

La via del respiro

E' stato tradotto in italiano il libro del maestro Gu Meisheng. In esso vengono affrontati gli aspetti più importanti della pratica riferendosi ai concetti del taoismo, del qi, del "soffio vitale" della dinamica dello yin e dello yang, la loro unione e i loro punti di forza

di Matteo Luteriani

L'unico incontro che ho avuto con il maestro Gu Meisheng, più di 25 anni fa, è stato in un film, *De Shanghai à Peking, À la recherche du Qi: le Taiji quan*, realizzato da Yolande du Luart, della televisione francese, a lui dedicato.

La cosa che colpiva subito era la sua padronanza della lingua francese, la sua pacatezza nell'esporre concetti e pensieri che necessariamente devono essere messi in atto attraverso la pratica. Il video, girato a Shanghai e in parte sul lago Taihu, a Wuxi, una delle isole che Gu Meisheng amava in modo particolare, faceva vedere dei sedicenti maestri cinesi muoversi e spingere con la forza del loro "chi" gli allievi a metri di distanza, in modo plateale.

Guardando questi maestri si aveva l'impressione di vedere della vera potenza, un vero "chi" che emanava da essi con vigore e forza. A un certo punto la macchina da presa faceva vedere il maestro Gu Meisheng fare dei semplici movimenti di taiji quan. Era incredibile: senza parlare, e in un solo colpo, azzerava tutto quanto visto prima ma non solo in quel video, anche negli altri che avevo avuto modo di vedere sull'argomento.

Bisogna tenere presente che la diffusione enorme delle arti marziali sia dal punto di vista dei libri e delle riviste e dei video nel 1989 era molto ridotta: un unico punto vendita esisteva in Italia ed era stato ideato dal mitico direttore della libreria Hoepli Roberto Taneggi, praticante di aikido, che vedendo lontano aveva creato un intero settore, e poi il nulla. Solo chi poteva andare a Parigi al famoso Budo Store sito in Rue de la Montaigne Sainte Geneviève poteva avere accesso a testi e filmati di prima mano. So che i lettori attuali, soprattutto i giovani possono fare fatica a crederlo, ma la realtà era ancora di un sano pionierismo marziale.

Dopo tanti anni mi sono imbattuto, o meglio,

ho cercato con assiduità un libro scritto in francese che riporta il pensiero di Gu Meisheng relativamente alla correlazione tra pensiero cinese e taiji quan. Ora, finalmente, questo libro c'è ed è stato tradotto in italiano e pubblicato da Luni Editrice con il seguente titolo: **Gu Meisheng, La via del respiro. Pensiero cinese e taiji quan, 128 pagine, 17 euro (in vendita presso la rivista Samurai)**. Va premesso che il libro è impreziosito da un "ricordo" di un importante maestro di arti marziali italiano, VII dan di karate shoto-kan e allievo di Gu Meisheng per molti anni e oggi insegnante del suo metodo: Luciano Puricelli.

Il libro affronta in modo apparentemente semplice la connessione che esiste tra la pratica del taiji quan e il tao, il qi o chi come ancora si dice, lo yin e lo yang: in una parola, tutto l'universo del pensiero cinese rapportato alla conoscenza e pratica del taiji quan.

Presentare a un pubblico (quello francese) delle personalissime ricerche e conclusioni attinenti il pensiero antico cinese e una disciplina come il taiji quan, è stata senz'altro una operazione molto forte e azzardata. La cultura francese ha da molti secoli affrontato i testi più importanti della Cina e li ha studiati, tradotti, elaborati, e introdotti nel quotidiano di scuole, università e pratiche diciamo così, sportive. Non possiamo noi italiani fare un riferimento culturale tra il nostro paese e la Francia per quanto riguarda la penetrazione del pensiero cinese e la sua diffusione paragonando le nostre conoscenze a quelle francesi. Queste conferenze tenute da Gu Meisheng a Parigi sono state un enorme evento, affollatissime da allievi, curiosi, studiosi, praticanti, professori, insegnanti eccetera. La forza del pensiero di Gu era legata, e qui devo ritornare al video che vidi 25 anni fa, alla semplicità. Chi pratica profondamente arti marziali da tanti anni sa che la cosa più difficile da fare non è tanto il gesto atletico o la tecnica "definitiva" il miglior kata, ma muovere una mano con semplicità. Mi spiego: muovere una mano in modo pieno,

