

Mokuso e Arte della Spada

di Enrico Salvi (Tai-A no Kai)



Con il presente scritto si vuol promuovere l'apprezzamento del **Mokuso**, che costituisce, di concerto con l'Arte della Spada, una preziosissima pratica.

Mokuso significa Silenzio, Meditazione, o, più precisamente, Contemplazione, ovvero il puro osservare, libero dall'io giudicante (**Muga**), senza pensiero (**Munen**) e senza immaginazione (**Muso**).

Meditazione... io preferisco dire "Contemplazione". Meditare è far sì che il pensare duale giri intorno a un concetto: meditare su qualcosa. Invece contemplare è vedere direttamente, senza discrimini. La vera contemplazione è rendersi conto che in realtà è Dio che contempla se stesso nel centro del nostro cuore. Di fatto noi non dovremmo nemmeno contemplare perché solamente Dio può contemplare. Contemplare: esaminiamo un po' questa parola. Il sacerdote romano si poneva al centro del templum a da lì "vedeva" ed interpretava il segno divino nel cielo. Il sacerdote contemplava, stava al centro del tempio: questo vuol dire contemplare. Si metteva al centro, superava il pensiero duale e diventava accorto, vigile su tutto ciò che avveniva nel templum. Allora poteva accadere che passasse un'aquila o una nuvola, ad esempio, e lui interpretava questi segni.

Placido Procesi, Rivista Bimestrale *Storia Verità* n. 36, Maggio-Giugno 2002.

Vedere direttamente... senza discrimini... centralizzazione di sé... superamento del pensiero duale... accortezza... vigilanza... **Mokuso**.



Com'è facile comprendere, forgiare una spada scaldandone appena il metallo in vece di arroventarlo sarebbe un pretesa assurda. Di qui l'opportunità che la *pratica formale* del **Mokuso**, gradualmente se occorre, diventi il fuoco che arde giorno per giorno nella fucina, cioè nel Praticante, e ciò perché il tempo necessario a temprare un uomo è

certamente molto di più di quello che occorre per forgiare una spada. D'altra parte, tutto quello che si può dire in merito ad una pratica è, sì, necessario, ma resterebbe niente di più che un'informazione astratta se non fosse tramutato in un *fare corporale e mentale* che permetta di *realizzare il detto*.

Il **Mokuso** costituisce una solidissima base per l'accumulazione del **Ki** nelle Arti Marziali, ma, per trarne i migliori benefici, sono necessarie sia una corretta posizione del corpo sia un determinato atteggiamento interiore.

Grazie al **Ki** le sei funzioni – vista, udito, tatto, olfatto, gusto e mente – operano armonicamente in relazione al mondo esterno. Nell'Arte della Spada il **Ki** permette il pieno e armonioso funzionamento e adattamento del corpo e della mente alla circostanza in cui ci si viene a trovare quale che essa sia, e ciò grazie a **Joriki**,

Joriki è un potere dinamico che anche nelle più improvvise e inaspettate situazioni ci rende capaci di agire istantaneamente, senza bisogno di raccogliere il nostro spirito, e in modo del tutto pertinente alle circostanze.
Yasutani Hakuun, maestro zen.

Accumulo del **Joriki: Mokuso**.



A ben vedere, pertanto, **Mokuso** e Arte della Spada sono *inscindibili*, esattamente come lo sono la Contemplazione e l'Azione – un agire che non scaturisca dalla contemplazione è pura *agitazione* – e perciò risultano indispensabili alla verace Educazione cavalleresca (**Bushido-gaku**).

In questa sede, dato il suddetto scopo promozionale del presente scritto, non ci si addenterà specificatamente nei dettagli, ovviamente importantissimi, della pratica (come ad esempio la respirazione), e ci si limiterà ad illustrarne soltanto i due in certo modo fondamentali (e che riguardano anche l'Arte della Spada):



Spina dorsale diritta
"come un obelisco"



Spostamento del peso in basso
"come una piramide"

Le due figure possono tornare molto utili ai fini del **Mokuso**: *immaginare*, durante la pratica, la spina dorsale come un obelisco ed il corpo come una piramide (o come il **Fuji!**) aiuta notevolmente a mantenere la correttezza della postura. Correttezza dell'Uomo mediatore tra Cielo e Terra e quindi concernente anche l'Arte della Spada, nella quale sono imprescindibili la dignità (**Hin'i**) e la fierezza (**Kigurai**) della figura

nonché la prontezza della mente: **Kigamae** e la prontezza del corpo: **Migamae**, irrealizzabili, appunto, senza la spina dorsale diritta e lo spostamento del peso in basso. È inoltre da tenere presente che proprio la rettitudine della spina dorsale genera (o dovrebbe generare) la rettitudine estetica: **Rei**, *unitamente* alla rettitudine morale: **Gi**, e quindi alla formazione del **Gishi**: l'“uomo di rettitudine”, ossia l'uomo che *sa* decidere poiché retto di mente e di corpo.

Si tenterà ora di stimolare l'apprezzamento per il **Mokuso** attraverso l'immagine del Fiore Pirotecnico che ne fissa il momento essenziale, cioè l'Attimo della *Scaturigine* (dal latino *scatere*: balzar fuori), nel quale il Nulla non è più nulla ma ancora non è le Cose, ma anche l'Attimo nel quale il Nulla e le Cose sono inseparabili.

