quest'ultimo ha esercitato la sua influenza a seconda del contesto storico.

L'ultimo capitolo tratterà le relazioni tra Zen, tiro con l'arco, e Occidente, partendo dal modo in cui la conoscenza dello Zen si è diffusa nel mondo occidentale, e in particolare quali dei suoi aspetti in particolare sono stati

\_

<sup>&</sup>lt;sup>6</sup> Lo Shintō è la natura spirituale dei Giapponesi più pura e antica, basata sul rapporto tra l'uomo e il divino, la ritualità del ciclo stagionale, il rapporto con la vita e con la morte. La prima codifica delle pratiche Shintō è avvenuta nel VII e nell'VIII secolo.

recepiti. Gli autori che hanno contributo alla divulgazione dei principi dello Zen, e a creare un forte interesse nei suoi confronti, quali Suzuki T. Daisetsu, considerano lo Zen una incarnazione dello spirito giapponese capace di permeare profondamente tutti i suoi aspetti. In particolare nel tiro con l'arco viene riconosciuta questa influenza che è stata messa in risalto dagli scritti del filosofo tedesco Eugen Herrigel a cui, in tempi più recenti, si contrappone la forte critica di Yamada Shōji. Verranno pertanto messe a confronto le due teorie, per verificare se è possibile offrire una chiave di lettura che consenta di conciliare le diverse posizioni.



http://www.arcosophia.net/database/ARCO/Anno\_2002/Arco\_n6\_2002/Articolo\_Benini/benin6-02.htm

#### Capitolo 1 - Lo Zen in Giappone

#### 1.1 II Buddhismo Zen

Nel I secolo d.C. il Buddhismo di scuola Mahāyāna (Grande Veicolo) comparve per la prima volta in Cina, dove l'incontro con l'anima cinese lo trasformò in Buddhismo *Chán*, denominato poi Zen in Giappone, dal termine sanscrito *dhyāna*, che indica in genere la meditazione contemplativa. Il Buddhismo, infatti, pur mantenendo la centralità della via mistica indicata dalla predicazione del Buddha come una conquista interiore attraverso la respirazione sacra, la meditazione e la contemplazione, nella sua diffusione in Asia Orientale ha subìto modifiche interagendo con le differenti culture, e si è diversamente modellato, in base alle civiltà con cui è venuto a contatto. <sup>7</sup>

Il 520 d.C. è considerata la data di nascita dello Zen, con l'arrivo in Cina del suo primo patriarca, il predicatore buddhista indiano Bodhidharma (in giapponese Daruma, 達磨), <sup>8</sup> il quale attribuiva maggiore importanza alla tecnica meditativa rispetto alla dottrina e propugnava un'illuminazione istantanea e non graduale. Questa si inserisce in una tradizione al di fuori della scrittura dove è importante, più che sulla parola, puntare direttamente al cuore per penetrare e comprendere la propria natura e diventare Buddha, <sup>9</sup> così come riassunto nei quattro principi fondamentali che la tradizione fa risalire direttamente a Bodhidharma: <sup>10</sup>

Una trasmissione speciale al di fuori delle scritture;

Indipendenza dalla parola e dalle lettere;

<sup>&</sup>lt;sup>7</sup> Bausani, A. (1999). *Buddha, la vita e la parola.* Chiasso: Elvetica Edizioni S.A, p. 8.

<sup>&</sup>lt;sup>8</sup> Considerato il 28° successore indiano in linea diretta dal Buddha storico.

<sup>&</sup>lt;sup>9</sup> Colui che ha raggiunto l'illuminazione, uno stato di perfezione spirituale. Il termine sanscrito "Buddha" è composto dalla radice "*bhud*", che significa "risvegliato", e la desinenza che indica il participio passato.

<sup>&</sup>lt;sup>10</sup> Bandini, F. (2009, settembre/gennaio). *Le grandi religioni orientali. Quaderni di etnologia ed archeologia del sacro* (10/11). Firenze: Alinea Editrice, p. 75.

Riferimento diretto all'anima dell'uomo;

Visione della propria natura e conseguimento dello stato di Buddha. 11

#### 1.2 Introduzione dello Zen in Giappone: la scuola Rinzai

L'introduzione della dottrina *Chán* dalla Cina in Giappone avvenne già nel IX secolo a opera del monaco Saichō (最澄, 767 – 822), fondatore della scuola Tendai (天台), dove fu studiata e praticata. La diffusione dello Zen e l'avvio verso la costituzione di una scuola autonoma avvenne però solo nel periodo Kamakura (鎌倉時代, 1185 – 1333), durante il quale vi fu una fioritura di nuove scuole buddhiste in risposta agli urgenti bisogni spirituali delle persone causati dall'atmosfera apocalittica della fine del periodo Heian (平安時代, 794 – 1185). 12

Nel XII secolo, con il monaco buddhista Eisai Myōan (明菴 栄西, 1141 – 1215), considerato il fondatore dello Zen giapponese, si ebbe una svolta fondamentale. Eisai (明菴) aveva ricevuto il suo addestramento nella scuola Tendai (天台), dove già era stato particolarmente attratto dallo spirito dello Zen; durante un viaggio in Cina egli rafforzò questo interesse, convincendosi che lo Zen avrebbe potuto dare una reale risposta al bisogno di rinnovata spiritualità in Giappone. Al suo ritorno Eisai (明菴) fondò la scuola Rinzai (臨済), proclamando la superiorità dello Zen sulla scuola Tendai (天台) anche tramite la scrittura, fatto questo degno di nota, poiché si tratta della prima fonte scritta che attesta l'importanza dello Zen. Questa posizione provocò una forte opposizione nei suoi confronti, impedendogli, nonostante la protezione dello

<sup>&</sup>lt;sup>11</sup> Suzuki, D. T. (2003). *Saggi sul Buddhismo Zen* (Vol. 1). (J. Evola, trad.) Roma: Edizioni Mediterranee, p. 28.

<sup>&</sup>lt;sup>12</sup> Serie di conflitti e lotte di potere dei clan nobili iniziati nel 1155, e terminati con la guerra Genpei (*Genpei kassen*, 源平合戦, 1180 – 1185).

shōgun (将軍), di ottenere l'indipendenza della scuola, che fu raggiunta solo nel XIII secolo. <sup>13</sup>

La scuola Rinzai (臨済) si basava sulla meditazione seduta (*zazen*, 坐禅) severa, sui *mondō* (問答), brevi dialoghi domanda-risposta tra maestro e discepolo, e sui *kōan* (公案). I *kōan* (公案) sono frasi molto brevi, enigmatiche e paradossali, apparentemente assurde e di diversa difficoltà, presentate dal maestro al discepolo affinché questi ne faccia oggetto di meditazione e fruisca una risposta attraverso la quale il maestro valuterà il grado di comprensione spirituale e l'autenticità del risveglio del discepolo. Scopo del *kōan* (公案) è condurre la mente oltre il limite del pensiero discorsivo superficiale e tendente all'utile e alla dialettica, e uscire dai meccanismi logico-razionali per raggiungere risultati illuminanti. La risposta deve perciò nascere da una scoperta, senza aiuti dall'esterno, per intuizione. <sup>14</sup>

#### 1.3 Dögen e la scuola Sötö

Eihei Dōgen Zenji (永平道元禅師, 1200 – 1253), un discepolo di Eisai (明菴) formatosi presso la scuola Tendai (天台), si recò in Cina spinto dalla consapevolezza che non fosse possibile raggiungere l'illuminazione solo per via intellettuale. Dopo aver avuto l'esperienza del *satori* (悟り), Dōgen (道元) tornò in Giappone nel 1227 fermandosi al monastero Kenninji (建仁寺), che però fu costretto a lasciare presto in quanto poco apprezzato dagli altri monaci per la sua predilezione nei confronti del Buddhismo Zen.

<sup>&</sup>lt;sup>13</sup> Dumoulin, H. (1963). *A History of Zen Buddhism.* (P. Peachey, trad.). New York: Random House, p. 141.

<sup>&</sup>lt;sup>14</sup> Cfr. Bausani, A. (1999). *Buddha, la vita e la parola.* Chiasso: Elvetica Edizioni, p. 164.

Nel 1233 Dōgen (道元) fondò a sud di Kyōto (京都) il suo primo centro di meditazione chiamato Kōshōji (高松寺) attirando con il suo insegnamento monaci da tutta la nazione. La popolarità del Centro provocò le gelosie e la persecuzione da parte di altre scuole così da costringerlo, per preservare la trasmissione del suo insegnamento dall'influenza del potere temporale, a trasferirsi nuovamente, nel 1244, prima a Yamashibu (山渋), nella zona montuosa di Echizen (越前), e l'anno seguente definitivamente nel vicino tempio di Daibutsuji (大仏寺), che diventerà il tempio di Eiheiji (永平寺), il monastero principale della scuola Sōtō Zen (曹洞禅), arrivando così alla frattura definitiva con la scuola Tendai (天台). La sua opera principale, lo *Shōbōgenzō* (正法眼蔵, Occhio e Tesoro della Verità), scritto nell'arco di ventitré anni e in lingua giapponese, (cosa rara per i testi religiosi dell'epoca, che erano generalmente redatti in cinese) è considerato uno degli scritti più profondi della letteratura Zen e dell'intera tradizione religioso-filosofica.

Anche la scuola Sōtō (曹洞) fece della meditazione la pratica fondamentale, ma attribuì minore rilevanza ai kōan (公案) poiché li riteneva prevalentemente una riflessione logica e per questo un'illusione. Fondamentale era invece lo zazen (坐禅) in modalità shikantaza (只管打坐), il sedere in silenzio, senza un fine, completamente indifferenti ai pensieri della mente, senza alcun coinvolgimento o attaccamento, dimenticandosi dell'io.

