

**YUMI NO KOKORO
LO SPIRITO DEL KYUDO**

Inagaki Genshiro



Dedica

Luciano Pomati ci ha lasciati il 21 dicembre 1990. La sua fama nel restauro di armi antiche travalicava i confini nazionali: nel suo mestiere Luciano raggiungeva l'eccellenza approfondendo sapere, manualità e sensibilità di artigiano artista, da esso traeva godimento, motivo di rinnovate esperienze e continua ricerca culturale e spirituale.

Una cerchia più limitata di amici lo aveva visto, tratto dall'innata tendenza al bello, arduo e perfetto, coltivare fra i primi italiani il Kyudo: l'Arte Marziale del tiro con l'arco giapponese.

Sopravanzò i compagni anche in questa attività di cui, secondo il suo costume, non cessava di scandagliare i contenuti profondi ed autentici.

Il nostro comune Maestro, il professor Genshiro Inagaki, a cui non sapremo mai essere abbastanza grati, ha volentieri accettato di rivedere il testo di una dissertazione tenuta qualche anno fa in Europa, poi ha voluto ancora prestarsi per chiarire l'interpretazione dei passaggi e dei concetti più riposti e sottili anche attraverso il prezioso ausilio del professor Toshio Mori il cui sapere e l'affettuosa dedizione all'insegnamento del Maestro ci sono da tempo di esempio e sprone.

L'autore ha affidato il suo scritto, quasi una "summa" densa del suo pensiero, ad alcuni discepoli fra i più vicini a Luciano affinché ne curassero le ardue traduzioni (volutamente aderenti al fraseggio del Maestro per rifletterne immediatezza, energia e fascino), le opportu-

ne note e la riproduzione del testo giapponese in questo piccolo libro dedicato alla memoria dell'amico scomparso, destinato a chi altri coltivi il vero.

Gli amici
del Ren Shin Kan Kyudojo,
del Kenzan Dojo
e del Heki Danjou Masatsugu Kyudojo

Nota biografica sull'autore

Nato a Tokyo nel 1911, nel 1930 frequenta la Scuola superiore Daiichi Waseda e nel maggio 1936 si laurea all'Università di Waseda. Fin dall'inizio del periodo universitario pratica il Kyudo sotto Urakami Sakae, 10° Dan, Maestro titolare della storica Scuola Heki e responsabile dell'insegnamento del Club di Kyudo dell'Università.

Nel 1957 vince il primo Confronto Nazionale voluto dall'Imperatore, in sua presenza.

Nel 1969 inizia ad insegnare il Kyudo ad Amburgo; da allora prosegue il suo insegnamento in Europa visitando quasi ogni anno la Germania, l'Italia e la Finlandia.

Dopo essere succeduto al suo Maestro come insegnante di Kyudo all'Università di Waseda, viene nominato professore all'Università di Educazione di Tokyo.

Oggi, oltre che massimo responsabile dell'insegnamento di Kyudo alle Università di Waseda e di Tsukuba, il prof. Inagaki è anche insegnante in Germania presso la Deutsche Judo Bund (che regge, fra le attività di Arti Marziali, anche il Kyudo); egli ha il grado di Hanshi, 9° Dan ed è il Maestro titolare con pieni poteri nella Scuola Heki.

Fra le numerose opere di studio e di divulgazione in

lingua Giapponese, di cui il Maestro Inagaki è autore, segnaliamo:

Il metodo di tiro della Scuola Heki (Yuuzankaku), 1968

Gli inizi del Kyudo (Seitousha), 1973

Gli inizi del Kyudo con illustrazioni (Tokyoshoten), 1973

Le Arti Marziali in Giappone: Kyudo e Naginata

(Koudansha), 1983

Manuale di Hosha-Insai nella Scuola Heki, 1978 (anche in italiano)

Testo di tiro della Scuola Heki, 1988

LO SPIRITO DEL KYUDO

*Il pensiero ultimo su Yumi no Kokoro
fissato per iscritto,
anche in memoria di Luciano Pomati,
da Genshiro Inagaki all'età di 82 anni,
nel 1991¹*

Di solito non esiste un motivo o uno scopo specifico nell'intraprendere il Kyudo². Molti lo praticano per passione o per diporto.

Tuttavia, in Giappone il Kyudo è considerato un'Arte Marziale e viene praticato anche da persone che mirino al raggiungimento di un particolare stato d'animo, al dominio del corpo, a una disciplina del comportamento che poi pervadano il quotidiano per rifletterne la benefica influenza su tutta la vita.

Accade che tra queste persone alcune ritengano che con l'esercizio di REI GHI³ e il suo continuo affinamento, si ottenga parallelamente un miglioramento della tecnica del tiro con l'arco e un miglioramento mentale.

Proprio in quella credenza mi pare di dover indicare un errore di comprensione del Kyudo.

Il progresso nel tiro e nella sua tecnica è frutto del miglioramento ottenuto con l'esercizio del tiro in quanto tale, insieme con l'irrobustimento⁴ dello spirito ottenuto con la pratica.

Coloro cui ho accennato hanno dimenticato un fatto molto evidente: che l'Arte del Kyudo è costituita da e si sviluppa con l'unificazione di tecnica e spirito; l'allenamento della tecnica e quello mentale costituiscono il KYUJUTSU⁵, che è precisamente ciò che intendo per vero Kyudo. Chiunque eserciti correttamente il vero Kyudo eleverà lo spirito.

