

«Nullus enim locus sine genio» così Servio Mario Onorato osservava commentando il V libro dell'*Eneide*. Frase emblematica e fondativa del mito del *genius loci*, la cui vitalità è testimoniata dal fatto che ancora nel mondo moderno e fino a oggi i suoi significati non hanno smesso di essere recuperati e sviluppati sotto profili molteplici e inattesi. Di questo i contributi raccolti nel presente volume costituiscono una prova e al contempo un tentativo di indagarne radicalmente i fondamenti antropologici e culturali.

Saggi di: Giulia Andioni, Karim Ben Hamida, Stefano Bevacqua, Gerardo De Simone, Michele Di Monte, Silvia Ferretti, Riccardo Finocchi, Elio Franzini, Federica Frattaroli, Tonino Griffero, Marco Innamorati, Micaela Latini, Lorenzo Marinucci, Massimiliano Napoli, Lorenzo Perilli, Giulio Piatti, Tiziana Proietti, Vittorio Ricci, Mateusz Salwa, Richard Shusterman, Gabriele Simongini, Marco Tedeschini, Franco Zagari.

Volumi precedenti:

Sensibilia 1, Potere delle immagini?

a cura di Tonino Griffero e Michele Di Monte

Sensibilia 2, Vincoli/Constraints

a cura di Michele Di Monte e Manrica Rotili

Sensibilia 3, Spazio fisico/Spazio vissuto

a cura di Michele Di Monte e Manrica Rotili

Sensibilia 4, Il dolore/The Pain

a cura di Gloria Galloni e Manrica Rotili

Sensibilia 5, La vergogna/The Shame

a cura di Emanuele Antonelli e Manrica Rotili

Sensibilia 6, Cose

a cura di Manrica Rotili e Marco Tedeschini

Sensibilia 7, Errore

a cura di Silvia Pedone e Marco Tedeschini

Sensibilia 8, Abitare

a cura di Silvia Pedone e Marco Tedeschini

Euro XX,00

Sensibilia 9²⁰¹⁷

Genius loci

A cura di Silvia Pedone e Marco Tedeschini

Genius loci

Sensibilia 9 2017

Collana diretta da Tonino Griffero



MIMESIS
SENSIBILIA

Sensibilia

9

Colloquium on Perception and Experience

Director: Tonino Griffero – **Coordinator:** Michele Di Monte – **Executive Secretary:** Silvia Pedone e Marco Tedeschini

Advisory Board: Rodolfo Alidori, Brunella Antomarini, Emanuele Antonelli, Stefano Bevacqua, Lazzaro Rino Caputo, David Ceccarelli, Dario Cecchi, Barbara Continenza, Giovanni Dessì, Maria Giuseppina Di Monte, Francesca Dragotto, Alessandro Ferrara, Silvia Ferretti, Riccardo Finocchi, Saverio Forestiero, Elio Franzini, Federica Frattaroli, Elena Gagliasso, Giovanni Iorio Giannoli, Claudia Hassan, Marco Innamorati, Micaela Latini, Lorenzo Marinucci, Giovanni Matteucci, Tiziana Migliore, Carmela Morabito, Giampiero Moretti, Massimiliano Napoli, Giuseppe Novelli, Isabella Pezzini, Giulio Piatti, Tiziana Proietti, Marie Rebecchi, Vittorio Ricci, Federica Scassillo, Renata Scognamiglio, Antonio Somaini, Massimo Venturi Ferriolo, Federico Vercellone, Pietro Vereni.

Per informazioni: www.sensibilia.it – info.sensibilia@gmail.com

SENSIBILIA 9 2015

GENIUS LOCI

A cura di
Silvia Pedone e Marco Tedeschini

MIMESIS EDIZIONI (Milano – Udine)
www.mimesisedizioni.it
mimesis@mimesisedizioni.it

Isbn: 9788857540894

© 2017 – MIM EDIZIONI SRL
Via Monfalcone, 17/19 – 20099
Sesto San Giovanni (MI)
Phone: +39 02 24861657 / 24416383