La posizione a gambe incrociate, che permette al sangue di circolare liberamente e fa tacere la rabbia, le preoccupazioni e l'egoismo, pacificando e svuotando la mente, non è il prerequisito all'esperienza di illuminazione, ma essa stessa, se è senza fine, perfettamente gratuita, è già illuminazione. <sup>15</sup> La posizione seduta esprime l'unità del corpo e della mente che è la prima esperienza di base dello Zen, durante la quale l'illuminato riesce ad andare oltre,

\_

<sup>&</sup>lt;sup>15</sup> Dumoulin, H. (1963). *A History of Zen Buddhism.* (P. Peachey, trad.). New York: Random House, p. 78.

sperimentando l'unità con la natura e l'umanità: l'esperienza dell'unità si estende alla vita, la persona vede l'uno in tutto e viceversa, non esiste più distinzione tra ordinario e meraviglioso. <sup>16</sup>

Fondamentale è superare l'intelletto, andare oltre il pensiero e i desideri che rischiano di incatenare la mente, anche quelli volti a diventare un Buddha. Solo liberandoci da questi vincoli e dimenticando se stessi è possibile intendere la verità dell'illuminazione.

Libera te stesso da ogni attaccamento [...] poni fine a tutti i desideri, concetti e giudizi. Non pensare a come diventare un Buddha.

Studiare la Via è studiare se stessi, studiare se stessi è dimenticare se stessi, dimenticare se stessi è essere riconosciuti da tutte le esistenze dell'universo che a quel punto sono anch'esse spoglie del loro io. <sup>17</sup>

#### 1.4 Fondamenti dello Zen

Finalità dello Zen è il raggiungimento di un'esperienza, il *satori* (悟り), in cui si ha il risveglio spirituale con una visione diretta della natura delle cose e una comprensione della realtà profonda e duratura. Il *satori* (悟り) non coincide con il nirvāṇa, in cui si ha il distacco dal mondo, in quanto propone una partecipazione consapevole al mondo, anche se percepito nella sua vacuità. La natura di tutta la realtà equivale infatti a tale vacuità (kū, 空), corrispondente alla natura del Buddha, e indicata dall'*Ensō* (円相), una figura dalla forma circolare. Minore importanza assumono invece i *sūtra*, anche se alcuni di essi, come ad esempio il *Sūtra del Cuore*, vengono utilizzati sia nella formazione dei discepoli che nelle cerimonie religiose.

<sup>&</sup>lt;sup>16</sup> Dumoulin, H. (1963). *A History of Zen Buddhism.* (P. Peachey, trad.). New York: Random House, p. 163.

<sup>&</sup>lt;sup>17</sup> Eihei Dōgen tratto da Miganti, R. (1996). *Buddhismo*. Firenze: Edizioni Giunti, p. 70.

Lo Zen fu particolarmente influenzato dal pensiero taoista, il quale mette in evidenza che il tao risiede in tutte le cose, e che questa realtà non può essere attualizzata e conseguentemente non può essere oggetto di un insegnamento. Anche nello Zen la verità essenziale non può essere insegnata o comunicata, né attraverso libri, né con parole; l'assoluto è nel mondo fenomenico, e il solo modo per cercare l'illuminazione consiste nell'esperienza diretta e nella pace spirituale. <sup>18</sup>

Buddha è già presente; per poter raggiungere il *satori* (悟り), l'essere umano ha solo necessità di sperimentarla in modo personale, immediato e diretto, senza mediazione di tecniche e di parole. L'essere umano infatti, a causa della razionalità e dell'intelletto, si è progressivamente staccato dalla Via, ossia dall'ordine che l'universo intero segue. E' caratteristica dell'intelletto far sorgere problemi che non è poi in grado di risolvere e che alterano la serenità dell'anima, impedendo di poter intendere la Verità.

Si lasci in pace l'intelletto; utile nella sua propria sfera, esso non deve interferire nella corrente della vita. Se volete scrutare la vita, fatelo mentre fluisce e lasciandola fluire. In nessun caso se ne deve arrestare il flusso o immischiarsi in esso, perché nel punto in cui vi immergerete le mani la sua trasparenza sarà alterata, esso cesserà di riflettere il volto che aveste fin dalle origini e continuerete a portare sino alla fine dei tempi. <sup>19</sup>

La meditazione libera la mente dai pensieri, conduce a uno stato di vuoto mentale, di non-mente (*mushin*, 無心); quando la mente riesce a liberarsi dalla razionalità e dal pensiero è possibile l'illuminazione a cui non si arriva per progressione, ma in maniera spontanea, "qui e ora", perché in qualsiasi momento la natura del Buddha è in ogni cosa: l'illuminazione è raggiungibile già

<sup>19</sup> Suzuki, D. T. (2003). *Saggi sul Buddhismo Zen* (Vol. 1). (J. Evola, trad.). Roma: Edizioni Mediterranee, p. 28.

<sup>&</sup>lt;sup>18</sup> Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese.* (A. Regalzi, trad.). Roma: Universale Meltemi, p. 78.

in questa vita. Se l'illuminazione fosse un processo graduale dipenderebbe dall'io e dalle sue scelte, invece dipende dall'Assoluto.

Il *satori* (悟り) può essere definito anche come una intuizione dinamica in cui soggetto e oggetto non sono separati, ma identificati tra di loro, fusi, identici. L'eternità non si estende sopra un numero infinito di istanti, ma nell'istante stesso, dato che ogni istante è l'eternità. "Quando il fiume scorre e non l'acqua, lì è il *satori* (悟り). <sup>20</sup>

La verità, "l'eterno presente", non può essere spiegata tramite idee e concetti, i maestri non forniscono insegnamenti, non trasmettono il sapere, ma indicano la Via, e sull'interazione personale fra maestro e discepolo si incentra II nucleo della pratica spirituale rispetto agli esercizi di meditazione e contemplazione caratteristici del Buddhismo. <sup>21</sup>

#### 1.5 Influenza dello Zen sulla cultura giapponese

I monaci Zen erano impegnati, oltre che nelle attività religiose, anche nella diplomazia e in tutte le arti come la pittura, la letteratura, il giardinaggio, il teatro  $n\bar{o}$  ( $\hat{t}$ ), l'architettura; è pertanto intuibile come gradualmente lo Zen permeasse, attraverso tutti questi aspetti, l'intera civiltà nipponica, infondendovi il proprio spirito e mettendo in risalto gli aspetti legati all'esperienza immediata e intuitiva della realtà.

Il Buddhismo contribuì a trasformare il Giappone da una società tribale a uno Stato-nazione altamente civilizzato, dotato di una forte influenza sui valori spirituali ed estetici che è perdurata nel corso dei secoli. <sup>22</sup> A tale proposito

<sup>21</sup> Cfr. Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese*. (A. Regalzi, trad.). Roma: Universale Meltemi, p. 79.

<sup>&</sup>lt;sup>20</sup> Suzuki, D. T. (1996). *Vivere Zen.* Roma: Edizioni Mediterranee, p. 75.

<sup>&</sup>lt;sup>22</sup> Cfr. Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese.* (A. Regalzi, trad.) Roma: Universale Meltemi, p. 77.

Claiborne osserva che "così profondamente si sono integrati gli assunti e i valori buddhisti nella psiche giapponese che la loro influenza è visibile in ogni aspetto dell'esistenza nella popolazione del Giappone di oggi". <sup>23</sup>

Lo Zen è stato l'espressione e il veicolo di tendenze già presenti in Giappone come ad esempio l'amore per la natura, l'accettazione delle difficoltà per innalzare lo spirito, il rifiuto di distinguere tra sacro e profano, ma ha introdotto anche elementi innovativi come il perseguimento della tranquillità, l'uso paradossale del linguaggio, il riposo mentale nella vita di tutti i giorni.

Nelle arti la ricerca della bellezza, l'attenzione ai minimi dettagli, e il genuino spirito di osservazione si fondono nei principi dello Zen, riconoscendone il valore filosofico: la bellezza va oltre il lato strettamente estetico, ed è sempre specchio di profondità spirituale, presente naturalmente in ogni opera; è necessario evitare di cercare la perfezione, perché non bisogna idealizzare il mondo fisico. Nelle arti visive viene privilegiata l'asimmetria, perché quest'ultima invita l'osservatore a espandere l'immaginazione che diventa parte del processo operativo, e può così andare al di là di ogni connessione mentale fra la forma completa e la nozione stessa di completezza.

In letteratura è forte l'elemento della suggestione che influenza in primo luogo la poesia *haiku* (伴句), dove si concede più spazio all'immaginazione e alla massima espressione nel carattere improvviso e istantaneo della visione. Altri elementi importanti sono la semplicità e la sobrietà: le forme sono sempre pulite ed eleganti, prive di orpelli e artifici. Tuttavia la spontaneità non è mai deliberata, né affettata; l'artista deve padroneggiare la tecnica senza che questa interferisca con le sue intenzioni. L'effetto sull'osservatore è quello della percezione fugace della forza dell'artista, piuttosto che l'esperienza completa di ciò che l'artista può offrire. <sup>24</sup>

<sup>&</sup>lt;sup>23</sup> Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese.* (A. Regalzi, trad.) Roma: Universale Meltemi, pp. 76-77.

<sup>&</sup>lt;sup>24</sup> Hoover, T. (1977). *Zen Culture How Zen has influenced Art, Architecture, Literature, Sports, Ceramics, Theatre*. New York: Random House, p. 19.

L'impatto dello Zen fu forte anche sulla classe militare in quanto la sua austera semplicità di pensiero, e il fatto che non fosse necessaria l'erudizione appresa dai testi, erano congeniali all'anima pragmatica del guerriero. Il buddhismo Zen iniziò a poco a poco a influenzare la vita dei samurai, insegnando che la meditazione non serviva soltanto consequire l'illuminazione, ma faceva acquisire particolari tecniche che perfezionare il loro essere guerrieri. I samurai iniziarono così a frequentare i templi buddhisti per imparare le discipline mentali che i monaci Zen potevano insegnar loro, e in particolare le tecniche di concentrazione che si basavano essenzialmente su esercizi respiratori centrati nel ventre (hara, 腹). Attraverso la respirazione addominale infatti, il querriero cercava di mettere in relazione la propria respirazione fisica con quella cosmica; più riusciva in questo, più si integrava con l'ambiente, sviluppava i suoi poteri intuitivi e percettivi, e reagiva prontamente ai pericoli. Anche nel modo di orientare la propria vita Nukariya professore all'università Keiō Gijuku (慶應義塾大学), a Tōkyō (東京) – accosta il samurai al monaco Zen, in quanto entrambi sono accomunati dalla stretta disciplina, dall'"onesta povertà", dalla dignità nel comportamento. 25



http://blog.jamijami.net/date/2009/03Tempio Eihei, nella prefettura di Fukui, fondato da Dōgen nel 1246.