L'unica via per penetrare il vero Kyudo, cioè l'insieme di tecnica e spirito che ivi coesistono, consiste nel praticare l'esercizio del tiro; coloro che reputano possibile raggiungere la comprensione dello spirito del Kyudo coltivando sì dominio del corpo ed etichetta, ma trascurando l'arduo esercizio delle tecniche, dal Kyudo non trarranno altro che vuota forma esteriore.

Certamente il codice di comportamento ha un valore che gli è proprio, ma esso attiene al campo del REI⁶ e pertanto costituisce soltanto un aspetto dell'Arte del Tiro; tutti possono ottenere qualcosa, a seconda degli scopi che si sono prefissi.

Altri ancora sono convinti che il Kyudo sia un'arte spirituale e che se ne possa raggiungere l'essenza con l'affinare lo SPIRITO: cioè considerano che il KYUDO abbia una sostanza spirituale di cui la Tecnica costituisca un semplice complemento. Devo dissentire: anche questa è una errata convinzione.

Coloro che attribuiscono il primato allo SPIRITO o che vogliono perfezionarsi nell'Arte tramite posture-base e movimenti, perseguono quel raggiungimento dello stato di MU GA⁷ a cui è possibile giungere tramite l'illuminazione indotta dalle attività del corpo.

Essi usano tendere l'arco come se l'Arte del KYUDO fosse un rituale⁸ e si esercitano per affinarne la forma, per esprimere bellezza e armonia di gesti e movimenti; senza dubbio

essi qualcosa ne traggono, poiché è certo che con esercizi di REI GHI o con altre pratiche di carattere spirituale è possibile raggiungere un qualche risultato.

E' sicuro che coloro che mirino ad elevare lo Spirito con pratiche di REI GHI possono acquisire eleganza e raffinatezza nel dominio del corpo e raggiungere un particolare stato spirituale: quello consono a chi ritenga il Tiro un'arte di tipo unicamente spirituale.

Tuttavia il livello del loro risultato rimane "semplicemente quello", come ebbe ad esprimersi lo psicologo svizzero Jung a proposito di Eugen Herrigel, il filosofo tedesco che ha introdotto il tiro con l'arco giapponese in Germania.

L'unica via per raggiungere Yumi no Kokoro è praticare il vero KYUDO, che è del tutto lontano dal KYUDO di Herrigel.

Sono convinto, sulla base di quanto ho appreso per tradizione e per mia stessa esperienza, che un tiratore possa raggiungere lo stato "E"⁹ di mente libera, serena e vuota da

futili pensieri, quando esso sia in grado di eseguire il giusto NOBIAI¹⁰; infine, che soltanto partendo da questa base egli possa procedere verso la percezione dello Spirito del Kyudo. Nonostante quanto sostengo, non intendo negare che assidui esercizi di forma, di etichetta cerimoniale e gli stessi sforzi per eseguirli, unito alla concentrazione dello Spirito e all'equilibrio emotivo, finiscano per produrre frutti benefici nella vita quotidiana di coloro che perseguono l'arte del tiro mentale¹¹, ma non solo, come ho già detto, costoro non incontreranno il vero KYUDO, ma anche affermo conseguire che la massa dei tiratori ne trae poi l'errata convinzione che proprio quei frutti di tenace applicazione siano il vero obiettivo del Tiro e che pertanto quel tiro mentale sia il modo ideale di concepire il KYUDO.

Scopo nostro e di tutti coloro che si esercitano nel vero KYUDO è raggiungere gradualmente uno stato d'animo limpido, che nella vera Arte alligna, esercitando tenacemente proprio quella giusta Tecnica che coltiva il tirare

per colpire forte, con piena energia.

In altre parole il nostro fine è comprendere ed apprendere¹² come l'essenza dello spirito umano, vale a dire la vera natura del Sé, non consista in sistemi ideologici o nelle proprie idee personali, bensì in un particolare stato che con quelli non ha nulla in comune.

Quando poi si ritenga di aver raggiunto quella comprensione e quell'apprendimento, è di fondamentale importanza verificare se se ne sia acquisita la vera qualità oppure soltanto un'illusione.

Per dirimere il dubbio, l'allievo dovrà aprirsi con un discepolo più anziano o chiedergli di osservare il tiro; se il discepolo anziano ha realmente appreso la comprensione¹³, dalle parole e dalle azioni dell'allievo egli saprà accertare se anche quest'ultimo l'abbia raggiunta¹⁴.

Koun Suhara Sensei, grande Maestro di Zen che abita a Zoku Tou Nan in Henkakuji è il mio più vecchio compagno¹⁵ di pratica Zen e un amico con cui uso praticare il KYUDO.

Ci fu un tempo in cui, durante le ore in cui ci allenavamo insieme, di comune accordo egli usava esercitarsi nel tiro secondo la mia impostazione per provare¹⁶ l'esperienza diretta dell'anima dell'Arco.

Io non credo indispensabile che il KYUDO e le pratiche Zen si spieghino a vicenda: si può dire che il KYUDO sia diverso dallo Zen, così come sostenere che siano la stessa cosa.

Il KYUDO può avvicinarsi quanto si voglia allo Zen, ma ritenere che esso possa costituirne un'introduzione¹⁷ è un errore; se poi di introduzione si dovesse proprio parlare, si potrebbe parimenti sostenere che lo Zen possa essere considerato un avviamento al KYUDO.

Sia la pratica dello Zen che l'Arte del Tiro possono fiorire con pari splendore e le persone esperte¹⁸ sanno che l'Arte, così come lo Zen, è in grado di maturare e temperare lo Spirito.

