

# Spazialità e temporalità nell'aikidō

## Una via per l'autenticità

### 1. Cenni preliminari sulla spazialità

La fisica e la geometria moderne ci hanno abituato ad una concezione dello spazio inteso come un campo vuoto, esteso nelle tre dimensioni e riempito da corpi solidi. Per figurarci lo spazio, possiamo mentalmente costruire una stanza vuota, le cui pareti delimitano, appunto, uno “spazio” la cui immagine restituisce un'idea concreta che ci permette di astrarre per giungere, virtualmente, ad allargare la visuale fino a ricavare un'idea generale di spazialità.

Lo strumento più preciso che abbiamo, tuttora, a disposizione per rappresentare lo spazio nelle sue tre dimensioni, è costituito dagli assi cartesiani. Ideati da Descartes nel 1637 (e, contemporaneamente, da Pierre de Fermat, il quale, però, non pubblicò i suoi appunti), approfondendo alcuni studi effettuati dal matematico Nicola d'Oresme già nel XIV secolo, gli assi cartesiani consentono di individuare con estrema precisione la posizione di un determinato punto, e dunque rendono possibile l'analisi algebrica delle figure geometriche (la geometria analitica). Nella sua forma più semplice, il sistema di riferimento cartesiano è composto da due assi orientate (l'asse delle ascisse e quella delle ordinate — *longitudo* e *latitudo* nella terminologia oresmiana) intersecantesi ortogonalmente in un punto detto “origine”. Questo sistema consente la rappresentazione analitica di qualunque figura bidimensionale. Con l'aggiunta di un terzo asse è possibile invece rappresentare lo spazio (euclideo) nelle sue tre dimensioni, definite “gradi di libertà” (ma è possibile aggiungere un numero indefinito di assi per studiare spazi “non euclidei” a più dimensioni, ovvero gradi di libertà). L'intera grafica digitale (dai programmi di disegno tecnico alla grafica dei videogiochi) è basata su questo sistema di riferimento, che consente la rappresentazione di qualunque solido, nonché la sua realizzazione: tanto la realtà virtuale quanto la stampa 3D affondano le loro radici, in definitiva, negli studi di Nicola d'Oresme.

Tuttavia, l'immane capacità tecnica e analitica di questo sistema di riferimento, non dovrebbe farci dimenticare che si tratta pur sempre, in fin dei conti, di una rappresentazione: della spazialità, nella sua essenza, gli assi cartesiani non possono dirci ancora nulla. Sebbene sia decisamente più raffinata e precisa, una simile raffigurazione dello spazio non si discosta, in linea di principio, dall'idea generica che ci facciamo quando immaginiamo lo spazio racchiuso in una stanza.

La mente umana, stranamente, sembra lasciarsi convincere facilmente dalle proprie rappresentazioni, fino a confonderle e sovrapporle alla realtà: quando guardiamo un film, abbiamo qualche difficoltà a renderci conto che è “semplicemente un film”, tant'è vero che proviamo orrore o piangiamo proprio come se ciò che vedessimo fosse reale; lo stesso ci accade con le foto, sia quelle che ci riportano alla memoria i nostri stessi ricordi sia quelle che vediamo sui tabelloni pubblicitari — può essere difficile rendersi conto che la ragazza accanto all'auto è solo una “rappresentazione” costruita ad hoc e che la ragazza in carne ed ossa, ancorché effettivamente esistente, potrebbe anche essere molto più deludente di quanto appaia nella nostra immagine mentale! Può sembrare stupido ma, a ben guardare, spesso agiamo come se dimenticassimo che un mappamondo non è il mondo e che osservare Parigi su una cartina non vuol dire averla visitata. Allo stesso modo, gli assi cartesiani *non* sono lo spazio, anche se riescono a rappresentare con assoluta precisione qualunque forma geometrica.

In effetti, dovremmo in primo luogo distinguere la percezione che abbiamo dello spazio nella

quotidianità e il modello mentale che costruiamo per rappresentarcelo; ma questo non basta, perché occorrerebbe distinguere anche la nostra percezione dello spazio dalla spazialità in sé considerata.

Sulla prima distinzione, si può osservare che la nostra percezione dello spazio non ha nulla a che vedere con la rappresentazione geometrica di esso (che sia il sistema di riferimento cartesiano oppure la semplice prospettiva del disegno): un'attenta fenomenologia della percezione consentirebbe di ricostruire un tipo di spazialità che è radicata nel corpo umano e nella sua esistenza, prima di qualunque strumento di rappresentazione grafica o tecnica (si deve innanzitutto a Merleau-Ponty, con la sua *Fenomenologia della percezione* del 1945, un'importante riconsiderazione della spazialità primaria dell'essere umano che trova nella corporeità — nel *corpo proprio* — la prima struttura fondamentale dell'esistenza e la condizione necessaria dell'esperienza).