<sup>&</sup>lt;sup>25</sup> Nukariya, K. (2002, maggio 28). *The Religion of the Samurai: A Study of Zen Philosophy and Discipline in China and Japan.* Tratto il giorno dicembre 27, 2010 da *http://www.gutenberg.org.* 

#### Capitolo 2 - Le arti marziali: da bujutsu a budō

#### 2.1 II bujutsu

Il Giappone emerse in qualità di stato dopo un lungo periodo di guerre e di lotte, in cui il *bushi* (武士), il guerriero classico, svolse un ruolo fondamentale. In particolare l'epoca che va dal VII al XVI secolo fu caratterizzata dal sorgere delle tradizioni marziali, *ryū* (流), fondate dai *bushi* (武士) al fine di dar forma e poter trasmettere i sistemi di combattimento. Il *bujutsu* (武術), comprendente tutte le specializzazioni nell'arte del combattimento individuale, raggiunse allora la sua eccellenza. <sup>26</sup>

La parola *bujutsu* (武術) è la versione fonetica di due ideogrammi cinesi, *bu* (武) che identificava la dimensione militare e *jutsu* (術), traducibile come arte o tecnica; il termine indicava pertanto tutte le tecniche di combattimento utilizzate fondamentalmente dalla classe militare, riferendosi in particolare al loro aspetto strategico, e al modo di realizzarne il fine. <sup>27</sup>

La classe militare cominciò ad avere un ruolo fondamentale tra il IX e il X secolo, nel tardo periodo Heian (平安時代, 794 – 1185), quando il potere dell'imperatore iniziò lentamente a perdere importanza, a causa delle lotte nobiliari. <sup>28</sup> I clan aristocratici erano in guerra fra loro; contro le organizzazioni dei sacerdoti e dei monaci militanti gradualmente si formò un'aristocrazia militare che ereditò la tradizione marziale precedentemente prerogativa dei clan

<sup>&</sup>lt;sup>26</sup> Draeger, D. F. (1998). *Budō classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. II). Roma: Edizioni Mediterranee, p. 13.

<sup>&</sup>lt;sup>27</sup> Westbrook, A., & Ratti, O. (1977). *I segreti dei samurai, le antiche arti marziali.* Roma: Edizioni Mediterranee, pp. 23-25.

<sup>&</sup>lt;sup>28</sup> Famiglie di origine imperiale che separate dalla linea di successione principale ottenevano un nuovo cognome e diventavano potenti clan nobili. I due principali, causa del definitivo indebolimento del potere imperiale, furono i Taira (平) e i Minamoto (源).

dei nobili. Con la fondazione dello shogunato di Kamakura (鎌倉, 1185 – 1333) iniziò lo spodestamento della classe dei nobili (*kuge*, 公家) da parte della classe dei guerrieri (*buke*, 武家), e i grandi clan militari costituirono centri di educazione superiore per i guerrieri che precedentemente venivano istruiti nell'ambito della famiglia.

Con Minamoto Yoritomo (源 頼朝, 1147 – 1199) – salito al potere nel 1185 sconfiggendo il clan Taira (Taira-uji, 平氏) e assumendo il ruolo di shōgun (将軍) – la classe guerriera acquisisce coscienza del proprio potere, e inizia a definire quell'insieme di valori che costituirà il codice non scritto (bushidō, 武士道) che distingue il soldato dal nobile guerriero. Il sistema di governo di Yoritomo era costituito da una struttura triangolare: al vertice era posto lo shōgun (将軍); alla base, come fondamento della cultura marziale, il bujutsu (武術), mentre i lati erano costituiti dalle virtù dell'onore e della devozione. Il guerriero classico non doveva solo dare prova di forza e di abilità, ma doveva anche agire secondo una precisa etica. Tutti i bushi (武士) dovevano poi consacrarsi allo shōgun (将軍), perché la fedeltà era vincolante, ed era concepita in modo diretto e personale. <sup>29</sup>

Il buddhismo Zen aiutò i samurai a potenziare il coraggio, la prontezza, l'abilità, l'equilibrio psicofisico e a non temere affatto la morte, a non allontanarla dai propri pensieri come un tabù, ma anzi, a tenerla sempre presente. L'atteggiamento di distacco consentiva di essere più lucidi in ogni momento della battaglia, e ad affrontare meglio le situazioni di pericolo che costantemente si verificavano durante il combattimento.

Nel XIV secolo si diffondono le scuole di arti marziali, *ryū* (流), che trovano la massima espressione nel periodo Tokugawa (徳川時代, 1603 –

<sup>&</sup>lt;sup>29</sup> Draeger, D. F. (1998). *Bujutsu classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. I). Roma: Edizioni Mediterranee, pp. 23-34.

1868). Il nome di ogni scuola derivava dal fondatore o dal clan di appartenenza o dal principio applicato. Ognuna di esse aveva un proprio metodo e se alcune tecniche erano comuni, altre erano invece segrete e caratteristiche di una determinata scuola. L'istituzione del  $ry\bar{u}$  (流) viene comunque sempre attibuita al volere divino trasmesso al fondatore, il quale sperimentava l'ispirazione che gli consentiva di elaborare caratteristiche tecniche caratteristiche, e si estendeva di conseguenza anche ai membri.  $^{30}$ 

#### 2.2 Le arti marziali nel periodo Tokugawa

Nel 1603, con l'istituzione del governo militare Tokugawa (徳川), la guerra non ebbe più quel ruolo dominante nella vita giapponese come nei secoli precedenti. Il periodo Tokugawa (徳川時代, 1603 – 1868) fu infatti un periodo di pace in cui si svilupparono in particolare le arti e la letteratura. La transizione da un'epoca caratterizzata principalmente dalla guerra a una di pace avvenne attraverso il *bakufu* (幕府). Un nodo importante fu costituito dal controllo e dalla gestione della classe dei militari (*buke*, 武家), che rappresenta il vertice della piramide sociale, ma si trovava destituita dal proprio ruolo e legata a modelli superati. <sup>31</sup>

Nel 1615 venne redatto dal sacerdote Zen Sūden (崇伝, 1569 – 1633) un documento, il *Bukeshohatto* (武家諸法度), in cui, in tredici articoli, venivano definite le regole di comportamento per le famiglie dei militari. Lo stampo di

<sup>&</sup>lt;sup>30</sup> Draeger, D. F. (1998). *Bujutsu classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. I). Roma: Edizioni Mediterranee, p. 21.

<sup>&</sup>lt;sup>31</sup> In particolare, durante la pace Tokugawa – nonostante mantenessero nominalmente il prestigio da sempre avuto e fossero gli unici a cui era permesso possedere una *katana* – i guerrieri si ritrovavano spesso a diventare burocrati, studiosi o contadini, e a beneficiare marginalmente del progresso economico avendo come fonte di reddito solo lo stipendio in riso del proprio signore.

questo documento era prettamente militare: il documento si apriva con la seguente ingiunzione:

Le arti letterarie (*bun*, 文), le armi (*buki*, 武器), l'arte dell'arco (*kyūjutsu*, 弓術) e l'equitazione militare (*bajutsu*, 馬術) debbono rappresentare le attività ordinarie da prediligersi. <sup>32</sup>

La situazione si modificò dopo la morte di Tokugawa lemitsu (徳川家光, 1604 – 1651), quando si passò a un orientamento politico di tipo non marziale, il bakufu (幕府) di fatto divenne un governo solo nominalmente militare. Da quel momento il Bukeshohatto (武家諸法度) subì modifiche ed emendamenti rilevanti (in occasione della successione alla carica di shōgun, 将軍) che rispecchiavano la modificata situazione politica. Nel 1683 l'equilibrio tra gli aspetti marziali e quelli accademici del documento era ormai capovolto a favore di questi ultimi. <sup>33</sup>

Le arti marziali non furono più appannaggio della classe guerriera e gli aspetti tecnici assunsero minore rilevanza. In questo contesto avvenne il passaggio dal *jutsu* (術, arte e tecnica), al dō (道, la Via), nell'intento di aumentare la consapevolezza della propria natura spirituale.

Il concetto di  $d\bar{o}$  (道), introdotto dalla Cina ma modificato in base alle credenze autoctone giapponesi e al modello di pensiero della società feudale giapponese, è un concetto versatile. Le varie forme di  $d\bar{o}$  (道) sono il mezzo con cui lo Zen entra in contatto con la vita di ogni giorno, e rappresentano uno strumento per raggiungere la meta. L'idea di  $d\bar{o}$  (道) implica l'armonia, è

<sup>&</sup>lt;sup>32</sup> Draeger, D. F. (1998). *Budō classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. II). Roma: Edizioni Mediterranee, p. 21.

<sup>&</sup>lt;sup>33</sup> Draeger, D. F. (1998). *Budō classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. II). Roma: Edizioni Mediterranee, pp. 21-23.

importante armonizzare se stessi con la natura; dedicandosi a una delle forme del dō (道) è possibile ottenere questo risultato. <sup>34</sup>

In particolare nelle arti marziali il concetto di via presuppone il cambiamento, la trasformazione attraverso l'esperienza. Lo scopo pertanto non è quello di apprendere, ma di sviluppare il potenziale attraverso il quale è possibile conoscere e prendere coscienza. Senza la crescita interiore si ha solo una mera imitazione della forma; il vero valore è presente quando l'essere umano riesce ad affrancarsi dalla dipendenza alla forma: infatti non è la forma che dà il vero valore, ma la Via. La tecnica non è lo scopo, bensì il mezzo. <sup>35</sup>

In un primo tempo lo Zen fu contrario alla codificazione delle arti estetiche e marziali; tuttavia con l'aumentare della loro diffusione fu necessario predisporre sistemi di trasmissione per gli allievi. Verso la metà del periodo Tokugawa (徳川時代, 1603 – 1868) iniziò la codificazione delle pratiche attraverso le forme che dovevano essere eseguite. Il modello di formazione era analogo per tutte le arti marziali. Gli allievi sedevano di fronte al maestro in un silenzio meditativo. Il maestro doveva tener conto non solo della tecnica, ma anche del carattere e dell'armonia dei discepoli. I modelli e le forme da seguire venivano acquisite attraverso la pratica ripetitiva, per migliaia di volte, basandosi, più che sulle spiegazioni, sull'imitazione. Ciò consentiva di abbandonare i pensieri estranei per arrivare al *mushin* (無心), la non-mente, facendo sì che l'azione e il pensiero arrivino a essere simultanei.