Ora vorrei dire del rapporto che intercorre fra Spirito e Tecnica sulla base della mia esperienza personale e premesso che non farò uso

di termini accademico-scientifici, bensì di quelli usati nella pratica del Tiro, confido che la sostanza ne venga comunque espressa con rigore.

Raggiunto un certo stato spirituale, HANA-RE¹⁹ avviene come riflesso di un adeguato condizionamento psicofisico. Tale condizionamento è anche concausa dello stato spirituale che gli corrisponde. La mia lunga esperienza mi induce a insistere su quanto sia necessario esercitarsi in entrambe le direzioni della Tecnica e dello Spirito²⁰ per arrivare a comprendere lo Spirito dell'Arco.

In Giappone, un principiante che voglia imparare la vera Arte del Tiro si eserciterà tutti i giorni, con un centinaio di tiri almeno, eseguiti al meglio consentito dal suo livello.

Dopo un tirocinio di due o tre anni durante i quali egli si sarà attenuto fedelmente alle istruzioni del Maestro, applicando per il meglio ogni sua indicazione con scrupolo e purezza²¹, la maggior parte delle sue frecce colpirà il bersaglio.

Con un allenamento ininterrotto e indefesso l'azione di sgancio si sarà trasformata in riflesso condizionato, sinché un certo giorno l'Arte del KYUDO avrà svelato la propria essenza all'allievo, ormai in grado di centrare il bersaglio con sorprendente precisione, tirando assai meglio di altri con ben più lunga pratica.

Tuttavia, acquisita fiducia nel proprio tiro e conseguita una certa scioltezza²², il tiratore andrà appuntando la propria attenzione su HANARE: lo sgancio, punto fondamentale per colpire.

A priori, nessuno può evitare di applicare attenzione a HANARE e quindi prenderne coscienza: questo è segno che, purtroppo, non è ancora conquistato lo HANARE vero e proprio; a quest'ultimo si giunge dopo altri anni di allenamento, passo dopo passo, alleando il cosciente sviluppo del movimento, da ASHIBUMI fino a TSUMEAI, al successivo straniarsi dal mondo cosciente durante le fasi da NOBIAI fino a YAGORO²³ in modo da giungere allo sgancio senza intenzione alcuna,

sotto il solo dominio del profondo vero essere, condizione che, insieme a TSUNOMI²⁴ fa sì che, nella fase di HANARE, la freccia scocchi con la massima precisione.

Torniamo al nostro allievo, a cui un improvviso prevalere della coscienza viene a turbare lo sgancio: il confronto con lo stupendo, inconsapevole sgancio di cui aveva goduto fino a quel momento gli sarà motivo d'ostacolo e d'angustia fino alla sofferenza.

Prima, quello stesso allievo era stato in grado di colpire il bersaglio sganciando grazie ad un riflesso condizionato dalla ripetizione del gesto, ma tale riflesso condizionato si verificava in situazione di inconsapevolezza: in quella condizione un allievo può dare una prima impressione di alto livello, ma ad un occhio esperto è facile notare punti deboli nella tecnica del suo tiro rispetto a quella di discepoli più avanzati.

Per riassumere: un Kyudoka²⁵ di medio livello può tirare in modo egregio²⁶ grazie ai suoi ben sviluppati riflessi, al naturale fluire

dei gesti, allo sgancio inconsapevole; superato quel livello, egli dovrà continuare ad allenarsi ripercorrendo consciamente ogni fase fino a TSUMEAI e oltre, fino al NOBIAI, per giungere a dominarne le regole con disinvolta esecuzione; perseverando nell'applicazione, verrà il momento in cui di nuovo ogni fase riprenderà a fluire senza cosciente controllo mentale sinché un giorno, di colpo, egli si troverà Spirito e anima in stato di libertà e, continuato il tirocinio in quello stato, più profondo, più ampio.

Tuttavia, se un certo momento al nostro kyudoka dovesse maturare un desiderio di progresso ulteriore, cosa in sé ottima, quel desiderio stesso andrà generandogli problemi l'uno dopo l'altro, perché proprio il razionalizzare l'azione gli impedirà di eseguirla in stato di disciplinato inconscio; ne deriveranno il panico di mancare il bersaglio e la perdita della disinvoltura e dell'abilità di prima: proprio nel momento dell'estrema tensione dell'arco una serie di pensieri molesti interverrà ad agitare il

suo Spirito, travolgendo insieme distacco spirituale e HANARE che continuerà a sfuggirgli.

Non demordendo affatto in tale condizione, ma superandola, si potrà iniziare la pratica del vero KYUDO.

E' giusta la mia Tecnica così com'è ora? Come migliorarla?

Il pensiero, turbato da emozioni che si accavallano a dubbi, perplessità ed insicurezze, corre alle forme apprese²⁷ da ASHIBUMI fino a ZANSHIN: tutto diviene inane e vano soliloquio a confondere l'animo del tiratore che, invece, dovrebbe restar sereno, libero da ragionamenti e desideri.

Secondo le circostanze, la ricerca può anche generare idee nuove, utilmente sviluppabili sotto la guida di un buon Maestro, ma fidarsi del proprio giudizio unilaterale fa correre il rischio di radicare abitudini errate: invero, i conflitti interni possono fornire l'occasione per coltivare tendenze creative, ma nella maggior parte dei casi il tiratore perderà sicurezza e anche la sua Tecnica finirà per soffrirne.