totale, mettendoci dentro tutto di noi stessi e al tempo stesso svuotando l'ego del movimento per renderlo armonico ed efficace. Come quello di un bambino che ti stringe il dito di una mano con una forza e una naturalezza che mai avresti pensato potesse avere, e con quella spontaneità ed eleganza con la quale ti ha afferrato il dito, così lo lascia perché si dedica ad altro.

Le parole e i pensieri di Gu Meisheng sono immediati, peraltro anche molto poetici: al primo impatto si comprendono perfettamente, o quasi. Ma quale profondità!

Chi pratica ha conoscenza di ciò che sto dicendo: quando il maestro, nelle mura del dojo, durante la lezione, spiega, tutto è chiaro, limpido, cristallino; saremmo addirittura portati a poter pensare di insegnare e ripetere quanto sentito a chiunque tanto è chiaro. A mano a mano che finisce la lezione, ci si allontana dal dojo e dal maestro, si arriva a casa e si riprende la vita di tutti i giorni, i concetti sentiti diventano più ostici, più nebulosi, si fatica ad articolare un pensiero con l'altro e alla fine bisogna ritornare all'origine, cioè dal maestro, per comprendere meglio, approfondire. Solo con l'approfondimento continuo, costante, duraturo e serio si può pensare di arrivare ad afferrare un pensiero come quello di Gu Meisheng che era un maestro, un praticante esperto che ha dedicato tutta la vita al taiji quan, ma anche un pensatore finissimo, tale da poter insegnare all'università, tenere corsi all'estero in una lingua straniera di concetti che sono già ostici se espressi nella lingua madre.

Come si può pretendere di affrontare una simile "salita" senza la corretta preparazione? Esistono libri di arti marziali, sulle arti marziali e di ogni genere sul nostro mondo e sul pensiero orientale che si possono leggere tranquillamente, senza quasi nessuna preparazione. E' quanto accade per questo libro: si legge per un linguaggio estremamente diretto e come dicevo, molto poetico e armonico. Ma è come salire sull'Everest in cabinovia, se mai ci fosse: cosa è il raggiungimento della vetta, del punto, senza il percorso: nulla.

Gu Meisheng
***La Via
 del Respiro***
*Pensiero cinese
 e Taiji Quan*

Anzi, è il percorso l'unica cosa che conta. Per questo motivo questo libro è adatto a tutti i praticanti (e sarebbe utile che finisse questa dicotomia tra i praticanti di arti giapponesi e di arti cinesi che l'uno non legge le cose del mondo dell'altro!), e al tempo stesso è un percorso estremamente impegnativo. Basta andare a un concerto e tra le mille e mille persone si troverà chi ha la maglietta con disegnato il tao, il nome di qualche arte

marziale, oppure basterà andare in una spiaggia per trovare di sicuro chi si è fatto tatuare ideogrammi con simboli cinesi "marziali" o filosofici. Tutti ne parlano, ed è bene che sia così, nessuno ne sa nulla. Quando si incontra qualcuno che ne capisce, è come trovare una pietra rarissima e preziosissima, e come si usa dire, "maneggiare con cura"!. Dice Gu Meisheng nella sua prefazione: "Il taoismo, spesso mal conosciuto, se non dai

grandi specialisti, è uno degli elementi costitutivi dell'anima cinese; presentarlo al pubblico era una cosa non semplice e per lo meno paradossale, anche perché 'appena parliamo del dao, ne alteriamo il senso...'. Peraltro, il pensiero orientale non procede per mezzo di dimostrazioni e non è orientato verso un senso finale e definitivo, ma procede per cerchi di sperimentazione successivi affinché la comprensione scaturisca da un