INDICE

INTRODUZIONE <i>di Silvia Pedone e Marco Tedeschini</i>	9
ESPORTARE LO SPIRITO DEL <i>GENIUS LOCI</i> . UN PROGETTO IRREALIZZABILE NELLA ROMA DI FILIPPO NERI <i>di Giulia Andioni</i>	13
IL <i>GENIUS LOCI</i> NELL'EPOCA DELLA SUA DIGITALIZZAZIONE <i>di Karim Ben Hamida</i>	25
LEOPARDI. DA <i>L'INFINITO</i> AL NULLA <i>di Stefano Bevacqua</i>	39
L'ARTISTA COME <i>GENIUS LOCI</i> . L'ESEMPIO DI LORENZO DA VITERBO <i>di Gerardo de Simone</i>	51
I LUOGHI COMUNI DELL'ARTE. SI PUÒ FARE UNA TEORIA DELLA GEOGRAFIA ARTISTICA? <i>di Michele Di Monte</i>	75
LUOGHI DI UNA PEDAGOGIA ECCENTRICA. LO <i>ZAUBERBERG</i> DI THOMAS MANN <i>di Silvia Ferretti</i>	93

IL SENSO DEI LUOGHI, I LUOGHI DEL SENSO. SEGNI E <i>AISTHESIS</i> TRA NATURA E TECNICA <i>di Riccardo Finocchi</i>	109
L'EUROPA COME <i>GENIUS LOCI</i> <i>di Elio Franzini</i>	123
<i>GENIUS LOCI</i> E PITTURA IN KANDINSKY. LO SPIRITUALE E LE FORME <i>di Federica Frattaroli</i>	137
TROVATO O CREATO? IL <i>GENIUS LOCI</i> COME ESPERIENZA (ATMOSFERICA) <i>di Tonino Griffero</i>	155
<i>GENIUS LOCI</i> E PSICOPATOLOGIA <i>di Marco Innamorati</i>	183
IL DEMONE DELLA MONTAGNA. A PROPOSITO DELLA NOVELLA <i>LENZ</i> DI GEORG BÜCHNER <i>di Micaela Latini</i>	195
<i>GENIUS LOCI</i> E <i>FUDO</i> : LA FILOSOFIA MESOLOGICA DI WATSUJI TETSURŌ <i>di Lorenzo Marinucci</i>	211
APPUNTI SUL <i>GENIUS LOCI</i> . SPAZIO, NARRAZIONE, AUTENTICITÀ <i>di Massimiliano Napoli</i>	225
<i>GENIUS</i> , ANIMA, <i>DAIMON</i> E PROCREAZIONE. ORIGINI DI UN CONCETTO <i>di Lorenzo Perilli</i>	243
«BIANCO SU BIANCO». L'ASTRAZIONE CONCRETA DA GILLES DELEUZE A MICHELANGELO ANTONIONI <i>di Giulio Piatti</i>	263

LA CASA COME LUOGO DI DECIFRAZIONE DELLO SPAZIO NATURALE. CHRISTIAN NORBERG-SCHULZ E HANS VAN DER LAAN <i>di Tiziana Proietti</i>	275
<i>GENIUS LOCI</i> E/O “LOCUS GENIALIS”? QUALCHE RIVERBERO LEVINASSIANO E PLATONICO <i>di Vittorio Ricci</i>	299
<i>GENIUS LOCI</i> E L’ESTETICA DEL GIARDINO <i>di Mateusz Salwa</i>	311
SOMA E UTOPIA. RIFLESSIONI SU UN <i>GENIUS LOCI</i> ZEN <i>di Richard Shusterman</i>	325
PIERO DORAZIO. L’ASTRATTISMO MEDITERRANEO DALLA VOCAZIONE INTERNAZIONALE <i>di Gabriele Simongini</i>	335
LA DIFFERENZA DEL GENIO. PROBLEMA TEORICO, SOLUZIONE ESTETICA <i>di Marco Tedeschini</i>	351
PER UN PAESAGGIO DEL TUTTO NUOVO E ALLO STESSO TEMPO ANTICO <i>di Franco Zagari</i>	367
AUTORI	379

SOMA E UTOPIA.
RIFLESSIONI SU UN *GENIUS LOCI* ZEN*

di Richard Shusterman

1.

