

## Lo Zen: dalla filosofia della negazione all'estetica della negazione

Francesca Famà Casarin

Avendo praticato a lungo la via dei fiori, meglio conosciuta come *Ikebana*, ho cominciato ad interrogarmi su tutto ciò che avevo appreso nella mia scuola, ma anche da approfondimenti su testi di Thomas Hoover, Suzuki, Watts, Nakamura, ecc.

Una frase mi ha coinvolta particolarmente perché credo sia la chiave per accedere a quasi tutte le discipline Zen. L'ho usata per il titolo di questa relazione: *"Dalla filosofia della negazione all'estetica della negazione"*, dove "negazione" non sta per "negativo", ma vuole indicare distacco e, per fare ciò, occorrono armonia e superamento degli attaccamenti. L'indicazione è "lasciare se stessi per ritrovare se stessi".

I taoisti affermano che il *Tao* di cui si parla non è il grande *Tao*. Ciò è valido anche per lo Zen, per cui, tenendo sempre a mente questa verità, cercherò di raccontare una parte di questa disciplina Zen che tanto mi ha insegnato. Credo sia un linguaggio senza confini fra uomo e natura: tutto uno in un continuo fluire. Scrive il poeta Kenko: *"Il cielo non sembra diverso dal giorno prima, ma ci si sente comunque mutati e rinnovati osservando il mutamento delle stagioni nello scorrere del tempo"*.

Il protagonista è lo spazio, "il vasto vuoto" che ci invita a sperimentare la realtà senza l'intervento dell'intelletto, delle categorie e dell'analisi, ma utilizzando invece il lato intuitivo della mente e la profonda coscienza.

Thomas Hoover sostiene che la qualità fondamentale dello Zen è la capacità di svelarci i nostri poteri di percezione diretta, in quanto lo Zen insegna che le categorie e l'analisi impediscono la vera comprensione del mondo esteriore e interiore. Sono molte le arti che ad esso si ispirano, le quali sono concepite appunto per ridestare la nostra capacità latente di percezione diretta. Possono sembrare ingenua a prima vista, ma trasmettono un sottile messaggio non palese ad un osservatore distratto.

Ad esempio, perché un giardino giapponese sembra spesso più vasto di quanto non sia in realtà? Come fa una stanza di stile giapponese ad alterare la percezione, intensificando l'esperienza che gli individui hanno l'uno dell'altro? E perché la ceramica zen fa sì che se ne percepisca soprattutto la superficie? Questa abile conoscenza è ottenuta con espedienti ingegnosi, ma accuratamente celati. È un linguaggio silenzioso con diversi aspetti correlati. La prima cosa che si può constatare è la necessità di conservare una pace dello spirito per non lasciarsi trascinare dagli eventi caotici, anzi lo Zen consiste proprio nel portare nella vita quotidiana la pace mentale che è il prodotto delle risorse interiori derivante dall'allenamento spirituale.

L'adepto zen è difeso dalle irruzioni del mondo da una comprensione "capovolta" di ciò che è reale e di ciò che è illusorio. Per chiarire questa affermazione di Hoover mi servirò di un suo stesso esempio cioè di uno dei più celebri *Koan*: *"Tre monaci osservano una bandiera che si agita nel vento. Osserva uno: 'La bandiera si muove', ma il secondo ribatte: 'È il vento che si muove'. Allora dice il terzo: 'Sbagliate entrambi, è la vostra mente che si muove'"*.

In genere noi vediamo il mondo fisico come realtà effettiva e il mondo invisibile come una astrazione. Il procedimento zen è invece esattamente opposto poiché ritiene che la vera realtà sia l'unità di mente e materia, di spirito interiore e di mondo esteriore. Il Nirvana e il Samsara sono la stessa cosa. Il Nirvana è qui in mezzo al Samsara, è

uno stato di unità contrapposto ad uno stato di molteplicità. Per quanto possa suscitare perplessità nell'animo occidentale, questa visione ha dato vita a fenomeni tipicamente giapponesi quali i samurai che, secondo l'espressione nipponica, vivono come se fossero già morti in quanto tutto è "eterno fluire" senza confini. La loro via è una lunga ed approfondita ricerca sulla morte. È il superamento del sentimento "mujo", cioè "nulla permane immutato", è l'andare oltre.