Incontriamo la spazialità, innanzitutto e per lo più, come forma del nostro orientamento quotidiano nel mondo. Le dimensioni spaziali (avanti-indietro, sopra-sotto, destra-sinistra) altro non sono se non espressioni di un orientamento radicato nella corporeità dell'esistenza umana e che solo nella sua struttura corporea trovano il loro senso: "avanti" è ciò che cade sotto i nostri occhi, "dietro" è ciò che sta alle nostre spalle; il sopra e il sotto non hanno alcun valore se non in merito ad una posizionalità ben precisa, risultante dal nostro essere ancorati alla terra, per quanto eretti verso l'alto. Quanto diverso possa essere il senso della spazialità in una mosca o, meglio ancora, in un organismo unicellulare dotato unicamente dell'olfatto, è possibile dedurlo unicamente con uno sforzo d'immaginazione e nondimeno possiamo esser certi di una simile differenza, così come possiamo esser certi che nello spazio intergalattico qualcosa come un "sopra" e un "sotto" acquistano un senso del tutto relativo. Allo stesso modo, la distanza non è altro che una forma della "prossimità", e così i "piedi", che la colmano, diventano unità di misura per delineare lo spazio nella forma della distanza. Le successive unità di misura non sono che un'estensione, un'astrazione e una codificazione per rappresentare in maniera univoca e tecnicamente efficace il nostro stare al mondo. "Tecnicamente efficace" qui vuole indicare un tipo peculiare di rapporto che noi stessi instauriamo nei confronti del mondo: un rapporto basato sull'utilizzo e la manipolabilità. Così la geometria, nata probabilmente in Egitto per ripristinare i confini dei campi inondata dalle piene del Nilo, è un'astrazione tecnica che ha lo scopo di individuare e misurare forme fisse, ricavando leggi di applicazione utili alla manipolazione e alla trasformazione della materia.

Sappiamo bene che in natura non esiste una sola figura geometrica perfettamente riprodotta, ma è dentro noi stessi che ritroviamo quelle forme, in quanto iscritte nella nostra stessa spazialità (la "matematica" altro non è che la "tecnica" della "mathesis" ovvero della conoscenza mentale, vale a dire che prescinde da qualunque esperienza ed è dunque radicata unicamente in noi: Platone, per questo motivo, sosteneva che conoscere veramente vuol dire "ricordare"). Così, è facile comprendere come la spazialità sia in primo luogo una forma d'astrazione della nostra percezione del mondo, un filtro, per così dire, attraverso cui ci rapportiamo col mondo. Veniamo quindi alla seconda distinzione, di cui dicevamo: lo spazio, così come noi lo percepiamo nella concretezza della nostra vita corporale, non è necessariamente la spazialità in sé, rispetto alla quale non possiamo dire nulla se non per via indiretta. Fu proprio questa la grande intuizione di Kant, che distinse la realtà in *fenomeno* (cioè il modo in cui essa ci appare) e *noumeno* (la realtà in sé), comprendendo che il *noumeno* è qualcosa di definitivamente inaccessibile alla mente e all'esperienza umana, mentre la realtà ci appare sempre in una determinata struttura percettiva e cognitiva, studiabile *a priori*, cioè matematicamente, proprio perché inerente necessariamente al nostro rapporto col mondo. Ed è per questo che le conoscenze matematiche sono valide universalmente, poiché sono quelle che si riferiscono non a questo o a quell'oggetto dell'esperienza, ma alla struttura della nostra esperienza stessa in quanto tale.

## 2. Cenni preliminari sulla temporalità

Un discorso per molti versi simile a quello fatto per la spazialità lo si può fare anche a proposito della temporalità. Ci siamo abituati a considerare il tempo soltanto con riferimento al suo scorrere, scandendolo in un ritmo che è segnato dalle lancette dell'orologio. E tuttavia, ci rendiamo immediatamente conto della parzialità di questa *rappresentazione* del tempo non appena riflettiamo sulla sua intensità: sappiamo bene, cioè, che nell'attesa il tempo "non passa mai", mentre in buona compagnia le ore scorrono rapidissime, "senza accorgercene". Siamo soliti distinguere, pertanto, un "tempo soggettivo" ed uno "oggettivo", e tendiamo a concludere che il tempo "oggettivo", quello scandito dall'orologio, sia quello reale, mentre la percezione che ne abbiamo può essere falsata dal nostro stato d'animo.