Quando Sir Thomas More conì il termine “utopia”, si affidò all’etimologia greca per designare lo stato ideale che immaginava ma che non esisteva ancora in alcun luogo reale. Il termine utopia significa letteralmente “nessun luogo”, ma, per quanto il prefisso “u-” (in greco “ou-”) denoti il “nessuno” o il “non”, in inglese è omofono di un altro prefisso greco, “eu-”, con il quale denotiamo il “buono”, producendo così nel titolo del libro di More, *Utopia*, un provocatorio gioco di parole con il quale si suggerisce che il luogo buono in realtà non è in nessun luogo. Se l’utopia di More ritraeva una società ideale e fittizia in un posto immaginario, nel presente saggio desidero esplorare un luogo assolutamente reale, il quale può anche essere descritto paradossalmente come, allo stesso tempo, non luogo e buon luogo.

Mi riferisco al corpo umano vissuto e senziente, che designo come il “soma”: un luogo che, con ogni evidenza, è vividamente primo per quel che riguarda l’esistenza reale e che, nondimeno, alcuni filosofi, con perspicacia, ritengono esistere non nel regno dello spazio fisico e misurabile, ma in un regno più profondo e primordiale e costituire il principio attivo che di fatto genera il nostro senso del luogo, piuttosto che essere determinato da quest’ultimo. A ciò si aggiunga che, se si può affermare che il corpo è un luogo cruciale del buono per l’uomo, giacché in esso facciamo esperienza della maggior parte, quando non di tutti, i nostri umani piaceri (persino di quelli della mente), questi beni sembrano paradossalmente più presenti quando il corpo, nel quale sono ancorati, è in qualche modo assente dalla coscienza, cancellato nella pienezza di quello che esperisce.

* Traduzione di Marco Tedeschini.

Queste idee, che riprendo da William James e Maurice Merleau-Ponty, divennero per me più chiare e convincenti sul piano vissuto dell'esperienza, dopo una settimana di intenso esercizio meditativo con un rinomato maestro Zen nel suo remoto monastero in Giappone. Dopo che avrò dato una formulazione filosofica di queste idee, vorrei tentare l'opera impossibile di spiegare il buon non-luogo dell'esperienza meditativa.

2.

Il corpo è un caso particolarmente emblematico dei paradossi dell'ambiguità umana. Soggetto e oggetto, esibisce il potere e la vulnerabilità, la dignità e l'indegnità, la libertà e il vincolo, comunanze di specie e differenze individuali che definiscono la condizione umana. A ciò si aggiunga che, in quanto fonte indispensabile e insormontabile limite della percezione, il corpo rappresenta in modo esemplare la nostra umana situazione di conoscenza e ignoranza. Poiché, in quanto sono un corpo, sono presente nel mondo delle cose, questo mondo è per me anche presente e comprensibile. Poiché il corpo viene toccato a fondo da oggetti ed energie del mondo, incorpora le loro irregolarità e, così, può afferrarle in modo diretto e pratico senza aver bisogno di impegnarsi con il pensiero riflessivo. A ciò si aggiunga che, per vedere il mondo, dobbiamo vederlo da qualche punto di vista: una posizione che determina l'orizzonte della nostra osservazione e le sue molteplici direzioni, che pone il significato di sinistra e destra, alto e basso, avanti e indietro, interno ed esterno e, alla fine, forma anche le estensioni metaforiche di queste nozioni nel nostro pensiero concettuale. Il *soma* supplisce a questo punto di vista primordiale.

Come argomentò William James, nel porre il corpo al cuore della sua filosofia dell'esperienza: «il corpo è l'occhio del tifone, l'origine delle coordinate, il luogo costante della tensione in tutta la sequenza delle [nostre] esperienze. Ogni cosa ha in esso il suo centro ed è avvertita dal suo punto di vista» (1909: 146 n.). «Il mondo di cui facciamo esperienza – continua la riflessione – si presenta sempre con il nostro corpo come suo centro, centro della visione, centro dell'azione, centro dell'interesse» (ivi: 145 n.). Ma ogni punto di vista ha le sue limitazioni e così è ciò che il corpo offre: i suoi telecettori sensoriali hanno tutti limiti di ampiezza e messa a fuoco sensoriale. I nostri occhi sono fissati sulla parte anteriore del capo di modo che non possiamo guardare di dietro o, ancora, non possiamo vedere il nostro volto senza l'aiuto di uno strumento in grado di rifletterlo.