L'Attimo della *Scaturigine* è l'inafferrabile Attimo Presente, lo Specchio invisibile, la Stella Polare nascosta. E **Mokuso**, cioè lo *star seduti immobili e muti* è

**SLANCIO INESAUSTO
DELLA MENTE E DEL CORPO
VERSO L'INAFFERRABILE E INDICIBILE
CHE È DAPPERTUTTO E IN NESSUN LUOGO**

“Slancio immobile”: ossimoro che soltanto una pratica giornaliera e costante può far comprendere, e che esige l'abbandono radicale di ogni apprensione per un qualsivoglia “profitto” e di ogni timore per una qualsivoglia “perdita”, ciò che equivale a rendere, o, meglio, a riscoprire il proprio cuore come uno specchio lucido: lo specchio non ha nulla da guadagnare e nulla da perdere, limitandosi a riflettere ciò che gli passa davanti senza trattenere e senza respingere.

Mokuso è enfattizzazione di **Senushima**, e quindi immersione nella bellezza.

Zeami ha detto che proprio nell'arricchire *senushima* (il momento immobile di intervallo tra due azioni), c'è la vera bellezza.

Nota: *senushima* significa letteralmente “un momento vuoto”, corrispondente al “*ma*” odierno, e indica un momento immobile ma pieno di tensione con tutta l'anima durante la recitazione (parola creata da Zeami riguardo al teatro No).

Ide Katsuhico 8°dan Hanshi, *Considerazioni sullo Iaido*.



L'Attimo della *Scaturigine* del Fiore Pirotecnico: **Mokuso**.
(è bene soffermarsi un poco sull'immagine per compenetrarsene).

**Il nucleo centrale esplode
e immediatamente, *senza intervallo*,
sboccia il Fiore Pirotecnico.
Centro del fiore (Contemplazione)
e Petali di luce (Azione)
sono inscindibili.**

Il Fiore Pirotecnico esprime alla perfezione il Kata di Spada come anche ogni kata... della vita quotidiana. È la Contemplazione che fiorisce nell'Azione, i cui effetti s'irraggiano a partire dal Centro. È la goccia *d'acqua* che cadendo *nell'acqua* si espande in cerchi *d'acqua*: **Mokuso**.



La postura da assumere per la pratica del **Mokuso** è il **Seiza**, ovvero, come già osservato, il

CORRETTO E TRANQUILLO STAR SEDUTI IN SILENZIO
--

Come esercizio lo star seduti è, in un certo modo, quello fondamentale; è in esso che la *pratica del silenzio* trova il suo clima originario e naturale. Il sedere silenziosamente racchiude mille segreti. Chi ha appreso a raccogliersi stando seduto immobile e silente non può passare un solo giorno senza esercitarsi almeno per una mezz'ora, perché questa pratica significa per lui un rinnovamento dal profondo, e ciò tanto più se egli soprattutto sedendosi imparerà a raccogliersi escludendo dalla mente ogni pensiero e ogni immagine. Se si soddisfa la condizione fondamentale di ogni esercizio, che è di essere orientato con tutto il proprio essere verso la trascendenza, l'esercizio del sedere in silenzio porterà all'unione col proprio essere profondo. Fin dai tempi antichi tale esercizio ha fatto parte delle pratiche religiose dell' Estremo Oriente. Nel buddhismo Zen esso costituisce il nucleo essenziale della prassi intesa a preparare il discepolo al *satori* (all'illuminazione). Ma la validità di questo esercizio non è limitata al solo oriente. Nella leggenda del "Buon Mattino" un pover'uomo chiede al maestro Eckhart: "Che cosa ti ha santificato, o fratello?" e riceve questa risposta: "Sono stati il mio sedere in silenzio, i miei pensieri elevati e l'essere unito con Dio".

Karlfried von Durkheim, *Hara*, (ediz. Mediterranee).



La posizione (*asana*) in **seiza** da assumere per il **Mokuso** è chiamata anche **Vajrasana**, ovvero "posizione del diamante" o "posizione del tuono", *vajra* significando in sanscrito "diamante" o anche "tuono", "fulmine" o "lampo", e ben si comprende come tutto ciò si associ alla purezza, allo splendore, alla durezza e al balenare della lama e quindi al **Bushido**. Non per nulla tale posizione è detta anche **Virasana**, ossia "posizione dell'eroe" (*vira* in sanscrito = eroe).

Nel **Mokuso**, come nell'Arte della Spada, significato profondo hanno le mani. Secondo il Taoismo la mano destra corrisponde all'azione e quella sinistra alla non-azione e alla saggezza, quindi alla contemplazione. Il gesto (*mudra*) ovale delle due mani rappresenta pertanto lo stato contemplativo "saturo" di (eventuale) azione.



Nell'Arte della Spada l'attivazione del fodero (**Sayabiki**), che è affidato alla mano sinistra, rappresenta quindi la contemplazione da cui, essendovi "nascosta", scaturisce (**Sayabanare**) l'estrazione-azione della spada affidata alla mano destra:

Sayabiki- Sayabanare-Nukitsuke: Contemplazione-Azione.



Insomma, e per finire, la pratica del **Mokuso** corrisponde in tutto e per tutto alla preziosissima PRATICA DELLO SPECCHIO, intimamente connessa all'Arte della Spada e quindi alla virtù (**butoku**) primaria del Bushido: **la nettezza e veracità del cuore**.

Lo specchio sacro della tradizione Shinto, conservato nel tempio di Ise, rappresenta la verità o la veracità. Secondo la leggenda, venne fabbricato dagli dei per indurre la dea del Sole Amaterasu ad uscire dalla grotta in cui si era ritirata in preda alla collera, e per restituire così la luce al mondo. Quando la dea lanciò uno sguardo all'esterno vide la propria luce nello specchio, la scambiò per un secondo sole e, spinta dalla curiosità, uscì dalla grotta. Questo suggerisce, tra l'altro, che il cuore, per la sua capacità di riflettere - per la sua veracità – attrae la luce divina.

Titus Burckhardt, *La simbologia dello specchio*.

