

D'istant en instant

Lettera d'incoraggiamento alla pratica di zazen

Lettera N°119 — Dicembre 2023

— Zen, Yoga, Tai-Chi-Chuan, Aikido —

Non si tratta d'insegnare un saper-fare; si tratta di dividerne la conoscenza.



E' per questo che io rifiuto assolutamente di insegnare la via tracciata da Graf Dürckheim *a distanza* attraverso una rete informatica.

Perchè? Perchè nel confronto a distanza che permettono gli schermi è impossibile ***darsi la mano...!***

È davvero ragionevole?

Ciò che non sarebbe ragionevole è immaginare o pensare che durante questo contatto virtuale, fittizio, permesso da quello che si definisce progresso nel mondo della comunicazione, noi facciamo l'esperienza di un incontro reale da persona a persona.

L'immagine di queste due mani che si danno concretamente risveglia un ricordo nello stesso tempo doloroso e stimolante.

Rütte 1969 — Entro nello studio di Graf Dürckheim. Potrebbe essere il nostro terzo incontro. Egli si alza e tende la mano. Noi ci diamo la mano. Non appena la mia mano entra in contatto con la sua, egli mi dice: « *Jacques, non muovetevi! Sentite che cosa indica l'espressione darsi la mano. Sentite? Si potrebbe mettere un uovo di piccione tra la vostra mano e la mia. Il che significa che voi mancate di contatto; mancate di contatto umano* ».

Mantenendo la mia mano nella sua, Graf Dürckheim mi ha invitato a trasformare questo gesto, a liberarlo da ciò che impediva il contatto umano desiderato.

« *Ecco! Sentite la differenza? La mano non è qualche cosa; la mano è l'essere umano nella sua globalità e nella sua unità. La mano: è l'essere umano che dona, è l'essere umano che riceve. Nel lavoro che noi intraprenderemo, il cui senso è il risveglio dell'essere umano alla sua vera natura, è imprescindibile passare dall'idea che "l'uomo Ha un corpo, all'esperienza del corpo che l'uomo È" ("Leib" nella lingua germanica)* ».

Io non ho preso questa osservazione — *voi mancate di contatto umano* — come un giudizio, ma come l'implacabile diagnosi di una maniera d'essere al mondo che è possibile assumere in un processo di trasformazione.

È in contatto con il maestro che propone un cammino d'esperienza e d'esercizio che non ho compreso, ma fatto l'esperienza sensibile, straordinaria, del corpo che l'uomo È. *Leib*, il corpo vivente, non è la somma degli oggetti che lo compongono, tra i quali : la mano. *Leib*, il corpo-vivente che noi siamo, è l'insieme dei gesti attraverso i quali ciascuno si presenta, diviene quel che è al fondo o manca se stesso.

Una esperienza così sarebbe possibile durante uno scambio con il maestro mediante Face Time ou Skype?

Dall'esperienza all'esercizio; dall'esercizio all'esperienza!

"*Non tirate, lasciate-lo tirare...* ".

Negli anni Settanta Graf Dürckheim mi ha invitato a proporre, alle persone che soggiornavano a Rütte, alcuni esercizi che sono la base dell'Aikido e le basi del Karaté Shotokan. Potrei paragonare questi esercizi al lavoro alla sbarra al quale si sottomette ogni ballerino e ogni ballerina nell'ambito della danza classica. La condizione che Graf Dürckheim mi aveva imposto era di non insegnare un saper-fare, ma di condividere la mia conoscenza acquisita grazie ad anni di allenamento su queste vie al tempo stesso artistiche, artigianali e marziali.

Parallelamente, ho cominciato la pratica del Kyudo, il tiro con l'arco tradizionale. Tra gli stages diretti dal Maestro Satoshi Sagino è necessario l'allenamento quotidiano che consiste nel rinnovare due tiri ogni mattino. Il tiro è un rituale composto da una sequenza di otto gesti che permettono di incoccare la freccia per in seguito scoccarla.

Quando si pratica il Kyudo, è frequente sentire questo richiamo pronunciato dal maestro dell'arte: « *Non tirate, lasciate-lo tirare!* ». Ordine seccante (se io non tiro, l'arco non lo farà per me). Ordine irritante, esasperante e nello stesso tempo provocatorio.

"*Non tirate, lasciate-lo...!*".

Partecipando a uno stage di Kyudo, io mi appresto a esercitare un tiro. Maestro Sagino si avvicina e prende l'arco posando le sue mani sulle mie. Esperienza inattesa: *un tiro a quattro mani!* E' in questo faccia-a-faccia -che assomiglia a quello di una coppia che balla- che la sequenza dei gesti è avviata. In maniera tale che mi è difficile dire quale dei due partner guida l'altro o lo segue.

Strana sensazione di perfetta unità.

Come concettualizzare quello che provo?

Il concetto *contatto* s'impone. E' altra cosa di uno sfiorare, di una prossimità o un avvicinamento. È, questo non due, quello che percepisco e sento quando pratico zazen e sento che io inspiro. No, se concettualizzo mantenendomi il più vicino possibile a ciò che sento, devo scrivere IOINSPIRO in una parola, perchè non c'è distanza nè scarto temporale tra ciò che chiamo "Io" e ciò che chiamo "Inspiro".

Ugualmente, durante questo *tiro a quattro mani*, l'azione riconciliata con quella del maestro della tecnica mi libera dell'ego che abitualmente fa le cose e pensa che se non le fa, niente può farsi. Ed ecco che a mia insaputa... Quello ha tirato! Maestro Sagino si è allontanato, senza dire niente, lasciandomi digerire quello che ho gustato e che dolcemente avviava la trasformazione così sovente desiderata: una grande calma interiore, una maniera d'essere in ordine insolita e in contatto con tutto ciò che è possibile avvicinare grazie ai cinque sensi.

I tiri successivi, *a due mani*, mi sembravano assolutamente differenti!

L'unione con il maestro diveniva l'unione con la tecnica.

Una esperienza così sarebbe possibile durante uno scambio con il maestro della tecnica, il maestro dell'arte, mediante Face Time ou Skype ?

Vi sono riconoscente di non aspettarvi da parte mia un insegnamento ... a distanza.

Sono molto contento di avere presto la fortuna di darvi la mano.

Jacques Castermane

PROSSIMI SOGGIORNI AL CENTRE DURCKHEIM

RITIRO IN SILENZIO 7-10 dicembre - 29 dicembre al 2 gennaio

SESSHIN 7 - 11 febbraio