Più paradossalmente, come osserva Merleau-Ponty, il corpo vivo o *soma*, che costituisce il nostro centro soggettivo dell'esperienza e determina le nostre coordinate spaziali, non può propriamente essere collocato nei termini di altri spazi o definito nei termini dello spazio fisico. In questo senso, è un centro esperienziale e intenzionale che è una sorta di non-luogo oscuro e generativo.

Applicata al mio corpo, la parola «qui» non indica una posizione determinata in rapporto ad altre posizioni o in rapporto a coordinate esterne, ma l'installazione delle prime coordinate, l'ancoraggio del corpo attivo in un oggetto, la situazione del corpo di fronte ai suoi compiti. Lo spazio corporeo può distinguersi dallo spazio esterno e avviluppare le sue parti anziché dispiegarle, perché esso è l'oscurità della sala necessaria alla chiarezza dello spettacolo, lo sfondo di sonno o la riserva di potenza vaga sui quali si staccano il gesto e il suo scopo, la zona di non-essere *di fronte alla quale* possono apparire degli esseri precisi, delle figure e dei punti. [...] Il corpo proprio è il terzo termine, sempre sottinteso, della struttura figura e sfondo, e ogni figura si profila sul duplice orizzonte dello spazio esterno e dello spazio corporeo (Merleau-Ponty 1945: 153-154)

In breve, lo spazio corporeo, concepito come «la zone du non-être», è la cornice primordiale o il non-luogo che permette agli altri luoghi e ai loro oggetti, allo sfondo e al primo piano, di essere situati.

Proprio come il luogo decisivo del corpo vissuto si mostra nel suo essere un non-luogo misteriosamente indefinibile che definisce gli altri luoghi, così il corpo sembra funzionare per lo più meravigliosamente quando cancella se stesso dalla nostra attenzione, non ha luogo nella coscienza riflessiva e la nostra attenzione è completamente focalizzata sul compito che abbiamo di fronte e non sui mezzi corporei utilizzati per realizzarlo. Come sostiene James, «noi passiamo su di una passerella tanto meglio, quanto meno pensiamo alla posizione che su di essa avrà il nostro piede. Ogni nostro atto rapido o violento è tanto più preciso, quanto meno» ci concentriamo sulle parti e i sentimenti del nostro corpo proprio e quanto più esclusivamente sui nostri obiettivi (James 1890: 818). «Fissate il vostro *occhio* sul punto desiderato, e la vostra mano lo raggiungerà; se pensate alla vostra mano, sbaglierete con ogni probabilità la mira» (*ibidem*). Allo stesso modo, Merleau-Ponty insiste sul fatto che il corpo «ci guida» (1960: 97) magnificamente, ma solo «a condizione che io» smetta di analizzarlo e utilizzarlo (ivi: 110).

Ho già argomentato altrove (Shusterman 2005; 2008) il fatto che James e Merleau-Ponty sottostimano l'importanza della coscienza corporea ri-

flessiva e i pericoli di affidarsi all'azione non-riflessiva, perché le nostre abitudini spontanee sono spesso deficitarie e, per correggerle, abbiamo bisogno di esaminarle mediante la coscienza corporea riflessiva. Tuttavia, questi filosofi hanno certamente ragione a insistere sul fatto che, quando il corpo vissuto sta lavorando al suo meglio utopico, non ha alcun luogo nella coscienza esplicita mentre costituisce il luogo mediante il quale noi uomini percepiamo tutto ciò di cui abbiamo coscienza e facciamo tutto ciò che facciamo. Normalmente, notiamo i nostri corpi solo quando falliscono nel fare quel che desideriamo o quando ci trasmettono dolore, sconforto, preoccupazione (per la salute, l'apparenza, ecc.). Nell'esperienza soddisfacente del funzionamento perfetto (talvolta descritto come «fluire»), notiamo solo l'oggetto "alla mano" non la mano che lo prende.