Il teatro *Noh* rappresenta molto bene la filosofia della negazione consentendo anche una conoscenza della natura umana e dei suoi processi. Quasi sempre il personaggio principale rappresenta lo spirito di una persona trapassata che si incarna sulla scena per rivivere la sua esperienza precedente. L'attore non interpreta il personaggio, ma rivive quella situazione senza esserne coinvolto. È solo testimone di un evento che assume il carattere di un'esperienza universale in cui ciascuno può riconoscersi. L'attore indossa la maschera e la deve seguire abbandonando tutte le tecniche che ha appreso per compiere un atto naturale. Tale passaggio si definisce "entrare nella disciplina ed uscire dalla disciplina". Lo sguardo della maschera è senza "io" e diventa un contenitore. Per ottenere questo risultato occorre un lungo processo che consente di entrare in un'altra dimensione in cui non si è più nel "fare", ma nell'"essere". Questa altra dimensione Zeami la chiama "spazio cosmico", dimensione nella quale non ci sono più separazioni e tutta la vicenda umana è vista da un altro piano. Per accendere al massimo la tensione interiore occorre ridurre al minimo l'atto esteriore fino a giungere ad una azione senza movimento in quanto è il moto interiore che continua. La pausa tra un gesto e l'altro è il momento più significativo. Per giungere all'essenzialità dell'espressione bisogna buttare via tutto ciò che è superfluo e nel *Noh* l'azione è ridotta all'essenziale in un tempo al di fuori del tempo. Maschera in giapponese si chiama "omate", che vuole dire "di fronte". Per i samurai "la morte sta in faccia alla vita". Come la maschera?

Un altro aspetto della cultura zen è l'interesse alla dimensione estetica e al senso del bello. Va detto però che questo aspetto si ritrova anche in epoche precedenti. Nel *Ko-Gi-Ki* (vecchie cose scritte) che racconta il mito della creazione si legge: *"Quando la giovane terra ancora galleggiava come olio e fluttuava come una medusa, un germoglio di canna sollevò la sua testa ed era il Dio il cui nome è Umashi ashikabi Hikoji (bello venerabile germoglio di canna)"*.

Si può constatare dunque che in epoche precedenti lo *Zen*, la natura veniva vista come rappresentazione del divino per cui la bellezza e l'armonia era essenziale e la divinità vicina. La vita della natura era sentita intimamente unita e non dissociata da quella dell'uomo.

Nello cultura zen le arti sono creazioni sì di bellezza, ma anche mezzi tramite i quali i maestri trasmettono intuizioni altrimenti inespriabili. Infatti questi maestri non si curano di inventare forme artistiche nuove, ma piuttosto di fare proprie le forme preesistenti, variandole perché rispondano ai fini zen. Lo si può constatare anche nell'architettura delle case tradizionali. Queste sono state rivisitate e paragonate ora ad un grande ombrello aperto sul paesaggio che non domina l'ambiente circostante, ma fornisce uno spazio riparato dove vivere in seno alla natura, rispondendo ai bisogni interiori dell'uomo come alle sue necessità fisiche. Nella casa giapponese la stanza diviene umana solo grazie alla presenza dell'uomo; in sua assenza non vi è traccia umana. In questo modo la stanza vuota costituisce lo spazio in cui lo spirito può muoversi liberamente ed in cui i suoi pensieri possono raggiungere i limiti estremi della propria potenzialità. La stanza giapponese obbliga all'introspezione, funzione coerente con le intenzioni zen. È un luogo di

concentrazione e se da una parte favorisce la fusione delle menti di coloro che la condividono, non è esente da pericoli poiché a coloro che vi entrano da soli molto spesso dice assai di più di quello che vorrebbero sapere.

Se si chiede a un giapponese il perché dell'assenza di mobilio che costringe a dover passare le giornate inginocchiati su una stuoia, la spiegazione sarà che questa è più comoda e circa il fatto che dorma su un ripiano di legno ricoperto di una imbottita di cotone replicherà che il pavimento assicura un miglior riposo, ma ciò che non dirà, partendo dal presupposto che un occidentale non è in grado di comprenderlo, è che queste privazioni fisiche costituiscono un rifugio per la spiritualità.