Il percorso da seguire prevede varie fasi: 36

1) Formalizzazione (*kenshikika*, 見識家) con costituzione e codifica di una forma (*kata*, 方), per cui ogni azione viene regolata da norme specifiche;

\_

<sup>&</sup>lt;sup>34</sup> Vedasi nota 2, pagina 1.

<sup>&</sup>lt;sup>35</sup> Lind, W. (1996). *Budō, la via spirituale delle arti marziali.* (A. Manco, trad.). Roma: Edizioni Mediterranee, pp. 13-20.

<sup>&</sup>lt;sup>36</sup> Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese.* (A. Regalzi, trad.) Roma: Universale Meltemi, pp. 80-81.

- 2) Ripetizione costante del modello e della forma (hanpuku, 反復);
- 3) Impadronirsi pienamente della forma raggiungendo diverse licenze e gradi (*kyū*, 級 e *dan*, 段);
- 4) Perfezionamento della forma (*kanzen shugi*, 完全主義) fino ad arrivare alla bellezza della perfezione completa per dominarla completamente;
- 5) Divenire un tutt'uno con la forma (tōitsu, 統一), andando al di là della stessa.

Un testo del XVII secolo che indica le basi filosofiche e spirituali delle arti marziali giapponesi è il *Fudōchi Shinmyō Roku* (不動智神妙録, La Saggezza Immutabile) del monaco Zen Takuan Sōhō (澤庵宗彭, 1573 – 1645). Il cuore del trattato è proprio lo stato di *mushin* (無心), non mente, nel quale la mente è libera da ogni attaccamento, non si ferma da nessuna parte, e non sa dove si trova.

La mente che non si ferma mai è definita immutabile, ed è spiegata attraverso l'immagine del Bodhisattva della grande compassione Avalokiteśvara, dalle mille braccia e dagli undici volti. Takuan (澤庵) spiega che se la mente si fermasse nel braccio che tiene l'arco gli altri novecentonovantanove sarebbero inutili, mentre se la saggezza immutabile è lasciata andare liberamente ognuna delle mille braccia sarà utile. Una persona che riesce a comprendere e applicare questo concetto potrà essere come il Bodhisattva. <sup>37</sup>

Fondamentale nella pratica dell'arte marziale è l'apprendimento della tecnica e dei principi che portano dalla condizione di principiante senza conoscenza alla saggezza immutabile, in cui le conoscenze acquisite diventano un tutt'uno con la mente, senza che questa abbia bisogno di concentrarsi su di esse. Paradossalmente il passo successivo è comprendere lo stato di unisono fra il risultato raggiunto e la condizione iniziale di principiante. Un principiante

<sup>&</sup>lt;sup>37</sup> Takuan, S. (1988). *The unfettered mind.* (W.S. Wilson, trad.). Tōkyō: Kōdansha International, pp. 5-6.

esercita infatti l'arte marziale in modo spontaneo, senza soffermarsi su come muoversi perché non ha le conoscenze per poterlo fare, ma ovviamente i suoi risultati sono limitati. In un passaggio successivo, mentre le conoscenze vengono acquisite, la mente si sofferma sull'arma, la postura, l'arto, impedendo così di raggiungere comunque buoni risultati. Solo quando la mente rimane libera e sarà nella condizione di *mushin* (無心) si avrà un'unità globale che consentirà di muoversi con la spontaneità del principiante, applicando tuttavia le conoscenze acquisite, e ottenendo così il massimo risultato. <sup>38</sup>

#### 2.3 Dalla restaurazione Meiji al Budō moderno

Nel periodo Meiji (明治時代, 1868 – 1912) il processo di occidentalizzazione, con il conseguente abbandono delle tradizioni dovuto all'intento di perseguire la civilizzazione, ottenibile solo attraverso l'adozione dei modelli esteri, comportò un declino delle arti marziali. Dopo la restaurazione Meiji (*Meiji ishin*, 明治維新) se ne perse completamente la finalità militare. Si parla ormai di *budō* (武道) che racchiude tutte le vie (*dō*, 道) derivanti dalle arti marziali: il *budō* (武道) rappresenta quindi l'evoluzione del *bujutsu* (武術) quando le arti ad esso legate persero l'aspetto del combattimento rispetto a quello etico, e quando chi le praticava si concentrò più sul superamento di se stesso che su quello dell'avversario. Ciò che un tempo veniva utilizzato come addestramento alla battaglia per l'oligarchia aristocratica divenne la base per preparare le persone comuni alla vita quotidiana attraverso un allenamento fisico guidato da principi ideali. Le arti marziali modificarono il loro nome, e iniziarono a trasformarsi gradualmente in discipline che perseguivano anche la competizione sportiva.

Il valore pratico del combattimento sia etico che fisico venne ripreso durante la Seconda Guerra Mondiale, quando alcune arti marziali furono

20

<sup>&</sup>lt;sup>38</sup> Takuan, S. (1988). *The unfettered mind.* (W.S. Wilson, trad.). Tōkyō: Kōdansha International, pp. 6-7.

riportate alla luce, e presentate in maniera distorta come mezzi di trasformazione spirituale per gli studenti giapponesi, trasformandoli così in volontari, eccessivamente motivati fino all'esaltazione, dell'esercito imperiale. <sup>39</sup> Per questo motivo, con la sconfitta e la conseguente occupazione americana, furono bandite tutte le arti marziali collegate al *bushidō* (武士道).



http://www.arcosophia.net/database/ARCO/Anno\_2002/Arco\_n6\_2002/Articolo\_Benini/benin6-02.htm Inagaki Genshirō (1910 – 1995), 9° dan (段) hanshi (範士).

\_

<sup>&</sup>lt;sup>39</sup> Hurst, G. C. (1998). Armed Martial Arts of Japan. Yale University Press, p. 148.

<sup>&</sup>lt;sup>40</sup> *Hanshi* (範士) è il grado di maggior prestigio ottenibile nel *kyūdō* (弓道), come anche nelle altre arti marziali che utilizzano il sistema di graduazione *kyū-dan* (*dankyūisei*, 段級位制).

#### Capitolo 3 – Il tiro con l'arco: da kyūjutsu a kyūdō

#### 3.1 Evoluzione storica del tiro con l'arco

Il tiro con l'arco fu, prima della predominanza della *katana* (刀, spada), la più importante fra le arti militari giapponesi. L'uso dell'arco (*yumi*) risale a epoche molto antiche; l'arco lungo arrivò dal continente asiatico nel periodo Yayoi (弥生時代, 250 a.C. – 330 d.C.) insieme alla risicoltura, e si affiancò a quello corto fino a soppiantarlo completamente, diventando per la società giapponese un elemento importante a vari livelli: nella battaglia, in quanto principale strumento di combattimento, nella caccia, nelle esibizioni rituali, e nelle rappresentazioni simboliche.

Dal IV al IX secolo, sotto l'influenza cinese, venne adottata l'arcieria cerimoniale tipica dell'aristocrazia della Cina, I quale prevedeva uno stretto codice di etichetta. La ritualità del tiro con l'arco era rafforzata dal *rikugei* cinese (六芸, le sei arti confuciane): <sup>41</sup> Confucio ne sottolinea l'importanza nel Libro dei Riti (*Liji*, 禮記), dove egli riportata che gli arcieri devono osservare le regole con mente corretta e retto portamento del corpo perché in tal modo possono tenere il proprio arco con abilità e fermezza per poter colpire il bersaglio; il carattere degli arcieri viene rivelato dalla loro attitudine. La rilevanza dell'arco nella formazione dei nobili cinesi influenzò fortemente il popolo giapponese, introducendo l'enfasi sulla postura, la ritualità, e la concentrazione mentale. <sup>42</sup>

In Giappone l'arco veniva utilizzato già dal V secolo nelle gare, e durante la celebrazione dell'anno nuovo. A partire dal periodo Heian (平安時代, 794 – 1185) il tiro con l'arco cerimoniale si sviluppò ulteriormente, e si radicò fortemente nella tradizione. Esso veniva utilizzato nel rituale della corda dell'arco pizzicata (*meigen no gi*, 鳴弦の儀), le cui vibrazioni erano

<sup>&</sup>lt;sup>41</sup> Le sei arti confuciane erano: etichetta, musica, arcieria, equitazione, letteratura, matematica.

<sup>&</sup>lt;sup>42</sup> Hurst, G. C. (1998). Armed Martial Arts of Japan. New Haven: Yale University Press, p. 109.

considerate di buon auspicio per i neonati della famiglia imperiale. In altre cerimonie la freccia veniva scoccata per scacciare spiriti maligni e malattie. 43

Sempre sotto l'influenza cinese si cominciarono a costruire archi che pur conservando l'originaria forma asimmetrica presentavano una fattura composita di legno e bambù, cosa che conferiva loro una maggiore elasticità.

Nel periodo Kamakura (鎌倉時代, 1185 – 1333) l'arco divenne il simbolo della nuova classe guerriera dei samurai. Nel 1192, al tempo di Minamoto Yoritomo (源 頼朝, 1147 – 1199), l'arco era l'arma preferita dai samurai, che lo utilizzavano anche a cavallo. Verso l'anno 1000 viene costituita la prima  $ry\bar{u}$  (流) di arcieria, l' $Henmi-ry\bar{u}$  (逸見流), fondata da Henmi Kiyomitsu (逸見清光, 1110-1168), seguita poi dalla  $Takeda-ry\bar{u}$  (武田流) e dalla  $Ogasawara-ry\bar{u}$  (小笠原流), entrambe fondate da discendenti di Kiyomitsu (清光).