Il piacere procura un ulteriore esempio di significato utopico del corpo come luogo buono che, tuttavia, non è un luogo preciso. Mentre i dolori sono chiaramente localizzabili (p. es., i mal di testa, i mal di schiena, ecc.), i nostri piaceri (i quali coinvolgono sempre il corpo, persino quando sono mentali) non possono essere propriamente collocati in una parte isolata del corpo. Il mio piacere quando gioco a tennis è certamente corporeo, ma è assurdo dire che si situa nei miei piedi o nella mano con la quale tengo la racchetta o in un'altra parte ancora del corpo. Per quanto possa gustare cibo e vino solo con la mia bocca e con la gola, il mio godimento nel mangiare e bere non può essere confinato a questi luoghi, né ha senso parlare di questi piaceri come se fossero collocati in ogni singola parte del mio corpo come un intero materiale. Questo perché, come abbiamo già osservato, la nostra attenzione in tali piaceri è primariamente concentrata sugli oggetti di piacere (cibo o bevande) e non sulle parti del corpo mediante cui ci procuriamo questi piaceri¹.

I piaceri divini dello *zazen* o della meditazione seduta certamente richiedono molta più concentrazione mentale di quanta ne richieda il normale mangiare e bere. Ma la loro natura potentemente spirituale è perfettamente coerente con il loro aspetto somatico distintivo e faticoso: bisogna sostenere una strenua e rigorosa concentrazione sul respiro del proprio soma per raggiungere un'esperienza gioiosa nella quale il corpo sembra fondersi in un non-luogo che è anche un luogo meravigliosamente buono.

1 Non sto negando la possibilità di godere del cibo e delle bevande in modo localizzato e centrato somaticamente. Il punto per me è che i nostri piaceri primari, quando mangiamo, stanno in ciò che consumiamo e non nella sua ingestione corporea. In favore del valore di tali piaceri somatici dell'ingestione vedasi Shusterman (2016).

Un'esperienza del beato auto-riconoscimento della verità di base del buddismo: che il nostro convenzionale senso di un sé individuale e autonomo è un'illusione.

3.

Cercai la strada verso l'esperienza *zen* descritta quando passai l'anno accademico 2002-2003 come professore invitato all'università di Hiroshima. Non fu semplice trovare la mia via verso una concreta esperienza dello *zen*, perché i filosofi giapponesi che mi avevano invitato e che mi assistettero durante il soggiorno, furono piuttosto scoraggianti quando espressi il mio desiderio di vivere un periodo in un monastero *zen* per fare meditazione. Forse spaventati che ne uscissi scontento o che venissi maltrattato, o forse semplicemente sospettosi della vita monastica *zen*, in quanto era un'espressione di una visione religiosa datata che non si adattava ai loro ideali di modernità occidentale accademicamente nutriti, i miei ospiti ignorarono educatamente le mie richieste di mettermi in contatto con un maestro *zen* esperto, disponibile a darmi lezioni personali e intensive in un ambiente genuinamente monastico, libero dal turismo culturale superficiale che alcuni istituti commerciali *zen* hanno appreso dal mercato dei visitatori occidentali in Giappone. Questo rifiuto *de facto* ad aiutarmi fu particolarmente frustrante perché ero stato invitato nella loro università per via del mio lavoro sulla filosofia somatica (in particolare, nel campo che chiamo *somaestetica*) e il mio interesse per lo *zen* era collegato direttamente a questa ricerca². Non mi aspettavo di trovare una facile scorciatoia verso l'illuminazione suprema, volevo semplicemente fare esperienza di qualcosa dell'autentica vita *zen* e della sua pratica. Fortunatamente, durante una delle mie conferenze a Tokio, incontrai un giovane ricercatore specializzato nello studio dei metodi d'insegnamento tradizionali giapponesi (incluse