La sola via per rivedere la luce è tornare all'umiltà del principiante: ricominciare dalle regole fondamentali ed esercitarsi con spirito di autocritica e di disciplina; proprio questa è la via più breve per addentrarsi nella vera Arte del Tiro.

Fra coloro che professano l'arte spirituale del tiro con l'arco molti dicono: "Il bersaglio va ignorato, non applicatevi a colpirlo"; so che troppi Maestri ed istruttori del passato e del presente si esprimono così; pur avendo responsabilità di insegnamento costoro non ne sono all'altezza: per loro incompletezza essi non hanno conosciuto il vero HATARI²⁸ con cui il Kyudoka coglie in pieno il bersaglio senza che la mente se ne sia occupata²⁹.

Bisogna proprio che il Kyudoka si convinca che non esiste alcun allenamento o esercizio nell'Arte del Tiro che non includa il colpire il bersaglio.

I Maestri che mettono in non cale il colpire finiscono per praticare al di fuori del vero KYUDO ricavandone dubbi e incertezze.

Tre famosi Maestri del passato, citati per nome in un noto libro, verso la fine della loro attività furono angustiati da dubbi sulla propria Arte e morirono lasciandoli irrisolti.

I troppi casi i discepoli di siffatti Maestri, pur avendo raggiunta una profonda capacità di concentrazione e MU³⁰, finiscono per abbandonare il tiro con l'arco: ad essi è stato inculcato un pregiudizio sfavorevole nei riguardi del bersaglio ed imposto di agire in conseguenza; anche questo è un grosso errore.

La concezione del tiro inteso come sola arte spirituale, che nega valore al colpire, ci porge l'occasione di gettare uno sguardo sulla concentrazione dello Spirito e sullo stato di assenza dell'Io³¹.

Proprio nella negazione di valore al colpire risiede l'errore di coloro che diffondono l'arte del tiro spirituale, e grave è la loro colpa, poiché molti altri ne sono fuorviati.

Lo scopo di chi pratica il KYUDO mentale dovrebbe essere quello di approfondire la pratica spirituale per mezzo del Tiro con l'Arco

mediante la giusta tecnica che costituisce la sostanza intrinseca, specifica del KYUDO³².

Al contrario, i suddetti Maestri hanno praticato il tiro senza una solida base tecnica, ragion per cui non conoscono la vera Arte: attraverso gli anni hanno soltanto acquisito dimestichezza con l'arco e solo grazie alla loro età vengono chiamati Maestri e invitati a insegnare. Sono convinto che nel profondo del cuore essi sentano disagio e angoscia costretti, come sono, a nascondere l'incapacità barricandosi dietro il principio dello spiritualismo³³.

Come il noto scrittore Ryotaro Shiba ebbe a scrivere: "Spesso gli incapaci usano la spiritualità come copertura".

Qualsiasi tiratore che persegua la perfezione nel tiro praticando la giusta Tecnica, può colpire il bersaglio avvicinandosi alla frequenza di 8 o 9 volte su 10, anche tirando senza applicare l'intenzione di colpirlo, ma i Maestri che non hanno conosciuto questa realtà sostengono che il colpire non è importante e che cercare di colpire è atteggiamento da principianti!

Anche se mi pare sfrontato, mi sia concesso di parlare di me stesso: ho 82 anni e a tutt'oggi ho conservato la capacità di mettere nel centro 9 frecce su 10. Non si tratta di bravura personale: mi sono sempre e soltanto applicato a seguire la Via del mio Maestro nel modo più giusto e il più fedele consentito dai miei limiti; inoltre sento di poter dire che nei miei 60 anni di allenamento di tiro e di esercizio mentale ho consacrato all'Arte maggiori sforzi di tanti altri: ritengo di aver percorso, in questo lasso di tempo, la cosiddetta via del tirocinio spirituale coltivando sempre la giusta Tecnica.

Trattare la Tecnica come fosse di secondaria importanza per dedicarsi solamente all'arte spirituale del tiro con l'arco" è contrario al vero KYUDO.

Generalmente si reputa che, praticando lo Zen ad un dato livello, si raggiunga un certo livello anche nel tiro con l'arco³⁴ ed a questo proposito non intendo sollevare obiezioni: certamente vi sono alcuni punti di contatto tra Zen e KYUDO, come ve ne sono anche nel

processo di coordinamento della respirazione con la concentrazione mentale, ma nel vero KYUDO la Tecnica di tiro deve vivere nella sua pienezza.

La Tecnica di tiro comprende forme e azioni proprie del KYUDO; essa può assumere taluni lineamenti delle tecniche Zen, ma il KYUDO non è solo questo perché soltanto l'unione dei tre elementi, forma, azione e Spirito fusi insieme, può considerarsi vera e completa Arte del KYUDO nella sua forma migliore.

Un venerando, famoso Maestro Zen usava dire che il KYUDO fa parte dello Zen come mezzo per giungere a conoscerlo.

Senza discutere la veridicità di questa affermazione dal punto di vista dello Zen, devo dire che questo Maestro mi sembra estraneo al KYUDO nel modo più assoluto: tutt'al più egli può aver letto alcuni brani di Eugen Herrigel.

Nell'opinione di quel Maestro, informata soltanto allo Zen, solo lo Zen può permetterci

di raggiungere lo stato dell'assoluto Sé, come definito da Sakyamuni³⁵. Ma lo stato del Sé assoluto è uno stato dell'animo e, in quanto tale, non è né di pertinenza esclusiva della filosofia Zen né del tiro con l'arco.