La caratteristica principale dell'arte zen è l'asimmetria dove nulla sembra mai avere un centro. Il nostro primo impulso è quello di "entrare" nell'opera e di raddrizzarne gli elementi, ma è proprio questo l'effetto che l'artista vuole ottenere. L'arte simmetrica è una forma chiusa, perfetta nella sua completezza. L'arte asimmetrica invita alla partecipazione, a dare corso all'immaginazione e divenire così parte del processo creativo distogliendo l'osservatore da eventuali connessioni mentali di forme finite e idee di eternità delle cose materiali. L'arte zen è una dichiarazione implicita che il mondo oggettivo non va mai preso troppo sul serio. Suzuki afferma che è un silenzio che romba come un tuono.

L'esistenza, quando sia vista in questi termini, cioè come un tutto uno che fluisce e di cui noi siamo parte, fa sì che non può esservi nulla di cui preoccuparsi ed il risultato è perfetta armonia.

Rimane da chiarire come atteggiarsi nei confronti della vita di ogni giorno, nella quale il mondo procede come se la realtà fosse davvero esistente. Lo Zen vorrebbe che si considerasse il mondo fisico come a volte si considera il mondo spirituale, cioè come una finzione di comodo in cui si trattano i fenomeni come se esistessero sapendo che sono illusioni. Il mondo della lotta può turbare coloro che lo scambiano per qualcosa di reale, ma i seguaci dello Zen fanno proprie le parole di Amleto: "*Noi che abbiamo spiriti liberi non ne siamo toccati*" perché il mondo è privo di senso e a muoversi è soltanto la MENTE.

L'aspetto che stupisce di più delle concezioni zen dell'antimente è che pochi sono disposti a discuterne e tanto meno ad analizzarle. Lo Zen è nemico dell'analisi. Se si chiede ad un giapponese di spiegare un giardino di pietra si verrà guardati con occhi privi di espressione; il giapponese non si è mai posto una domanda simile.

Le manifestazioni culturali zen si basano più sulla suggestione che sulle parole e l'atteggiamento del giapponese verso il linguaggio potrebbe essere definito "l'estetica del silenzio". La reticenza diventa virtù e l'aperta espressione dei propri pensieri intimi appare un atto di volgarità. L'esempio più efficace è il giardino di pietre di Ryoan-ji, trionfo di suggestività. Il giardino sembra quasi un oggetto naturale simile a un tramonto o a un pezzo di legno trasportato dalle correnti. Chi lo vede per la prima volta rimane senza fiato, ma quando si prova ad analizzarlo, si constata che non c'è niente di significativo da dire in merito. Esso semplicemente esiste.

L'estetica della negazione è ben rappresentata dalla cerimonia del tè. Intorno a questo semplice atto si sono sviluppate molte arti, dall'architettura alla calligrafia, dalla pittura alla ceramica creando una sintesi artistica unica. La pianta del tè, originaria della Cina, era ben conosciuta anche nella medicina cinese. I taoisti la consideravano un ingrediente fondamentale dell'elisir dell'immortalità che risiede nel perenne mutamento e permea ogni forma di pensiero.

Lo Zen, che tanto aveva assorbito dalle dottrine taoiste, formulò il rituale del tè. La bevanda divenne un pretesto per praticare il culto della purezza e della raffinatezza, una sacra funzione per vivere un momento di massima beatitudine, una sorta di rappresentazione la cui trama si intesseva intorno al tè, ai fiori e ai dipinti. La cerimonia del tè nel Giappone antico era un momento elevato della vita, un rituale finalizzato all'educazione dell'individuo. I modi ed i tempi della cerimonia erano strettamente determinati, così come l'arredamento. Parca la conversazione legata unicamente all'apprezzamento degli utensili. È un rapporto senza tempo con la storia e racchiude il mistero dell'ospitalità. Sembra vivere un eterno presente nella mente dell'ospite che serberà il ricordo di odorose impressioni. Spetta al maestro Sen no Rikyū del XVI secolo il merito di aver integrato tutte le regole estetiche in un rigido sistema. Un aneddoto racconta che Rikyū amava dedicarsi alla coltivazione di un fiore chiamato la gloria del mattino (*ipomea stellata*), importato dall'Europa e del quale se ne serviva per comporre l'*ikebana* per la cerimonia del tè. Hideyoshi, detentore del potere di quel periodo, venutolo a sapere gli comunicò che desiderava prendere il tè del mattino con lui per ammirare i fiori nel loro momento migliore. Quando Hideyoshi arrivò tutti i fiori erano stati colti. Stizzito si recò nella casa del tè e qui vide un'unica gloria del mattino, ancora bagnata di rugiada, fare bella mostra di sé nel *tokonoma*: perfetto insegnamento zen dell'essenzialità e della parsimonia.