2 Per quanto concerne i miei contributi sulla somaestetica si vedano Shusterman (2000; 2012). Per una discussione critica della somaestetica, si vedano i saggi di Martin Jay, Gustavo Guerra, Kathleen Higgins, Casey Haskins e la mia risposta (Jay *et al.* 2002); il simposio dedicato a *Thinking through the Body* (Shusterman 2012), il quale contiene cinque saggi sulla mia somaestetica (di Thomas Leddy, Curtis Carter, Pradeep Dhillon, Hames Garrison e Mathias Girel) e la mia risposta (Leddy *et al.* 2015). Per una biografia dei lavori dedicati alla somaestetica si consulti il seguente link: <https://www.google.com/webhp?sourceid=chrome-instant&ion=1&espv=2&ie=UTF-8#q=somaesthetics%20bibliography>

le arti *zen* del tè, del tiro con l'arco e della scherma) che mi trovò un posto e un insegnante ideali per la mia ricerca dello *zen*.

Quel posto ideale, lo Shorinkutsu-dojo, potrebbe essere descritto come un non luogo, perché il monastero (piccolo per dimensione e massimamente umile nell'arredamento) si trova lontano dal centro e dalle tendenze dominanti della movimentata vita giapponese e guarda da una collina situata ben al di là dei confini di un piccolo villaggio, Tadanoumi, un'area rurale tranquilla sulla costa del magnifico mare interno del Giappone. Il *dojo* fa parte della scuola *zen* Soto, fondata in Giappone da Dogen (1200-1253) che sviluppò le dottrine e le pratiche insegnate in questa scuola a seguito della sua esperienza di meditazione seduta in Cina, come discepolo di Tien-tung Ju-ching. Diversamente dalla scuola *zen* Rinzai, nella quale si pone maggiore enfasi sui testi letterari e sullo studio dei *kōan*, la scuola Soto si concentra quasi completamente sull'effettiva pratica corporea della meditazione seduta e sulla disciplina rigorosa, rigida e priva di compromessi che è associata al suo insegnamento e nella quale l'insegnante ricorre a volte alle urla o ai colpi per trasmettere il loro messaggio allo studente. Poiché la mia abilità con la lingua giapponese era piuttosto limitata e sembrava di molto inferiore alle mie abilità somatiche di accordo mente-corpo (sviluppate attraverso il mio allenamento come praticante professionista Feldenkrais e i miei studi di yoga e tai chi), pensai che l'approccio Soto, centrato sul corpo, sarebbe stato il migliore per me, nonostante i rischi del fastidio uditivo e della violenza corporale. Il maestro *zen* del *dojo*, detto "Roshi", Kido Inoue, che aveva studiato filosofia all'università di Hiroshima e con passione si impegna a diffondere l'insegnamento dello *zen* nel mondo, che ritiene esserne in disperato bisogno, fu molto lieto della mia visita, ma la sua aperta e amichevole disponibilità non interferì con il ruolo rigorosamente disciplinare che doveva svolgere in qualità di mio maestro³.

Ovviamente, è impossibile trasmettere l'insegnamento dello *zen* con semplici parole; è vero il significato ha bisogno di essere esperito per essere compreso. Come dice *Roshi* Kido, «se vuoi conoscere e sapere l'essenza della verità [*zen*], devi sederti e vederla da te stesso», come il Bodhidharma «sedette per nove anni senza pronunciare una parola», meditando in una cava: uno spazio vuoto connotante il vuoto di un non-luogo che, nondimeno, costituisce il luogo dell'illuminazione. Ma, per quanto le parole non possano catturare l'esperienza dello *zazen* (o di altre pratiche non-di-

3 Vari testi di *Roshi* Kido, che includono traduzione in francese e inglese, sono disponibili sul sito del *dojo*: <http://www.geocities.jp/shorinkutu/>