In questo periodo nasce il *kyūjutsu* (弓術) come disciplina vera e propria, sancita da Heki Danjō Masatsugu (日置弹正政次, 1440 – 1500), celebre arciere del 1400, e fondatore dell'*Heki-ryū* (日置流), che introdusse una nuova metodologia di tiro. L'abilità degli arcieri viene riportata in vari documenti dove vengono messe in evidenza le estreme capacità di precisione di alcuni di essi. L'arco continua ad avere un forte valore simbolico, ed è presente anche nella cerimonia del *seppuku* (切腹): dopo l'avvenuto taglio rituale e la rimozione del pugnale, un funzionario avanzava reggendo l'arco per raccogliere le dichiarazioni dei testimoni ufficiali della cerimonia. <sup>44</sup>

<sup>&</sup>lt;sup>43</sup> Westbrook, A., & Ratti, O. (1977). *I segreti dei samurai, le antiche arti marziali.* Roma: Edizioni Mediterranee, p. 252.

Westbrook, A., & Ratti, O. (1977). *I segreti dei samurai, le antiche arti marziali.* Roma: Edizioni Mediterranee, p. 253.

Nel XI secolo l'arco raggiunse il massimo livello di fattura, con lamine di legno alternate a lamine di bambù. Fiorisce l'arcieria a cavallo nei tre stili di yabusame (流鏑馬), kasagake (笠懸) e inuoumono (犬追物). <sup>45</sup> Lo yabusame (流鏑馬) è il più importante, viene effettuato nei santuari, e ha un carattere più cerimoniale; per questo motivo le frecce non hanno punta, ma terminano con un rigonfiamento ovoidale.

Nel XV e nel XVI secolo vennero costituite unità combattenti composte da arcieri che scagliavano frecce alternativamente, fila per fila formando un flusso continuo mentre avanzavano verso il nemico. Nei due secoli successivi l'arcieria perse gradualmente la finalità di combattimento e divenne una pratica civile. Il periodo di pace duratura e lo sviluppo delle armi da fuoco diminuirono fortemente la sua importanza dal punto di vista militare, ma lasciarono intatto, e anzi accrebbero, il significato di eredità nazionale.

L'arcieria pertanto fu la prima arte marziale a distaccarsi dalla guerra e ad assumere una diversa connotazione; le forme furono formalizzate mantenendo le associazioni con il sacro e la ritualità. Molti samurai durante la pace praticavano il *kyūjutsu* (弓術) per motivi di miglioramento fisico e spirituale oppure per svago. I principi venivano spesso illustrati, analogamente alla pratica con la spada, ricorrendo alla terminologia Zen.

Nella seconda metà del XVII secolo Morikawa Kozan (森川香山, 1631 – 1702), fondatore della *Yamato-ryū* (大和流), fu il primo a usare la parola *kyūdō* (弓道), anche se ci vollero quasi duecento anni affinché il termine fosse riconosciuto e accettato ovunque. <sup>46</sup> Morikawa condusse uno studio sistematico

<sup>45</sup> Yabusame: lanciandosi al galoppo, si colpivano i tre bersagli posti lungo il percorso del cavallo. *Kasagake*: si portava il cavallo lungo un percorso recintato colpendo cappelli fatti di bambù, prima da lontano e successivamente da distanze sempre più ravvicinate. *Inuoumono*: si lasciavano liberi dei cani in un'area chiusa per poi colpirli durante l'inseguimento a cavallo.

<sup>&</sup>lt;sup>46</sup> Onuma, H., & DeProspero, D. (1993). *Kyūdō,The Essence and Practice of Japanese Archery.* Tōkyō: Kōdansha International, p. 33.

del *kyūjutsu* (弓術) e ne fece una disciplina spirituale. Egli esigeva tuttavia che i suoi allievi lo studiassero in tutti i suoi aspetti, dividendo il programma di apprendimento in sei parti: logica, ritualità, tecnica d'impiego, costruzione e riparazione, analisi meccanica dell'arco e *shi-mei* (四命), le quattro virtù relative allo sviluppo della mente e dello spirito. <sup>47</sup>

Nelle prime tre decadi del periodo Meiji (明治時代, 1868 – 1912) quando tutto ciò che era occidentale andava di moda, così come per le altre arti marziali, anche il tiro con l'arco subì un declino, ma non scomparve del tutto poiché era profondamente radicato nella vita delle persone. Il *kyūdō* (弓道) venne inserito nel Dai Nippon Butokukai (大日本武徳会, Grande Società delle Virtù Marziali Giapponesi) <sup>48</sup> istituita dal governo Meiji (明治) nel 1895 con il patrocinio imperiale e posta sotto l'autorità del Ministero dell'educazione, al fine di salvaguardare e promuovere l'eredità e il valore del *budō*, nonché per standardizzare le *ryū* (流); viene introdotta inoltre anche per le donne la possibilità di praticare il *kyūdō* (弓道).

Verso gli inizi del Novecento, Honda Toshizane (本多 利實, 1836 – 1917) creò un metodo di tiro ibrido combinando elementi degli stili di guerra e cerimoniali che fino a quel momento erano stati tenuti nettamente distinti. La sua scuola, l'Honda-ryū (本多流), fu fortemente osteggiata dalle scuole tradizionali, ma col tempo ricevette sempre più consensi da parte della popolazione, gettando le basi per il kyūdō (弓道) moderno. La formalizzazione delle regole delle varie scuole tendenti alla standardizzazione, che aveva lo scopo di preservarle per la trasmissione in forma codificata condivisa, avvenne

\_

<sup>&</sup>lt;sup>47</sup> Drager, D. F. (1998). *Bujutsu e budō moderno: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. III). Roma: Edizioni Mediterranee, p. 175.

<sup>&</sup>lt;sup>48</sup> Stabilita a Kyōto nel 1895, è la prima organizzazione ufficiale di arti marziali sancita dal governo giapponese.

nel 1934; tuttavia la maggior parte delle scuole continuò a ignorare le nuove regole.

Dopo la Seconda Guerra Mondiale anche il tiro con l'arco – pur non avendo avuto uno stretto coinvolgimento nell'opera di indottrinamento nazionalista fomentata dal governo giapponese – rientrò tra le arti marziali bandite dal governo di occupazione americano; fu reintrodotta solo dopo il 1949, quando venne consentita la formazione della Federazione Nazionale Kyūdō (Zen Nihon Kyūdō Renmei, 全日本弓道連盟) che definì le moderne regole di procedura per forma, etichetta, e tiro. <sup>49</sup>

#### 3.2 Arco e sacralità

Fin dai tempi più remoti l'arco ha avuto assunto una connotazione magica e presentato stretti legami con la sacralità, e per questo subito amalgamato con la spiritualità autoctona dello Shintō (神道). L'antico dio Shintō (神道) della guerra era Hachiman (八幡), conosciuto anche come il dio dell'arco; l'uso rituale dell'arco è rimasto patrimonio dello Shintō (神道) per oltre duemila anni. In diverse immagini dell'imperatore Jinmu (神武, 711 a.C. – 585 a.C.) <sup>50</sup> è visibile un lungo arco asimmetrico, all'epoca simbolo del potere assoluto, ma anche del legame dell'imperatore con gli dèi.

Il *Kojiki* (古事記) <sup>51</sup> e il *Nihon Shoki* (日本書紀) <sup>52</sup> riportano episodi in cui appare evidente il legame fra l'arco e i suoi accessori, e le divinità e i loro

<sup>&</sup>lt;sup>49</sup> Hurst, G. C. (1998). *Armed Martial Arts of Japan.* Tōkyō:Yale University Press, p. 173.

<sup>&</sup>lt;sup>50</sup> Figlio del nipote della dea del sole Amaterasu, nel mito giapponese è considerato l'unificatore e il primo imperatore della nazione.

<sup>&</sup>lt;sup>51</sup> *Kojiki* (712): è il più antico documento letterario del Giappone, scritto in giapponese traslitterato con caratteri cinesi; narra la storia della nazione, dal leggendario imperatore Jinmu (神武, 711 a.C. – 585 a.C.), primo imperatore, al regno dell'imperatrice Suiko (推古, 554 – 628).

<sup>&</sup>lt;sup>52</sup> *Nihonshoki* (720): scritto in cinese classico, è il secondo documento più antico del Giappone; è più semplice da consultare, più rigoroso e attendibile del *Kojiki*, suo predecessore.

discendenti. Le frecce e le faretre dell'imperatore Jinmu (神武) sono presentate come sacri simboli dei discendenti della dea del sole Amaterasu (天照), I quale unifica il Paese assoggettando le altre tribù. Amaterasu (天照) stessa è armata di arco e frecce, oltre che della spada.

L'arco veniva utilizzato per richiamare gli spiriti utilizzando il suono della corda pizzicata, inoltre la *miko* (巫女, sciamana) lo utilizzava come conduttore (*torimono*, 捕物), come mezzo per richiamare lo spirito, oppure per lasciarsi possedere da quest'ultimo. L'arco era dotato di poteri teraupetici ed era in grado di scacciare il male; infatti nel periodo Heian (平安時代, 794 – 1185) esso veniva utilizzato in occasione della nascita di discendenti imperiali, e durante gli esorcismi, sempre sfruttando il suono della corda. La stessa freccia è rivestita di sacralità e indica l'unione di due mondi, quello divino e quello umano; per questo motivo veniva scoccata in aria durante i riti allo scopo di annunciare l'inizio del rito stesso. Frecce decorate con piume bianche venivano offerte nei templi come segno di buon auspicio in occasione del nuovo anno.

Ancora oggi gli aspetti visibili del tiro con l'arco quali la cerimonia, il modo di vestirsi, il rispetto per l'arco, le frecce e il luogo di tiro, sono tutti elementi riconducibili allo Shintō (神道). In particolare il lato d'onore (*kamiza*, 上座) del *kyūdōjō* (弓道場, luogo di tiro) ospitava per tradizione un altare Shintō (神道), il *kamidana* (神棚). <sup>53</sup>

#### 3.3 Zen e tiro con l'arco

La relazione originaria tra Zen e tiro con l'arco inizia con il periodo Kamakura (鎌倉時代, 1185 – 1333), analogamente a quanto avvenuto per le altre arti marziali. Inizialmente lo Zen è utilizzato per i fini militari della classe guerriera al

<sup>53</sup> Onuma, H., & DeProspero, D. (1993). *Kyūdō,The Essence and Practice of Japanese Archery.* Tōkyō: Kōdansha International, p. 21.