Il KYUDO 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 elevati³⁶.

E' probabile che quegli stati d'animo possano essere comuni allo Zen; ciò non toglie che, nell'ambito di quella che è e rimarrà sempre l'Arte del KYUDO, non si potrà mai negare l'essenzialità della Tecnica.

Allora cosa è lo Spirito del KYUDO, che cosa dovremmo ricavare dalla sua pratica? Verrà suscitato, questo Spirito, dalla Tecnica del tiro? Come è possibile raggiungerlo? Quando e come il Kyudoka può sentirlo proprio?

Quando un tiratore persegue il perfezionamento della sua Tecnica e, un certo momento, egli giunge alla certezza di averne afferrato il segreto tramandato negli scritti riservati alla Scuola³⁷, in quel momento egli, sente lo Spirito del KYUDO pervadergli il cuore; naturalmente la sua certezza deve trovar riconoscimento in una reale conoscenza personale e fondamento nelle scritture autentiche³⁸.

Chi ha colto lo Spirito del KYUDO ed è in grado di ripetere il proprio tiro, quale ho descritto più sopra, per certo non ha né tendenza a sopravvalutarsi né desiderio di far mostra di sé: il suo Spirito è “vuoto” da futili pensieri.

Musashi Miyamoto, invitto Maestro di spada del seicento³⁹, nel Libro del Vuoto della sua opera I Cinque Anelli scrive: “Un Bushi deve imparar bene la giusta Arte del Combattimento, perfezionarsi nelle altre Arti Marziali, avere una visione serena dei propri doveri senza dubbi ed incertezze, deve sempre affinare Spirito e volontà ed acuire, con l’attenzione, anche l’intuizione⁴⁰. Quando vedrà il

cielo schiarirsi, squarciati i veli dell'illusione, ecco il vero cielo.”

Se sostituiamo le parole “Bushi” con “Kyudoka” e “Arti Marziali” (che comprendono l'Arte del Combattimento) con KYUDO, quel brano diventa la chiave di lettura di Yumi no Kokoro - Lo spirito del KYUDO⁴¹.

Coloro che avranno seguito il tirocinio che ho descritto sapranno vedere in sé quel cielo luminoso senza ombre di dubbio, mondo di libertà assoluta dove solo il Nulla esiste, dove, senza che il tiratore applichi la sua intenzione, le frecce volano a colpire il bersaglio.

Soltanto i Maestri che non conoscono tale stato per l'ignoranza che proviene loro dallo scarso tirocinio, quasi a seppellire il loro inconscio desiderio di colpire, dichiarano: “Tirare cercando di far centro è un errore”, oppure: “Nell'arte, colpire il bersaglio è secondario”, o ancora: “La sola cosa importante è esercitare la concentrazione spirituale al momento del tiro”.

A questo punto mi soccorre un aneddoto che

voglio sperare non sia autentico, di un Maestro che, visto un giovane discepolo centrare il bersaglio un tiro dopo l'altro, gli si avvicinò con passi decisi e, presogli l'arco senza far motto, sedutosi al suo posto, stette immobile e silenzioso. Così il Maestro intendeva far capire al suo allievo che non si deve solo centrare il bersaglio, ma innanzi tutto esercitar lo spirito.

Mi domando: perché quel Maestro non insegnava a cogliere la vera anima del KYUDO con il vero Atari? Ripeto ancora una volta: quel Maestro non aveva colto il senso di Yumi no Kokoro.

Sono proprio io il solo a percepire l'im maturità di chi parla superficialmente di esercizio spirituale o, peggio, ci crede, senza essere in grado di intuire lo Spirito del KYUDO per mezzo della giusta Tecnica per colpire il centro?

Secondo me l'errore che correntemente si commette nel mondo del KYUDO moderno ha origine anche in quell'im maturità.

Il brano citato del libro I Cinque Anelli pre-

scrive di assimilare la giusta Arte del Combattimento; in quel brano la parola “giusta” è di importanza vitale.

Infatti nel KYUDO è fondamentale acquisire la giusta tecnica facendola profondamente propria; il Maestro dell’aneddoto lo aveva dimenticato: escludere di colpire il bersaglio nel KYUDO è dimenticarne l’essenziale limitandosi a curare il contorno.

Non vi è dubbio che un discepolo che segua le istruzioni del Maestro e che, applicatosi col massimo impegno, abbia acquisito il NOBIAI (la risultante della respirazione, della concentrazione mentale e della tensione⁴² di tutto il corpo), finisca per provare l’esperienza del vero KYUDO.

Da quel momento in poi sarà come gli si fossero aperti gli occhi: egli “vedrà” lo Spirito del KYUDO, conoscerà il mondo dell’assoluta libertà e, come rinato a nuova vita, gli saranno chiari i sentimenti delle cose⁴³ e gli sarà aperta la capacità di comprensione del prossimo.

Così collabora l’Arte del KYUDO insieme

con chi ne ha acquisito lo Spirito: innanzi al bersaglio il Kyudoka fa i suoi passi e si dispone in posizione di tiro senza che la mente se ne occupi, i suoi gesti incoccano la freccia poi eseguono TORIKAKE⁴⁴, si sviluppa la massima energia possibile del corpo e della mente⁴⁵, l'arco viene teso fino allo stremo, infine la freccia è scoccata: ecco che insieme con l'energia di tutto il corpo ha agito con la massima intensità anche lo SPIRITO, dal profondo del cuore.