scorsive quali la danza), possono essere utili strumenti per guidare lo studente verso il dispiegamento dei corretti metodi somatici e psichici per raggiungere l'azione e l'esperienza desiderate. Pertanto ascoltavi attentamente le istruzioni del *Roshi*. La concentrazione sul proprio respiro – insisteva – è la chiave per lo *zazen*, mentre nelle posizioni raccomandate per stare seduti, dette del “loto”, bisognava vedere solo dei mezzi – i migliori – offerti agli adepti per mantenerla stando seduti per lunghi periodi (se avvertite come scomode e tali da distrarre l'attenzione dal respiro, ne andavano però adottate di più comode). Ancora, la concentrazione sul proprio respiro non è il fine conclusivo in se stesso; è un mezzo per raggiungere la più grande coscienza della realtà concreta del momento presente (ciò che *Roshi*, seguendo Dogen, chiama l'«ora») e la conseguente esperienza dell'illuminazione, o *satori*. Poiché si respira sempre nel momento presente, concentrarsi sul respiro aiuta a rompere le abitudini di pensiero che ci portano lontano dall'«ora», le catene di associazioni che distraggono la mente con i pensieri degli eventi passati e dei progetti futuri, nascondendo la verità del presente con un velo di immagini che spaziano dai rimpianti per le azioni passate alle preoccupazioni per ciò che abbiamo davanti. L'importanza di concentrarsi sul momento è la ragione per cui *Roshi* Kido, diversamente da molti maestri di meditazione, non raccomanda la tecnica di contare il respiro (*so-sokukan*), perché la sua serializzazione tenta la mente verso il passato e verso il futuro: se stiamo contando il nostro terzo respiro, stiamo implicitamente guardando indietro al secondo e avanti al quarto. Una ragione per cui lo *zen* funziona attraverso il corpo è perché il corpo è sempre presente nell'esperienza reale, anche se normalmente è assente dalla coscienza esplicita.

Concentrandomi sul mio respiro, divenni gradualmente cosciente di molti aspetti della mia esperienza corporea che prima non apprezzavo. Notai più precisamente come il mio respiro cambiasse quando l'attenzione era diretta verso di lui. Compresi la differenza, difficile da fissare in parole, tra il pensiero del mio respiro (in cui mi sentivo totalmente assorbito nella sua presenza) e il pensiero del mio “respiro” in una maniera meno completa, in cui sembrava di più il pensiero dell'idea del respiro o il pensiero *sul* respiro. Avvertii la differenza tra focalizzare la mia concentrazione intensamente (come se la tenessi saldamente stretta) ed essere presente più teneramente (come quando si tiene gentilmente un fiore delicato); scoprii che questa seconda maniera di seguire il mio respiro si dimostrava migliore per sostenere la mia concentrazione e generare piacere, rendendo il sapore di ogni respiro più pulito, dolce e fresco di quanto non avessi mai esperito prima. Notai non solo i differenti ritmi del respiro e le differenti parti del mio cor-

po nelle quali risuonavano, ma appresi altresì a discernere quelle parti in cui ogni respiro era iniziato. Dirigendo l'attenzione a questi differenti aspetti del mio respiro e notando i cambiamenti che questa attenzione introduceva, fui in grado di sostenere una più lunga e chiara messa a fuoco del mio respiro e resistere alla tendenza della mia mente di vagare altrove.

Al sesto giorno di meditazione, improvvisamente, sentii una sensazione elettrizzante di «respiro attraverso le mie orecchie», un'esperienza che non avevo mai neppure immaginato e ancora non riesco a comprendere propriamente con i concetti, ma che raggiunsi ripetutamente nella mia meditazione e che il *Roshi* sembrava conoscere bene e apprezzare. Mentre ero presente a questo respiro, il giorno seguente, sentii un'intera sinfonia di movimenti nella mia testa, ginocchia, spalle, petto e addome. Al centro di tutto si trovavano il chiaro suono del mio cuore e il sentimento del suo ritmo quieto, e infatti sedevo tranquillamente. Potei ascoltare il suo doppio battito e sentire i luoghi differenti (e le differenti direzioni) di contrazione; avvertire il fluire del sangue pompato per l'aorta. Il battito cardiaco era massimamente chiaro durante le pause del respiro e, quindi, mi trattenni e prolungai quelle pause, soprattutto perché sembrava rendere il respiro seguente ancor più delizioso, fresco e fragrante.