ritorno al centro stesso della questione. Se il pensiero occidentale cerca di costruire un senso abbastanza soddisfacente e coerente del reale e della vita, il pensiero cinese, come le sue arti, la sua scrittura, la sua filosofia, cerca piuttosto di sposare le fluttuazioni della vita stessa 'presa nel suo vivo e nel suo tutto', come diceva il celebre poeta Saint-John Perse, che visse in Cina. Perciò il percorso interiore descritto dal taoismo può essere difficilmente appreso per mezzo di spiegazioni logiche e conoscenze livresche. In compenso, la pratica del taiji quan può fare percepire le tracce di questa via proprio perché non risponde ad alcuna domanda intellettuale, come quegli antichi maestri sempre silenziosi che conducono il viaggiatore verso la porta della sua libertà, poiché è una pratica che, giorno dopo giorno, scrive sulla pagina vergine del corpo in movimento il silenzio del gesto e del soffio mano a mano che viene creato. Ecco perché ho parlato del taoismo attraverso la mia esperienza del taiji quan, che è al contempo una pratica dinamica degli antichi taoisti e un'arte marziale che gode di grande fama da ben tre secoli. E' vero che oggi il taiji quan non è una parola sconosciuta. Tuttavia, l'immagine di quest'arte sottile è fortemente falsata nella mente della maggior parte delle persone, che la considerano come una ginnastica dai movimenti lenti e dolci, dotata tutt'al più di un certo effetto curativo; così, questo taiji vulgarizzato su vasta scala in Cina e all'estero oggi perde interamente il suo valore filosofico, estetico e marziale. Inoltre il taiji quan è un frutto della civiltà cinese e constatiamo la sua opera di magnetizzazione sulle altre scienze e arti cinesi, come se la stessa linfa energetica circolasse in filigrana attraverso gli altri rami di questa civiltà plurimillennaria. Perciò non bisogna dimenticare che la penetrazione di quest'arte profonda e difficile da padroneggiare può essere facilitata dalla comprensione delle arti cinesi".

E' molto chiaro che l'intento di Gu Meisheng è quello di portare al grande pubblico la conoscenza del taiji quan mutuata attraverso il tao e il pensiero cinese (o è vero il contrario? Al lettore la capacità di comprendere questa domanda), ma è altrettanto vero che dice chiaramente che è solo attraverso la pratica che si comprende veramente appieno questo discorso. Cosa intende Gu Meisheng con "attraverso la pratica": si intende, lo ripeto ancora una volta, attraverso il percorso. E' importante rilevare che la nostra vita non è eterna: oggi i media hanno un poco portato l'individuo comune a credere di poter passare all'eternità senza discontinuità con il presente: si vive oltre la morte con i filmati, i video "virali", le comunicazioni di massa. Non si ha più presente il procedere, il camminare sulla strada. Siamo limitati, per cui ogni attimo della nostra giornata sprecato è

un attimo che ci allontana dalla comprensione, dalla realizzazione; e se non si pensa a educare se stessi e quindi, per conseguenza, una volta che si è educato e costruito il nostro proprio "tempio", pensare di edificarne altri (i figli, gli amici, i conoscenti, attraverso il lavoro e una etica e comprensione dell'altro che non è più un diverso ma un 'altro da me'), dicevo, se non si pensa che "magari non ce la si fa", ci si fa prendere dall'agone dell'essere il numero uno della vita e si butta via, come dice un vecchio ma pur sempre vero adagio, "insieme all'acqua sporca anche il bambino appena lavato".