Di tale condizione ogni descrizione è vana: vive soltanto l'atto del tiro: esistono solo il tiratore, l'arco, la freccia e il bersaglio e nello stesso tempo non vi sono né arco né freccia né bersaglio e neppure il tiratore, ma soltanto l'esistenza che comprende tutto ciò che è; colà è presente la quietezza dell'Arte del tiro con l'Arco, quello è il mondo in cui nessuna cosa conta e in cui, nel contempo, la "non esistenza" coincide con la presenza di ogni cosa, vista attraverso lo spirito del KYUDO.

In quanto ho sin qui esposto sono state intro-

dotte di proposito diverse ripetizioni: se ogni volta che le rileggerete le intenderete con mente “vergine” e con gli occhi che sappiano “vedere”, potrete capire perchè mi sono espresso in questo modo.

Le mie sono povere parole, con maggior tempo e con espressioni più efficaci ne sarebbe forse uscito un libro migliore, ma permettemi di terminare così⁴⁶.

NOTE E GLOSSARIO

Avvertenza: Ove queste note consistano in sviluppi di concetti, spiegazioni o interpretazioni fornite dal Maestro Genshiro Inagaki, dal professor Toshio Mori o da entrambi, e tanto non risulti già altrimenti espresso, esse saranno seguite rispettivamente dalle notazioni (I), (M) (I,M).

1. Kokoro è di ardua traduzione: significa anche “essenza” o “quintessenza”, (parole che, come spirito, anche nelle lingue occidentali evocano, insieme ad alito vitale, anche il meglio del distillato: la sostanza specifica ultima); in diversi casi significa anche “retto cuore” o “giusto animo”.

Il professor Genshiro Inagaki è il Maestro titolare della scuola Heki Insai, originata all’inizio del XV secolo da Heki Danjou Masatsusu che codificò metodi e regole del tiro dei combattenti e, in più tarda epoca, da un suo seguace: un guerriero di nome Insai.

Come tutti i Maestri della scuola Heki, il Maestro Inagaki è stato designato proprio successore dal Maestro titolare che lo ha preceduto: nella specie, Urakami Sakae Sensei.

Della scuola Heki Insai il Maestro è insieme testimone (inteso come colui che ha vissuto i fatti, riporta la verità, è garante, dichiara assumendosene la responsabilità) e condottiero-esempio (inteso come colui che fa, dimostra che si può, insegna anche senza parole ogni momento della propria vita, è attivo: cioè costruisce la realtà passando dalla parola alle azioni).

2. La parola Kyudo significa letteralmente “Via dell’arco” ed anche qui viene usata per designare genericamente il tiro con l’arco giapponese.

In questo scritto le espressioni:”vero Kyudo”, “Arte del Kyudo”, “Arte”, “Arco”,

“Tiro” (e simili con iniziali maiuscole) designano i corrispondenti concetti nella visuale autentica dell’antica scuola Heki Insai, al presente impersonata nel professor Genshiro Inagaki, suo Maestro titolare.

3. REI GHI è l’esercizio del codice di comportamento volto alla salvaguardia dell’ordine sociale.
4. Letteralmente: “carica”, significa miglioramento e coinvolgimento dello spirito perché con l’esercizio del tiro sono coinvolte mente e spirito. (I,M)
5. KYUJUTSU (o KYUJITSU) si può tradurre letteralmente con “Tecnica dell’Arco”. E’ il nome che si dava al tiro con l’arco prima che entrasse in uso il termine Kyudo. Le diverse implicazioni dei due nomi sono in parte desumibili dal presente scritto che

rivendica contenuti pieni al Kyujutsu con l'equazione: vero Kyudo=Kyujutsu.

6. REI è il rispetto in genere e rispetto dell'ordine in particolare.
7. MU GA significa stato di non percezione di sé.
8. Eugen Herrigel, autore, negli anni Trenta, del notissimo *Lo Zen ed il tiro con l'arco* (Adelphi, Milano), considerato quasi un manifesto della tendenza "spiritual-formale" del Kyudo; alla prima pagina del suo libro scrive: "Per tiro con l'arco in senso tradizionale, che egli stima come arte e onora come retaggio, il giapponese non intende uno sport, ma per strano che possa apparire, un rito".
Herrigel fa dunque parte di una corrente da cui dissente l'autore di questo scritto, il

quale non considera il Kyudo né sport, né solo rito, bensì Arte Marziale, con contenuti specifici ben più completi ed incisivi, da altri denegati, trascurati o ignorati.

9. Daisetsu Suzuki (1869-1964), noto per le sue opere che hanno fatto conoscere all'Occidente diversi temi Zen, esprime "E' coniano il neologismo inglese itisness. (M) Il significato di quel neologismo, tenuto conto dei contesti in cui il termine è situato, può essere reso in italiano con "massimo livello di comprensione dell'essenza delle cose", legato allo stato di MU. Vedi anche la nota 30.

10. NOBIAI è un avoce di difficile spiegazione a chi non abbia pratica sufficiente: oltre all'estrema tensione dell'arco significa anche massima estensione orizzontale e verticale del corpo, estrema espansione

della persona, decisa intensificazione delle tecniche da applicare nel momento, in uno con intensità dello spirito ed assenza d'intenzione crescenti.