27

potere. Lo Zen Rinzai (臨済) infatti catturò l'attenzione dell'emergente classe dei samurai per il suo carattere diretto, non mediato dalla parola, e per la sua semplicità, elementi questi che lo rendevano facilmente accessibile anche a persone come i guerrieri, i quali non sempre possedevano un elevato livello culturale. Attraverso l'utilizzo dei principi dello Zen il guerriero poteva ottenere una concentrazione maggiore durante la battaglia, affidandosi a una istintualità più marcata e a una mente più forte, capace di resistere agli orrori della guerra, e al continuo trovarsi faccia a faccia con la morte.

Nel periodo Muromachi (室町時代, 1336 - 1573) lo Zen diede un contributo alla formalizzazione del tiro con l'arco rafforzando il suo lato spirituale e autenticando la descrizione dei processi mentali che avvengono durante l'applicazione della tecnica. Le nascenti ryū utilizzarono così la terminologia Zen per poter completare la codifica delle loro specifiche tecniche, senza per questo modificarne l'insegnamento. Lo Zen, più che esercitare un'influenza sui contenuti del tiro con l'arco, rappresentò un mezzo per meglio comunicarli ed esprimerli. Nella trasmissione del messaggio e della tecnica si ricorreva tuttavia all'analogia piuttosto che alle parole, seguendo dei metodi di insegnamento tipici del Buddhismo Tendai (天台) e di quello Zen: da questi metodi deriva il termine *ishin denshin* (以心伝心, comprensione non verbale) che indica la comprensione diretta da mente a mente. Questa trasmissione ha un precedente leggendario legato a un episodio della vita del Buddha: quello dell'incontro di Shākyamuni con Mahākāshyapa, dove quest'ultimo ottenne l'illuminazione semplicemente osservando il Buddha sollevare un fiore con la mano.

Nonostante si ricorresse spesso a questo metodo di insegnamento diretto, il raggiungimento completo delle tecniche da parte del discepolo doveva poi essere riconosciuto e certificato formalmente dal maestro, in modo analogo a quanto avveniva quando un monaco Zen raggiungeva il *satori* (悟り).

La maggiore influenza dello Zen si ebbe però nei secoli XVII e XVIII, quando l'elemento militare cominciò a perdere importanza, e si ritornò a valorizzare il lato spirituale della pratica e la relativa evoluzione della persona. In particolare furono messi in evidenza tutti quegli aspetti del tiro con l'arco che illustravano i principi buddhisti Zen del distacco e della serenità, della coscienza allargata al di là dello stato incentrato sull'io, dell'agire con naturalezza, grazia e spontaneità. <sup>54</sup>

La ricerca della verità, della bontà e della bellezza è infatti il principale elemento della pratica del  $ky\bar{u}d\bar{o}$  (弓道). La verità viene scoperta domandandosi cosa sia un vero tiro; l'abilità e la precisione nel colpire il bersaglio è fondamentale ma non sufficiente. Vi è differenza tra un tiro semplicemente abile da uno eseguito correttamente e con la giusta attitudine, a seconda di come viene colpito il centro del bersaglio (的中,  $tekich\bar{u}$ ).

Si distinguono tre livelli di diversa complessità: la freccia che colpisce il bersaglio (tōteki, 当的), la freccia che perfora il bersaglio (kanteki, 完的), e la freccia che esiste nel bersaglio (zaiteki, 在的). L'arciere nel tōteki (当的) si concentra nella tecnica di tiro cercando di raggiungere un punto dove può costantemente centrare il bersaglio; non si cura però dell'equilibrio del corpo, e non si rende conto di eventuali movimenti goffi, oppure sceglie di ignorarli. Una volta raggiunto il risultato con una certa modalità, egli vi permane per paura di perdere ciò che ha ottenuto. Se egli rimane a questo livello, tipico di un semplice svago, non vi potrà essere alcun miglioramento successivo. Nel secondo livello (kanteki, 完的) la freccia non colpisce solo il bersaglio, ma lo perfora: questo tipo di tiro richiede la padronanza completa degli aspetti fisici e tecnici, nonché della disciplina; l'arciere può concentrarsi sul momento culmine dell'unificazione tra mente e corpo, e sul respiro.

Sia il *tōteki* (当的) che il *kanteki* (完的) sono sviluppi normali del *kyūdō* (弓道); ma l'arciere che vuole raggiungere un livello più elevato non si ferma, e cerca di raggiungere lo *zaiteki* (在的) dove la qualità dei pensieri e delle azioni

29

-

<sup>&</sup>lt;sup>54</sup> Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese.* (A. Regalzi, trad.). Roma: Universale Meltemi, pp. 79-80.

è pura e calma: le tre sfere della mente (attitudine), corpo (movimento) e arco (tecnica) sono unificate, rendendo quieto il pensiero e lasciando spazio all'intuizione e al giusto scoccare della freccia; ogni cosa è in perfetta armonia.

Che siano mille o diecimila frecce, ciascuna deve essere nuova. <sup>55</sup>

Il fallimento costituisce un'opportunità di crescita e di miglioramento; in ogni caso, ciascun tiro, anche quello apparentemente perfetto, è suscettibile di miglioramento. La tecnica presenta dei limiti, ma lo spirito ha dentro di sé un illimitato potenziale di miglioramento. Fondamentale pertanto è la ricerca continua della perfezione e non il raggiungimento della stessa. <sup>56</sup>

L'etichetta osservata per mostrare rispetto durante la cerimonia di preparazione al tiro, e il movimento ritmico e sereno si uniscono, creando un perfetto equilibrio di forma e spirito che genera armonia. In questo risiede la bellezza del *kyūdō* (弓道). Le azioni dell'arciere sono eseguite con grazia, dignità e tranquillità prodotte da uno stato di calma interiore, al cui raggiungimento concorrono la concentrazione e il controllo del respiro (*kokyū*, 呼吸), che unisce la mente e il corpo.

Lo Zen, non agisce in maniera rivoluzionaria, ma ben amalgamandosi con gli aspetti cerimoniali, nobili e di sacralità già presenti nella tradizione giapponese, dove potenzia e amplifica. Il maestro di *kyūdō* (弓道) Inagaki Genshirō (稲垣 源四郎, 1910 – 1995) osserva come la tecnica di tiro sia sempre rimasta nel tempo l'elemento centrale della pratica, e come essa sia capace di fungere da mediatore fra l'abilità richiesta per un tiro preciso, e la dimensione spirituale del completo controllo e comprensione dei propri gesti e della propria attitudine mentale:

<sup>&</sup>lt;sup>55</sup> Onuma, H., & DeProspero, D. (1993). *Kyūdō,The Essence and Practice of Japanese Archery.* Tōkyō: Kōdansha International, p. 22.

<sup>&</sup>lt;sup>56</sup> Onuma, H., & DeProspero, D. (1993). Kyūdō,The Essence and Practice of Japanese Archery. Tōkyō: Kōdansha International, p. 8-9.

Il kyūdō (弓道) è unione di spirito e tecnica; a seconda di quanto essa sia stata approfondita e del livello raggiunto, il discepolo potrà assaporare l'esperienza di un particolare stato spirituale e constatarla con la coscienza, insieme a certi appagamenti interiori grazie ai quali noi, esseri umani, possiamo raggiungere stati d'animo più elevati. <sup>57</sup>

Le regole apprese nel *kyūdō* (弓道), la disciplina coltivata nel luogo di tiro, e lo spirito affinato dall'arciere durante la pratica costante nel raggiungimento di uno stato di serena visione della realtà si estenderanno alla vita di tutti i giorni divenendo parte integrante dell'individuo e della sua maturità. <sup>58</sup>



http://big5.xinhuanet.com/gate/big5/news.xinhuanet.com/mil/2008-10/01/content\_10138251.htm Yabusame.

<sup>57</sup> Inagaki, G. (1994). *Yumi no kokoro: Lo spirito del kyūdō*. Como: Edizioni R.E.D, p. 12.

<sup>&</sup>lt;sup>58</sup> Inagaki, G. (1994). *Yumi no kokoro: Lo spirito del kyūdō.* Como: Edizioni R.E.D, p. 13.

#### Capitolo 4 – Il tiro con l'arco, lo Zen e l'Occidente

#### 4.1 La diffusione dello Zen in Occidente

Lo Zen si è diffuso in Occidente attraverso l'opera di alcuni autori che hanno divulgato i principi dello Zen contribuendo a creare un forte interesse per quest'argomento. Uno di questi è Suzuki Daisetsu (鈴木 大拙, 1870 – 1966), il quale, grazie alla sua conoscenza della lingua inglese e attraverso i suoi scritti in cui ha sistematizzato i precetti dello Zen, ha fatto conoscere soprattutto gli aspetti artistici ed estetici dello Zen, nonché le arti marziali. La sua interpretazione è quella che ha avuto la maggiore influenza sulla concezione dello Zen in Occidente.

Nei suoi saggi Suzuki si riferisce allo Zen come a una scienza della mente più che una religione o una filosofia, evidenziandone gli aspetti legati all'intuizione, all'irrazionalità, all'esperienza concreta e personale. Nel *mushin* (無心) Suzuki vede la fine del dualismo e lo paragona all'inconscio. Suzuki precisa però che l'inconscio di cui parla non deve essere identificato con quello della psicanalisi, perché corrisponde a ciò che è alla base della realtà, ossia l'inconscio cosmico. il Vuoto. <sup>59</sup>

Secondo Suzuki lo Zen incarna lo spirito del Giappone, ne costituisce il nucleo più puro e profondo, e ispira profondamente tutte le arti marziali. Nella sua introduzione al libro di Eugen Herrigel, *Lo Zen e il tiro con l'arco*, Suzuki mette in evidenza gli aspetti prettamente spirituali del tiro con l'arco, validi anche per altre discipline, negando la presenza di altri aspetti di finalità.

Uno degli elementi essenziali nell'esercizio del tiro con l'arco e delle altre arti che vengono praticate in Giappone e probabilmente anche in altri paesi dell'Estremo Oriente è il fatto che esse non perseguono alcun fine pratico e neppure si propongono un piacere puramente estetico, ma rappresentano un tirocinio della coscienza e devono

.