Il percorso che delinea Gu Meisheng è estremamente visibile: non ha la pretesa di dare alcuna verità, non intende fornire la chiave di lettura finale e unica del tao, del taiji quan e del pensiero cinese. Gu Meisheng ha ben presente di essere un grano di sabbia nel divenire: le sue parole non sono mai arroganti, non c'è mai la pretesa di "io ho capito e ve lo spiego"; non impone mai se stesso prima della pratica e del pensiero, anzi, si mette giustamente in seconda, terza, quarta fila. Parla di esperienza, e quindi necessariamente parla della sua, che le esperienze personali sono le uniche di cui noi possiamo adeguatamente parlare perché uniche e vere. Parla dei suoi studi e delle sue ricerche, del suo cammino nel taiji quan e del mondo del tao, sconosciuto, inafferrabile e inesplicabile. Gu Meisheng parla di un percorso e delle sue ricerche e dei suoi raggiungimenti e comprensioni (che sono, bisogna ammetterlo con onestà e franchezza, elevatissimi).

E' molto difficile, anzi è una rarità estrema, trovare chi ha veramente compreso una parte di questo pensiero così profondo come quello del taoismo cinese e dei pensieri a esso collegati, come il buddhismo, il confucianesimo e il pensiero occidentale, mutuandolo con la pratica fisica, con il corpo che ti dice e ti fa vedere nel movimento e "lì e adesso" che la teoria diviene pratica se la ricerca è profondissima. Posso dire che Gu Meisheng un poco azzerà quanto detto prima di lui da tantissimi scrittori su questi argomenti: abbiamo potuto leggere pensatori estremi e meravigliosi come per esempio Blaise Pascal e Kant e mille e mille altri: ma nessuno mai si era messo su un tatami a "toccare" con mano il suo pensiero: era rimasto solamente speculativo. Con questo testo Gu Meisheng fa il punto preciso senza volerlo, senza avere la presunzione di "avere" ragione: "è" un praticante sul cammino infinito della realizzazione. E credo che chi avrà la fortuna di poter leggere queste pagine non potrà che scoprire pagina dopo pagina riferimenti che erano rimasti in sospeso, come ho accennato prima per il dopo lezione con un maestro, idee, congetture, "messe in pratica" e una quantità di materiale veramente formidabile. Una lettura veramente illuminante e da consigliare

naturalmente ai praticanti di arti marziali cinesi ma soprattutto a chi studia le discipline giapponesi, così dirette e immediate: una finestra su un mondo parallelo, a volte inesplicabile, nel quale ogni tanto si incontra un signore gentile e modesto come Gu Meisheng che ci prende per mano e ci guida, almeno per un po', sulla via della vera comprensione.

Biografia Gu Meisheng

Gu Meisheng era nato nel 1926 a Shanghai, in Cina; compiuti gli studi presso l'antica università Aurora in scienze economiche e diritto, ebbe come primo insegnante di taiji quan uno dei suoi professori, Yué Huanzhi che insegnava letteratura e filosofia cinese. Recatosi in Francia nel 1950 ottenne una laurea in economia politica. Ritornato in Cina all'inizio del 1951, Gu Meisheng entrò nella vita professionale consacrando con fervore nel tempo libero alla lunga e paziente pratica del taiji quan del maestro Yué. Divenne professore di francese all'università di lingue straniere e poi direttore del dipartimento di lingue straniere all'università di Medicina II di Shanghai.

A partire dal 1984, Gu Meisheng è stato invitato più volte in Francia dall'università Paris VII, U.F.R Langues et Civilisations de l'Asie Orientale, per tenere un corso di introduzione al pensiero dell'antica Cina. In queste occasioni poté iniziare i suoi amici e allievi francesi alla pratica del taiji quan. In occasione del suo ultimo soggiorno in Francia nel 1991, è stato invitato dal Collège de France, Institut des Hautes Etudes Chinoises, per una serie di quattro conferenze volte a chiarire gli aspetti principali della filosofia e della civiltà cinese. Da allora si è dedicato alla trasmissione all'insegnamento del taiji quan. E' mancato nel luglio del 2003.