Il *Roshi* non fu né sorpreso delle mie scoperte, né compiaciuto delle mie manipolazioni. Una volta che la mente non è più distratta dall'abitudine di soffermarsi sulle immagini del mondo esterno, mi spiegò, i fenomeni della propria vita corporea interiore si manifestano molto più chiaramente alla nostra coscienza. Ma il fine della meditazione non è né l'introspezione somatica in se stessa, né l'intensificazione del piacere mediante trucchi quali il trattenimento del respiro (che, sosteneva, è innaturale); il fine è quello di una coscienza consapevole, la quale è tanto pienamente assorbita nella realtà del momento da non sentire più se stessa come separata da quella realtà. I miei trucchi di respirazione e le mie diagnosi somaestetiche erano residui intralci intellettualistici al mio progresso, i quali mi tenevano fermo a una percezione del mio corpo intesa come un luogo distinto da rendere oggetto, da esplorare e manipolare mediante una coscienza scopica indagatrice e separata (e così tenendomi in qualche modo intrappolato in un dualismo mente-corpo). Pur risultando molto utile nel potenziare la mia concentrazione sul respiro e allontanare i pensieri esterni, dovetti imparare a perdere questa coscienza analitica e manipolativa dell'introspezione somatica, così come a sentire non tanto che stavo controllando il mio respiro quanto che lo stavo seguendo e che ne venivo assorbito.

Occasionalmente, alla fine del mio soggiorno, riuscii a raggiungere questa esperienza più radicale di non-dualismo, nella quale non c'era più una

coscienza del sé e il respiro, ma semplicemente una travolgente percezione non-personale di respiro che pervadeva tutta la mia coscienza e riportava il respiro sul suo proprio accordo producendo un intenso sentimento di profondo riempimento arricchito da piaceri deliziosi di aria fresca e movimento ritmico. Più che mai, il corpo vissuto divenne un luogo buono, ma il suo senso di essere un luogo distinto con confini ben definiti (fisici o fenomenologici che siano) si dissolse completamente nel campo espansivamente fluente dell'esperienza, pulsando con gioia e interezza senza confini. La sua pienezza era anche una vuotezza di distinzioni tra la coscienza e i suoi differenti oggetti e luoghi.

L'«ora» del momento è un luogo che non dura. Inizialmente esperito come un luogo essenziale per la pratica meditativa disciplinata, il soma *zen* (come la sua mente) è poi vissuto come un non-luogo quando la pratica ha successo, esemplificando (anche se in una forma più potente e beata) il modo ordinario con cui il soma cancella se stesso nel più ampio campo d'azione, mentre sta funzionando al suo più felice meglio – un paradigma vivente, respirante, del doppio significato di utopia.

Bibliografia

James W.

1890 *Principi di psicologia*, dir. e riv. da A. Tamburini, Società Editrice Libreria, Milano 1909

1909 *Saggi sull'empirismo radicale*, a c. di N. Dazzi, Laterza, Roma-Bari 1971

Jay M., Guerra G., Higgins K., Haskins C., Shusterman R.

2002 *Symposium: On Richard Shusterman "Performing Live"*, «The Journal of Aesthetic Education», 36, 4, pp. 55-115

Leddy Th., Carter C., Dhillon P., Garrison H., Girel M., Shusterman R.

2015 *Symposium: On Richard Shusterman "Thinking through the Body"*, «Contemporary Pragmatism», 12,1, pp. 79-195

Merleau-Ponty M.

1945 *Fenomenologia della percezione*, trad. A. Bonomi, Il Saggiatore, Milano 1965

1960 *Segni*, a c. di A. Bonomi, Il Saggiatore, Milano 1967

Shusterman R.

2000 *Performing Live*, Cornell University Press, Ithaca

- 2005 *The Silent Limping Body of Philosophy*, in T. Carman and M. Hansen (eds.), *The Cambridge Companion to Merleau-Ponty*, CUP, Cambridge, pp. 151-180
- 2008 *Coscienza del corpo: la filosofia come arte di vivere e la somaestetica*, trad. S. Tedesco e V. C. D'Agata, Marinotti, Milano 2013
- 2012 *Thinking through the body: Essays in Somaesthetics*, CUP, Cambridge
- 2016 *Somaesthetics and the Fine Art of Eating*, in S. Irvin (ed.), *Body Aesthetics*, OUP, Oxford-New York