11. In questo testo le espressioni “tiro mentale”, “tiro spirituale” e simili “solo” mentale, spirituale e così via. Qui “mentale” è concetto contrapposto a “vero”, “reale” e parrebbe potersi volgere in italiano anche come “intellettuale”: inteso come tiro dietro al quale vi siano concetti mentali e intellettuali. Il vero Kyudo del Maestro è la realtà del giusto tiro, senza concetti retrostanti, vale a dire circondato dal Vuoto.
12. La comprensione è intesa principalmente come mentale, l'apprendimento come fisico-corporale, insieme costituiscono il “capire per averlo fatto”, “capire per esperienza”. (I,M)

13. Traduzione volutamente letterale e molto precisa; il significato sintetico è: “se il discepolo anziano sa”. Il progressivo “sapere” accompagna il “capire per esperienza” e, per tradizione, è considerato il terzo livello della scuola Heki. (I)
14. Qui si vuol implicitamente sottolineare che solo poche antiche scuole hanno mantenuto questa tradizione importantissima. Nella scuola Heki è Inagaki Sensei (in quanto designato dal suo predecessore Urakami Sensei) il discepolo anziano a cui rivolgersi, in grado di riconoscere il livello raggiunto dal condiscipolo. (I)
15. Zoku Tou Nan significa “la casa dal fuoco continuo”, Henkakuji è il “recinto dei cinque templi” a Kita Kamakura e le parole “il mio più vecchio compagno” sono una traduzione letterale che significa anche “il mio compagno più esperto di me”, significato

analogo a quello di “discepolo anziano” di cui si tratta nella nota precedente.

16. Letteralmente: toccare.

17. Letteralmente: una porta.

18. Letteralmente: sagge per esperienza.

19. HANARE è lo sgancio o rilascio secondo la giusta tecnica, assimilata al punto da diventare naturale ed involontario. Grammaticalmente Hanare è il participio passato del verbo Hanassu, “lasciare” e pertanto significa letteralmente: ”stato lasciato”. La forma verbale esprime la non intenzionalità contapponendosi a forme del tipo “ho lasciato” che esprimono un’azione intenzionale.

20. Esercitarsi nella direzione della tecnica: per capirla e per saperla applicare.

Esercitarsi nella direzione dello spirito vuol dire:

- perseguire un'esperienza mentale e spirituale esercitandosi con la giusta tecnica;
- perseguire un'analogha esperienza anche nell'ambito della vita quotidiana e dei doveri. (I)

21. “Con purezza” qui significa: senza frapporre il proprio Io.

- Per allievi giovani quali gli studenti universitari: seguendo l'insegnamento con obbedienza, senza chiedere od obbiettare.
- Per allievi più vissuti: allontanando eventuali ostacoli provenienti dalla propria esperienza culturale e resistenze preconette tipiche dei novizi in età matura. (I)

22. Si può anche tradurre con “rilassamento” o “abbandono”. Qui l'autore vuole dire che

il tiratore si sente, in certa misura, libero.
(M)

23. ASHIBUMI, DOZUKURI, YUGAMAE, UCHIOKOSHI, SANBUNNONI, TSUMEAI sono chiamate le successive fasi rispettivamente di presa di posizione davanti al bersaglio, preparazione ed atteggiamento del corpo, incocco con impostazione delle mani, innalzamento dell'arco, prima fase di tensione dell'arco, seconda fase di tensione. Tali successive posizioni si trasformano fluidamente l'una nell'altra e precedono la fase decisiva di Nobiai, (che coincide con l'estremo accumulo di energia da parte del sistema arco-tiratore), l'istante di Yagoro, che è stato il momento giusto per Hanare (in cui le energie accumulate si scaricano), indi la fase finale di ZANSHIN, immediatamente successiva al tiro. (M)

24. TSUNOMI è la zona compresa fra le radici dell'indice e del pollice della mano sinistra e Tsunomi no Hatarki (il "lavoro di Tsunomi") è il complesso delle diverse azioni di torsione e spinta della sinistra (che impugna l'arco), la cui combinazione è fondamentale nel determinare lo sgancio.
25. Kyudoka: chi pratica il Kyudo, il tiratore.
26. Letteralmente: che desta stupore.
27. "... corre alle forme apprese ..." vuol dire: corre a verificare se lo svilupparsi del proprio tiro corrisponda alle forme insegnate ... Sono dette "forme" le fasi del tiro già menzionate alla nota 23 e altre, non meno importanti, che le compongono, insieme alle fasi della "cerimonia" che precedono e seguono il tiro.
28. ATARI: participio passato di Atassu; significa letteralmente "colpito".

29. Il significato si comprende meglio se si aggiunge: ma solo “sentendo” il crescere del tiro mentre si sta realizzando il vero Nobiai. (I,M)
30. MU è una parola molto nota nella terminologia Zen: significa “vuoto”; lo stato di MU è il distacco totale dall’Io, che consente l’emergere del vero essere.
31. Con le sue successive considerazioni il Maestro vuole argomentare che concentrazione ed essenza dell’Io non sono raggiungibili per mezzo del Kyudo praticato da coloro che hanno una concezione solo”spirituale” dell’Arte.
32. Il Maestro Inagaki si spiega tracciando uno schema costituito da un cerchio contornato da altri quattro cerchi sovrapposti,

quasi tangenti al primo: il primo rappresenta l'area del vero Kyudo e gli altri rispettivamente le aree del Tai Hai (che si può tradurre come "il cerimoniale"), dello spirito, del passatempo, del diporto.

Il Maestro vuole così rappresentare che pur avendo tali aree alcuni punti in comune con quella centrale, purtuttavia ne costituiscono il contorno.

33. Il disagio, l'angoscia e la necessità di nascondere l'inadeguatezza sono prepotenti, invadenti, drammatiche presenze dell'Io. Con questa constatazione il Maestro ha dimostrato l'assunto proposto alla nota 31.