<sup>&</sup>lt;sup>59</sup> Suzuki, D. T. (1996). *Vivere Zen.* Roma: Edizioni Mediterranee, pp. 75-76.

servire ad avvicinarla alla realtà ultima. Così il tiro con l'arco non viene esercitato soltanto per colpire il bersaglio, la spada non s'impugna per abbattere l'avversario, il danzatore non danza soltanto per eseguire certi movimenti ritmici del corpo, ma anzitutto perché la coscienza si accordi armoniosamente con l'inconscio. <sup>60</sup>

Suzuki cerca di stendere un ponte tra Oriente e Occidente, e crede che lo Zen possa essere questo ponte, e offrire una risposta alla modernizzazione del Giappone. Per questo motivo Suzuki crea un orientalismo eccessivo, che offre un'immagine idealizzata della cultura giapponese, come profondamente pervasa dallo Zen. Le sue idee trovarono un terreno fertile in Occidente, creando un vero e proprio "effetto Suzuki", anche grazie al personale carisma dell'autore. <sup>61</sup> Presentato in questa prospettiva lo Zen infatti offriva una soluzione al problema apparentemente insolubile del relativismo prodotto dal confronto tra le differenti culture. <sup>62</sup>

In realtà lo Zen, pur svolgendo un ruolo importante nella cultura e nella società giapponese, non ne costituisce l'intima essenza, che è invece frutto di un'interazione più complessa e profonda tra filosofie e religioni. Lo Zen stesso non può essere considerato solo una scienza della mente perché è anche una religione istituzionalizzata con testi, gerarchie e linee di patriarchi, regole di vita monastica, e rigide discipline ad esso collegate. Il *mushin* (無心) non è equiparabile all'inconscio, ma è uno stato mentale in cui, in perfetta armonia con le cose, si arriva alla mancanza dell'io. Per quanto riguarda il rapporto con le arti marziali, anche se sono presenti influenze sviluppatesi nei secoli, a partire dal periodo Kamakura (鎌倉時代, 1185 – 1333), lo Zen non può esserne considerato il fondamento principale. <sup>63</sup>

\_

<sup>&</sup>lt;sup>60</sup> Herrigel, E. (1975). *Lo Zen e il tiro con l'arco.* (G. Bemporad, trad.). Milano: Adelphi, p. 1.

<sup>&</sup>lt;sup>61</sup> Faure, B. (1993). *Chán Insights and Oversights: An Epistemological Critique of the Chán Tradition.* Princeton: Princeton University Press, pp. 53-54.

<sup>&</sup>lt;sup>62</sup> Sharf, R. H. (1993). *The Zen of Japanese Nationalism. History of Religions, 33* (1), 1-43. Chicago: University of Chicago Press.

<sup>&</sup>lt;sup>63</sup> Cestari, M. (2002). Tratto il giorno gennaio 5/2011 http://digilander.libero.it/biblionogara/buddhismo.htm.

#### 4.2 Herrigel: "Lo Zen e il tiro con l'arco"

Nel 1948, Eugen Herrigel (1884 – 1955) pubblicò in Germania *Lo Zen e il tiro con l'arco (Zen in der Kunst des Bogenschiessens*) in cui raccontava la propria esperienza di apprendimento di questa disciplina. Herrigel, già attratto dal misticismo, si era avvicinato allo Zen attraverso gli scritti di Suzuki, e aveva deciso di approfondire questo argomento direttamente in Giappone.

Non appena mi fui un po' orientato nel nuovo ambiente, cercai di realizzare il mio desiderio [la pratica dello Zen]. Subito mi scontrai con imbarazzati tentativi di dissuadermi. Fino allora, mi dissero, nessun europeo si era occupato seriamente dello Zen e poiché esso rifiuta anche la minima ombra di "dottrina", non potevo aspettarmi che mi soddisfacesse "teoricamente". [...] Mi avvisarono allora che un europeo non aveva alcuna probabilità di entrare in quel campo, il più estraneo per lui, dello spirito nipponico, a meno che cominciasse con l'imparare una delle arti che hanno rapporto con lo Zen. <sup>64</sup>

Herrigel divenne allievo del maestro Awa Kenzō (阿波研造, 1880 – 1939), iniziando un lungo addestramento a tappe successive: tendere l'arco, respirare, rilasciare il colpo. In questo percorso era fondamentale sperimentare il fallimento, ma soprattutto imparare a non concentrarsi sul bersaglio e sull'intenzione di colpirlo, poiché "la vera arte è senza scopo, senza intenzione". Alla fine dell'addestramento l'allievo è trasformato; egli riesce a sbloccarsi e centrare nel modo giusto il bersaglio, perché, avendo abbandonato la razionalità, non cerca più di comprendere.

In base a questa esperienza Herrigel sostiene nel suo libro che lo Zen è il fondamento del tiro con l'arco giapponese, riconducendo semplicemente questa disciplina alla forte spiritualità. Egli impiegò circa cinque anni per trovare il modo giusto di allentare la corda in modo che questo atto fosse compiuto

\_

<sup>&</sup>lt;sup>64</sup> Herrigel, E. (1975). Lo Zen e il tiro con l'arco. (G. Bemporad, trad.). Milano: Adelphi, p. 10.

senza intenzione, proprio come la buccia crepata di un frutto maturo. Il paradosso da vincere era quello di esercitarsi costantemente senza però sforzarsi: la corda doveva allentarsi senza scopo, la freccia scagliarsi da sola verso il bersaglio, che non doveva essere considerato importante. Quando questo avvenne, Herrigel non capì come e perché. <sup>65</sup>

In seguito molti autori hanno ripreso quanto proposto da Herrigel, identificando il tiro con l'arco come la Via della freccia, un'esperienza di sola spiritualità che ha catturato l'immaginazione del mondo occidentale facilmente incline a considerare l'Oriente in modo stereotipatamente mistico.

#### 4.3 La critica di Yamada Shōji

Una delle critiche più incisive al lavoro di Herrigel è quella del professore universitario Yamada Shōji (山田奨治, 1963), il quale nel 2001 ha pubblicato l'articolo "Il mito dello zen nel tiro con l'arco" tratto dalla sua stessa tesi universitaria. Il lavoro si occupa di ricostruire sistematicamente le tappe che hanno portato il filosofo tedesco ad associare così indissolubilmente lo Zen e il *Kyūjutsu* (弓術), partendo dall'analisi della vita del maestro di tiro con l'arco di Herrigel, Awa Kenzō.

Yamada descrive la natura eccentrica della personalità di Awa Kenzō: abile ed esperto arciere della scuola *Heki-ryū* (日置流), solo successivamente adottò un approccio mistico, portandolo all'estremo; la massima "non vi è bisogno di nulla" (何も要らぬ, *nani mo iranu*) è stata estrapolata da Awa da un contesto più ampio in cui si descriveva quel risultato come il punto di arrivo di un duro allenamento tecnico che portava a scoccare la freccia in modo del tutto naturale. Il maestro Awa estese il concetto fino alla condizione del principiante, rendendo l'intera disciplina del tiro con l'arco un mero esercizio dello spirito, credenza questa sostenuta da una profonda esperienza mistica

35

<sup>&</sup>lt;sup>65</sup> Watts, A. (2006). *La via dello Zen.* (L. M. Antonicelli, trad.) Milano: Edizioni Feltrinelli, p. 208.

dello stesso Awa, verificatasi durante il suo allenamento; l'energia mentale (心機 shinki) genera energia spirituale (霊気, reiki) e conduce alla vera natura del tiro, descritta con la parola kenshō (顕正, vera natura, illuminazione). Questo termine rimane l'unico punto di contatto con lo Zen in tutta l'opera di Awa, nella sua dottrina mistico-religiosa Daishadōkyō (大射道教, "Grande dottrina della via del tiro"), ovvero la "Grande Dottrina", a cui Herrigel si riferisce nella sua opera, confondendola con lo Zen. <sup>66</sup>

Yamada prosegue descrivendo le circostanze che portarono Herrigel a intraprendere il suo viaggio in Giappone, evidenziandone l'attrazione per il misticismo che da sempre influenzava il filosofo tedesco, e il profondo interessamento per la lettura degli scritti sullo Zen, in particolare quelli di Suzuki, dove si afferma fino all'eccesso la centralità rivestita dallo Zen nella cultura giapponese e in ogni suo prodotto artistico e filosofico. Per questo Herrigel nel suo soggiorno di sei anni in Giappone si occuperà di sperimentare lo Zen sempre e solo attraverso la pratica artistica scelta del tiro con l'arco, e mai tramite l'esperienza monastica diretta, finendo per non riuscire mai a penetrare veramente le due dimensioni.

A questi dati, e all'enfasi posta dal maestro Awa sull'aspetto spirituale della pratica si aggiungono l'impossibilità di comunicare e la conseguente necessità di ricorrere a un interprete che aveva difficoltà a comprendere il linguaggio criptico e indiretto di Awa, cosa che portò Herrigel alla formulazione di vere e proprie dottrine di pensiero estranee agli altri allievi del maestro e alla pratica stessa del *Kyūdō* (弓道); l'espressione "it shoots" ("si tira") proviene da un simile contesto: essa sottrae la coscienza dell'arciere dal tiro e l'importanza del bersaglio che viene colpito dalla freccia, che "si tira da sé". <sup>67</sup> Le descrizioni

-

<sup>&</sup>lt;sup>66</sup> Cfr. Yamada, S. (2001). *The Myth of Zen in The Art of Archery*. Japanese Journal of Religious Studies. Nagoya: Nanzan Institute for Religion and Culture, p. 10.

<sup>&</sup>lt;sup>67</sup> Yamada, S. (2001). *The Myth of Zen in The Art of Archery*. Japanese Journal of Religious Studies. Nagoya: Nanzan Institute for Religion and Culture, p. 25.

di purezza mentale e di disciplina Zen sono del tutto assenti da questo ragionamento.