Il percorso nel giardino "rugiadoso" per arrivare alla casa del tè è caratterizzato da pietre scelte con cura per la loro regolare irregolarità e bellezza di linee. Questi semplici passi, perduti incastonati in letti di muschio, dividono il giardino in due settori con andamento curvilineo e richiamano tuttavia ad una grande attenzione e presenza per non cadere. Prima dell'arrivo degli ospiti il giardino viene accuratamente ripulito e irrorato d'acqua per dare una sensazione di freschezza e, a seconda della stagione, cosperso di aghi di pino o di foglie autunnali, od anche di petali di fiori per produrre modesta rusticità e imperfezione arcaica... In genere si giunge alla cerimonia in anticipo per ammirare il giardino, per meditare e liberarsi dalle preoccupazioni. Prima di entrare nella casa del tè ognuno compie gesti simbolici di purificazione nello *scubai* o sasso scavato, contenente acqua che porta in genere incisi quattro ideogrammi che, tradotti, significano: "ognuno possiede tutto ciò che basta a se stesso". Nessuno indossa anelli per non graffiare le tazze e nemmeno orologi che schiavizzano la mente. La porta che conduce all'interno è bassa e forza ogni invitato ad inchinarsi come gesto simbolico di umiltà. Ci si inchina davanti al rotolo di carta di riso o seta con versi sacri ed anche alla composizione *ciabana* che in genere è semplice, essenziale e non profumata perché il protagonista è il tè.

Nel giardino fuori della casa del tè stavano conficcate per terra le armi dei samurai accarezzate dal vento, come a significare una resa. I guerrieri di entrambi le parti gustavano il tè e andavano a morire.

All'interno la luce è soffusa, si ode il frusciare dei *kimono* sui *tatami*, il rumore dei legni, dell'acqua che bolle col suo gorgogliare sommesso, il vento che passa fra i bambù del giardino. Sembra che in quella bevanda calda sia rinchiuso un mistero. Dopo aver bevuto il tè, l'ospite riconosce spesso che quella esperienza lo ha cambiato. A questi livelli il tè è una pozione magica che realizza la conoscenza senza spiegarla, accenna a un contegno e scova nel mondo una via di fuga (tutti i maestri del tè hanno familiarità con l'opera poetica di Bashō). Si sperimenta un vuoto interiore. Qui tutte le misure sono limpide e un po' fuori centro, le cose appaiono come di rozzo conio rivelando però nella

luce trasversale una autenticità assoluta. Se talvolta una tazza si rompe, indica la caducità delle cose. Il maestro del tè non si compiace né si avvilito, semplicemente agisce raggiungendo nella sua arte il punto più alto della sua ricerca: vitale è l'atto del compiere, non ciò che viene compiuto. Ognuno mescola il braciere e ci si inchina nuovamente. Si ammirano le brocche di ceramica accanto al bollitore con apprezzamento del suono dell'acqua che bolle gorgogliante (vento di pino). Il maestro si inchina ai suoi invitati ed essi rispondono allo stesso modo, poi cammina con passi misurati sollevando poco i piedi dal pavimento per lasciare appena udire il fruscio dei *tatami* là dove il suo piede appoggia. L'acqua che avanza viene versata nel bollitore con gesti studiati affinché produca un piacevole gorgoglio nel momento in cui l'acqua del mescolo raggiunge il bollitore. Il maestro si inchina prima di porgere la ciotola con il tè che viene presentata dal suo lato migliore all'invitato, il quale la rigira con cura verso il maestro in segno di rispetto. Vengono anche offerti su elegante vassoio dei pasticcini di circa due centimetri e mezzo. Il primo invitato che prende il vassoio lo porge con inchino al secondo quasi scusandosi di essersi servito prima e così, proseguendo con gli altri ospiti. La regola proibisce ogni tipo di conversazione verbosa, anche l'adulazione è proibita. Tutto converge sull'osservazione degli utensili, degli arredi e del rotolo di pergamena. Al giorno d'oggi i maestri intagliano a mano i loro cucchiaini da tè ricavandoli dalla canna di bambù ed è motivo di orgoglio. L'ideogramma per la casa del tè è di derivazione cinese e si traduce con tre definizioni:

dimora del vuoto

dimora della fantasia

dimora dell'asimmetria

Queste definizioni richiamano la filosofia zen del divenire. Nella sala da tè l'equilibrio è occulto e le decorazioni sono sempre fuori centro, in quanto la simmetria ricorda la completezza e l'imitazione di una perfezione astratta, ma la parola chiave è semplicità. "L'arrendevolezza genera forza, la resistenza crea debolezza: nel cielo eterno vi è perpetuo rinnovamento", questo insegnano i maestri. Sia il *Tao* che lo *Zen* non ammettono realtà ad eccezione di quella prodotta dalle nostre menti. Idealmente il tè cerimoniale viene servito per creare l'atmosfera in cui meditare sulla realtà della non realtà e conseguire lo stato interiore necessario per realizzare se stessi. È la comprensione della dottrina del vuoto in cui deve essere trovato quanto è essenziale. Da che cosa è costituita una stanza? Dal pavimento, dal soffitto e dalle pareti, oppure una stanza è il vuoto che queste cose tangibili mettono in evidenza? Lo *Zen* con la teoria della fugacità considera la casa soltanto come rifugio temporaneo per il corpo ed il corpo stesso come una dimora dello spirito.

Come tutte le vie zen anche la cerimonia del tè è fortemente simbolica e profonda. Alcuni maestri del tè si prefiggono di raggiungere la serenità, altri la purezza ed altri ancora la solitudine. Ad esempio, un giorno un maestro collocò alcune piante acquatiche in un recipiente piatto per suggerire la visione di laghi e paludi, e sulla parete un dipinto di anatre selvatiche in volo. Un altro maestro accostò una poesia sulla bellezza della solitudine al mare, a un braciere di bronzo a forma di capanna con fiori selvatici che crescono sulle spiagge.

Il maestro Rikjiù amava citare un'antica poesia:

*"A colui che attende la sola fioritura*

*Tra le erbe innestate dei monti*

*Vorrei mostrare la primavera".*

La cerimonia del tè è la grande parabola della cultura zen, in quanto insegna, mediante l'esempio concreto, che il mondo materiale è un predone che ruba i nostri più preziosi possessi, la naturalezza, la semplicità, la consapevolezza. Ma è anche assai di più: i principi estetici che mette in evidenza costituiscono il fondamento della cultura zen. In primo luogo, la cerimonia del tè ha profondamente influenzato i gusti architettonici con il suo stile informale, che si è sostituito alle rigide formule della casa dei samurai. L'*ikebana*, a sua volta, è debitrice per una perfezionata essenzialità richiesta dalla cerimonia del tè. Allo stesso modo, la pittura e la calligrafia hanno subito l'influsso del sobrio modo di decorare il rotolo appeso al *tokonoma*. La lavorazione della lacca ha avuto uno sviluppo corrispondente ai principi estetici della cerimonia; infine la lavorazione della ceramica giapponese, a partire dal XV secolo, è dovuta in larga misura alle particolari esigenze, pratiche e no, della cerimonia del tè. Il secondo volto dell'approccio zen all'esistenza è la serenità che induce in un mondo perturbato e che illustra come nessun sermone mai potrebbe fare. Il terzo aspetto è quello della teoria estetica che ha permesso che certi ideali di bellezza continuino ad essere preservati dalla devastazione della civiltà meccanica.

Comunque, la cerimonia del tè si basa sull'espressione di quattro regole fondamentali:

*Wabi*: vita scevra dal lusso e dalla falsità:

*Sabi*: apprezzamento per cose gradevolmente patinate dall'età o imperfezione arcaica come bellezza;

*Shibui*: buon gusto, sobrietà;

*Fura*: modo di vivere zen - puro godimento della vita - identificazione del sé creativo con lo spirito. Gli amici sono i fiori, gli animali, le pietre - l'acqua - i temporali e la luna.

### **Bibliografia**

- *Appunti e insegnamenti orali* della dott.ssa Keiko Ando Mei, maestra della scuola di *Ikebana*;
- *La cultura Zen* di Thomas Hoover;
- *La cerimonia del tè* di J.V. Nakamura.