34. Si può tradurre anche: chi pratica lo Zen fino ad un certo livello raggiunge lo stesso livello (di comprensione) di coloro che praticano Kyudo; entrambe le traduzioni sono lecite, ma il significato giapponese è più

ampio: se si pratica Kyudo si “sa” come respirare e si conosce la concentrazione, perciò si può capire la respirazione e la concentrazione nella pratica Zen. (I)

35. Uno degli appellativi del Buddha.

36. “... possiamo raggiungere stati d’animo più elevati” è una traduzione letterale. Il Maestro Inagaki spiega che la locuzione vuol significare: “... possiamo diventare migliori”.

37. Alcune Scuole custodiscono testi che tramandano i loro contenuti specifici. Fra esse Heki Insai-Ha, di cui il professor Inagaki è il Maestro titolare, custodisce il suo scritto, detto Mokuroku, articolato in 60 punti che sono “segreti” unicamente nel senso che assumono pieno significato soltanto per chi ha effettivamente raggiunto l’esperienza,

quindi può “capire”. Il vero Yaoro, il vero Nobiai, questo stesso scritto Yumi no Kokoro sono comprensibili solo in misura pari all’effettiva esperienza. (I,M)

38. “Deve trovar riconoscimento in una reale conoscenza personale e fondamento nelle scritture autentiche” è una traduzione fedele ma richiede spiegazione: la “reale conoscenza personale” è quella del “discepolo anziano” delle note 12 e 13, cioè il Maestro Inagaki stesso. Egli accerta che quanto detto dal Kyudoka sia sua autentica esperienza, non aria fritta; questa è una ragione del metodo educativo che non fornisce troppe spiegazioni anticipate su quanto il Kyudoka deve trovar da sé lungo la Via. Dopo la conferma del Maestro, ma non necessariamente, può anche ricercarsi il fondamento nei testi. (I)

39. Shinmen Musashi-no-Kami Fujiwara-no-Genshin, nato a Miyamoto, detto Miyamoto Musashi (1584-1645) è il prototipo del Bushi (guerriero). Fin da giovanissimo affrontava e vinceva esperti avversari, a 29 anni è accreditato di oltre 60 incontri vittoriosi, poi intraprende la ricerca della perfezione nella “Via del guerriero” con volontà ed intensità esemplari.

Cinquantenne, inizia a misurarsi con le arti della fucina, della calligrafia, della pittura, della scultura, della poesia. Infine anacoreta, a cinque giorni dalla presentita morte, decide di trasfondere la sua esperienza specifica e la sua visione della vita in cinque libri (I Cinque Rotoli o Anelli), uno al giorno, per trasmettere ai seguaci il suo pensiero sull’Arte del Combattimento. come Via che porta l’animo limpido al raggiungimento di quel vero Cieolo che chiude la citazione: il Vuoto, titolo dell’ultimo rotolo.

40. Letteralmente:”... acuire la vista fisica ed interiore”.

Quest’ultima può intendersi sia come intuizione: una “vista” non “esterna”, che come introspezione o autocritica.

41. Perché la citata chiave di lettura del brano di Musashi sia più chiara, il Maestro Inagaki tiene a sottolineare che; “visione serena dei doveri” nel suo insegnamento significa accogliere l’esercizio dei propri doveri come occasione di miglioramento, naturalmente non solo nella giusta pratica del Kyudo, ma anche nel quotidiano. L’”affinare spirito e volontà” è dovuto in ogni occasione per contribuire allo “spessore” e alla maturità della persona; la pratica di tiro è soltanto una parte dell’allenamento complessivo dell’individuo: disciplina, sacrificio e generosità no si esercitano solo

tirando quando la mano duole, quando gela o andando a recuperare le frecce proprie e altrui. In breve, le regole del Kyudo e la disciplina del Dojo (luogo in cui si pratica) hanno ragione d'essere per esemplificare ed influenzare il quotidiano.

42. Qui “tensione” è contributo allo sforzo, significato non antitetico a calma e tranquillità.

43. “... sentimenti nelle cose”: traduzione letterale. Da una conversazione in proposito col Maestro abbiamo tratto che l'espressione può indifferentemente significare:

- aver capito le cose accettandone le conseguenze ed accettandole francescanamente per sé stesse, ovvero:

“... se piove, poi verrà il sereno ...”

“... piove; ... accetto (amo) la pioggia, il vento, il sole, l'universo, la morte ...”

- aver capito il non sentimento delle cose perché la pioggia non ha sentimento né colpe...

o ancora:

- accettare di non aver “capito”: tutto ciò che vediamo, le cose, in realtà non sono, eppure sono ...

44. TORIKAKE è la successione di gesti con cui si posiziona la destr guantata sulla corda, poi la si porta all'altezza della cocca in giusta relazione con la freccia, indi si esercita una torsione dell'avambraccio intorno all'asta della freccia per agganciare saldamente la corda e predisporne la trazione.

45. Massima energia del corpo, ma libera; massima energia della mente “giusta”, cioè vuota. (I)

46. Classica frase di educata chiusura giapponese.

Questo libro è stampato “in proprio” da Luigi Genzini che ha curato i contatti con l’autore e col prof. Mori e da Vittorio Rosenberg Colorni che ne ha curata la redazione. Le traduzioni dal giapponese in italiano e in inglese sono state eseguite da Traduzioni Tramos S.n.c. Milano.