Herrigel, inizialmente deluso e scettico a causa delle difficoltà di eseguire il suddetto tiro, finì per cedere all'intrigante esperienza mistica che il maestro Awa offriva: a tal riguardo divenne celebre l'episodio della camera scura in cui Awa si proponeva di dimostrare all'allievo che era possibile colpire il bersaglio senza mirare, affermando che "pensare di colpire il bersaglio è un'eresia. Non bisogna mirare a quello". Awa riuscì nella più totale oscurità a colpire due volte di seguito il bersaglio; la seconda freccia colpì la prima spezzandola, e Herrigel ne rimase affascinato. Nonostante Awa rivelasse successivamente la pura coincidenza di quell'episodio e l'errore stesso nell'aver rovinato l'attrezzatura, Herrigel creava il mito moderno dello Zen, secondo il quale quest'ultimo permea ogni tipo di disciplina giapponese, uno Zen che è in grado di spiegare il *kyūdō* (弓道) e che anzi rappresenta l'obiettivo dell'approccio spirituale alla pratica del tiro. <sup>68</sup>

Nonostante il fatto che queste esperienze siano estranee sia allo Zen che al *kyūdō* (弓道) autentico, tutt'oggi rimangono salde nella mentalità occidentale.

<sup>&</sup>lt;sup>68</sup> Yamada, S. (2001). *The Myth of Zen in The Art of Archery*. Japanese Journal of Religious Studies. Nagoya: Nanzan Institute for Religion and Culture, p. 18.

### Conclusioni

Nell'affrontare il kyūdō (弓道) è essenziale vederlo come la fine di un percorso che affonda le sue radici nell'origine della civiltà giapponese e prosegue fino ai giorni nostri. Il cuore della pratica è la pratica stessa, composta dai principi del *kyūjutsu* (弓術) insegnati dal maestro, che consentono l'apprendimento della giusta tecnica di tiro facendola propria affinché sia possibile centrare il bersaglio. A questo si affiancano l'eredità confuciana cinese nella sua attenzione per la ritualità, la postura e la concentrazione e il senso del sacro dello Shintō (神道), che dona una dimensione di spiritualità squisitamente giapponese.

L'incontro con la lezione buddhista, in particolare nell'aspetto Zen, trova in questo contesto l'ambiente ideale dove fiorire, in quanto rispecchia diversi dei suoi aspetti essenziali quali la completa rituale dedizione, la forte spiritualità, la concentrazione derivata da uno stato di calma di profondo significato fin nel più piccolo gesto. Questo incontro non crea un cambiamento radicale rispetto al passato, ma si integra con lo stesso, proseguendo e mettendone in risalto le caratteristiche.

Per questo motivo non è possibile descrivere il kyūdō (弓道) in uno solo dei suoi aspetti ignorando completamente gli altri. Considerandolo solamente un esercizio spirituale, un aspetto dello Zen, si ottengono validi risultati e benefici fisici, ma non si arriva all'esperienza vera del tiro, un connubio perfetto fra presenza mentale e abilità tecnica, così come concentrandosi solo sulla morale, la cerimonia e l'etichetta che accompagnano la disciplina si può sperimentare una maturità personale nella vita, ma totalmente priva di significato.

Il kyūdō (弓道) nasce come un'arte marziale, ovvero una tecnica creata appositamente a fini bellici, ed è impossibile distaccarsi da questa dimensione concreta e non marginale. Lo Zen si innesta in questa dimensione

arricchendola con pratiche e atteggiamenti in grado non solo di migliorare i risultati, ma anche la persona che si dedica a questa disciplina.

Solo considerando tutti gli aspetti è possibile comprendere l'intensità dell'esperienza che quest'arte offre a chi che ne avrà assorbito pienamente i principi, sia a livello mentale, che a livello concreto.



http://touspo.com/2010/03/20/

# Glossario

Bakufu	幕府	governo militare
Budō	武道	arti marziali (intese come Via, percorso spirituale)
Bujutsu	武術	arti marziali
Bukeshohatto	武家諸法度	leggi per le famiglie militari in epoca Edo (1603 – 1868)
Buki	武器	arma
Bun	文	letteratura
Bushi	武士	guerriero, samurai
Bushidō	武士道	codice di condotta dei samurai
Dhyāna		visione, meditazione
Dō	道	Via
Ensō	円相	cerchio (simboleggiante l'illuminazione buddhista)
Haiku	俳句	poesia giapponese composta di 17 sillabe
Hanpuku	反復	ripetizione
Hara	腹	addome
Ishin denshin	以心伝心	comprensione non verbale

Kamidana	神棚	altare Shintō
Kamiza	上座	lato d'onore
Kanteki	完的	centrare perfettamente il bersaglio
Kanzen shugi	完全主義	perfezionamento
Kata	方	forma, modo di esecuzione
Kenshikika	見識家	formalizzazione
Kenshō	顕正	vera natura (buddhista)
Kōan	公案	(Zen) affermazioni paradossali proposte durante la meditazione
Kojiki	古事記	antiche cronache del Giappone (712 d.C.)
Kokyū	呼吸	respiro
Kū	空	Vuoto, vacuità
Kuge	公家	nobiltà
Kyū, Dan	級,段	grado (nel sistema di gradazione kyū e dan)
Kyūdō	弓道	tiro con l'arco (inteso come Via, percorso spirituale)
Kyūdōjō	弓道場	luogo di tiro
Kyūjutsu	弓術	tiro con l'arco

Meigen no gi	鳴弦の儀	rituale della corda dell'arco pizzicata
Miko	巫女	sciamana Shintō
Mondō	問答	dialoghi domanda-risposta
Mushin	無心	non-mente
Nihon Shoki	日本書紀	annali del Giappone (720 d.C.)
Reiki	定霊	energia spirituale
Ryū	流	scuola di pensiero
Satori	悟り	(Zen) esperienza del risveglio spirituale
Shikantaza	只管打坐	(Zen) meditazione seduta silenziosa della scuola Sōtō
Shinki	心機	energia mentale
Shōgun	将軍	governatore militare
Sūtra		scritture buddhiste
Tekichū	的中	centro del bersaglio
Tōitsu	統一	unità
Tōteki	当的	colpire il bersaglio
Yumi	弓	arco
Zaiteki	在的	essere nel bersaglio

## **Bibliografia**

Bandini, F. (2009, settembre/gennaio). Le grandi religioni orientali. Quaderni di etnologia ed archeologia del sacro (10/11). Firenze: Alinea Editrice.

Bausani, A. (1999). Buddha, la vita e la parola. Chiasso: Elvetica Edizioni S.A.

Davies, R. J., & Ikeno, O. (2007). *La mente giapponese.* (A. Regalzi, trad.) Roma: Universale Meltemi.

Draeger, D. F. (1998). *Budō classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. II). Roma: Edizioni Mediterranee.

Draeger, D. F. (1998). *Bujutsu classico: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali* (Vol. I). Roma: Edizioni Mediterranee.

Drager, D. F. (1998). Bujutsu e budō moderno: Le arti marziali giapponesi come discipline spirituali (Vol. III). Roma: Edizioni Mediterranee.

Dumoulin, H. (1963). *A History of Zen Buddhism.* (P. Peachey, trad.). New York: Random House.

Faure, B. (1993). Chán Insights and Oversights: An Epistemological Critique of the Chán Tradition. Princeton: Princeton University Press.

Herrigel, E. (1975). Lo Zen e il tiro con l'arco. (G. Bemporad, trad.) Milano: Adelphi.

Inagaki, G. (1994). Yumi no kokoro: Lo spirito del kyūdō. Como: Edizioni R.E.D.

Onuma, H., & DeProspero, D. (1993). *Kyūdō,The Essence and Practice of Japanese Archery*. Tōkyō: Kōdansha International.

Hoover, T. (1977). Zen Culture How Zen has influenced Art, Architecture, Literature, Sports, Ceramics, Theatre. New York: Random House.

Hurst, G. C. (1998). Armed Martial Arts of Japan. New Haven: Yale University Press.

Lind, W. (1996). *Budō, la via spirituale delle arti marziali.* (A. Manco, trad.) Roma: Edizioni Mediterranee.

Miganti, R. (1996). Buddhismo. Firenze: Giunti.

Sharf, R. H. (1993). *The Zen of Japanese Nationalism. History of Religions*, 33 (1), 1-43. Chicago: University of Chicago Press.

Suzuki, D. T. (2003). *Saggi sul Buddhismo Zen* (Vol. 1). (J. Evola, trad.) Roma: Edizioni Mediterranee.

Suzuki, D. T. (1996). Vivere Zen. Roma: Edizioni Mediterranee.

Takuan, S. (1988). The unfettered mind. (W. S. Wilson, trad.). Tōkyō: Kōdansha International.

Yamada, S. (2001). *The Myth of Zen in The Art of Archery*. Japanese Journal of Religious Studies. Nagoya: Nanzan Institute for Religion and Culture.

Watts, A. (2006). La via dello Zen. (L. M. Antonicelli, trad.) Milano: Edizioni Feltrinelli.

Westbrook, A., & Ratti, O. (1977). *I segreti dei samurai, le antiche arti marziali*. Roma: Edizioni Mediterranee.

# **Sitografia**

Cestari, M. (2002). Tratto il giorno dicembre 27, 2010 da http://digilander.libero.it/biblionogara/buddhismo.htm.

Nukariya, K. (2002, maggio 28). The Religion of the Samurai: A Study of Zen Philosophy and Discipline in China and Japan. Tratto il giorno dicembre 27, 2010 da http://www.gutenberg.org.

#### Lista delle immagini

Foto\_2.jpg, p. 4, tratta il giorno gennaio 25, 2011 da http://www.arcosophia.net/database/ARCO/Anno\_2002/Arco\_n6\_2002/Articolo\_Benini/benin6-02.htm.

p1000120.jpg, p.13, tratta il giorno gennaio 26, 2011 da http://blog.jamijami.net/date/2009/03.

Foto\_4.jpg, p. 21, tratta il giorno gennaio 25, 2011 da http://www.arcosophia.net/database/ARCO/Anno\_2002/Arco\_n6\_2002/Articolo\_Benini/benin6-02.htm.

xin\_21210050114210462333339.jpg, p. 31, tratta il giorno gennaio 28, 2011 da http://big5.xinhuanet.com/gate/big5/news.xinhuanet.com/mil/2008-10/01/content\_10138251.htm.

CIMG0605-910x1023.jpg, p. 39, tratta il giorno gennaio 31, 2011 da http://touspo.com/2010/03/20/.