Anche in questo caso, però, dimentichiamo che il tempo misurato dall'orologio non è altro che una mera rappresentazione: una semplice convenzione utile a "sincronizzarsi" che, però, non ci dice ancora nulla, di fatto, della temporalità in sé — e nemmeno della temporalità primaria, vissuta nell'esistenza concreta (quella che noi chiamiamo, genericamente, la percezione soggettiva del tempo). Anche in questo caso, dunque, occorrerà distinguere tra rappresentazione del tempo (il "tempo dell'orologio"), il tempo vissuto e la temporalità in sé.

Innanzitutto, si può notare che la temporalità, tanto quella "oggettiva" quanto quella "soggettiva", è in ogni caso radicata in una precisa posizionalità dell'esistenza umana. Per quanto possa sembrare che il tempo non abbia alcun legame con la corporeità, che esso cioè scorra — inesorabilmente — a prescindere da noi, nondimeno, ad un'analisi più dettagliata, non può sfuggire che, in effetti, la temporalità è iscritta nel cuore stesso dell'esistenza umana e della sua corporeità. I cicli astrali, le stagioni, il movimento apparente del sole, hanno pur sempre una precisa relazione con la nostra posizione nel mondo (basti pensare che, compiendo un giro del mondo nella stessa direzione del sole, si "perde" un giorno, come scoprì con sommo stupore Antonio Pigafetta, uno dei pochi uomini partiti con Magellano a sopravvivere alla prima circumnavigazione del globo: rientrato in Spagna il 5 settembre 1522, si rese conto che lì era il 6 settembre, concludendo, dopo lunghi approfondimenti e studi astronomici che, in effetti, la "perdita" del giorno era una conseguenza della circumnavigazione). Ma anche l'orologio, in realtà, trova il suo fondamento nel battito cardiaco (i primi studi di Galileo Galilei sull'isocronismo del pendolo erano, non a caso, basati sul confronto con i battiti del proprio polso, ciò che poi consentì la creazione dell'orologio a pendolo), il cuore essendo in qualche modo un cronometro naturale e fornendo il *ritmo* primario sul quale si scandisce la partitura della nostra esistenza quotidiana: «il cuore è il pendolo della gran macchina», come ebbe a scrivere nel 1843 Natale de Beroaldo-Bianchini nel suo *L'armonia universale. Poema didascalico in sesta rima*. Infine, la temporalità è iscritta nell'esistenza umana, e nella sua corporeità, già sotto la forma dell'invecchiamento.

Anche in questo caso, la filosofia e la letteratura novecentesca hanno contribuito notevolmente ad una totale riconsiderazione della visione corrente e della lettura scientifica del tempo, anzi in misura maggiore che nel caso dello spazio: gli studi di Bergson, l'analitica esistenziale heideggeriana, i romanzi di Proust e Joyce — solo per citare i casi più eclatanti — hanno letteralmente smontato la comune concezione del tempo "oggettivo", causando una vera e propria rivoluzione. Del resto la fisica, con la teoria della relatività di Einstein e, ancor più, con la teoria dei quanti, ha causato una rivoluzione ancor più profonda, contribuendo a distruggere definitivamente il vecchio paradigma concernente le teorie sullo spazio e sul tempo.

Il tempo, che è l'altra *intuizione pura* nell'estetica trascendentale kantiana, costituisce, di fatto, il nodo cruciale, rivelandosi, prima ancora dello spazio, la principale chiave per provare a comprendere il senso e la struttura della realtà in generale. Con ogni probabilità, riuscire a comprendere l'essenza della temporalità equivarrebbe a comprendere qualcosa come la mente di Dio. Senonché afferrare la temporalità

in sé è un po' come afferrare la propria ombra.

### 3. Le "lenti" di Kant

In effetti, come si è accennato, spazio e tempo costituiscono quelle che Kant definì come *intuizioni pure* dell'estetica trascendentale, ovvero di quello che potremmo definire il sistema percettivo umano puro e a priori: lo schema attraverso cui l'uomo percepisce il mondo, prima e a prescindere dall'attuale percezione del mondo di questo o quel singolo essere umano. Dire che spazio e tempo costituiscono delle intuizioni pure vuol dire ribaltare la comune impostazione del problema così come si era posto fino a quel momento: spazio e tempo non sono dati di fatto appartenenti alla realtà, bensì ineriscono allo schema percettivo attraverso cui l'uomo può in assoluto, percepire qualcosa come la realtà. Costituiscono una "griglia", qualcosa di molto simile a un paio di lenti colorate, come le definì lo stesso Kant, che consentono in generale la percezione e senza cui l'uomo non avrebbe alcuna possibilità di percepire la realtà. Oggi possiamo concepire quella griglia come una "interfaccia grafica" e le lenti dello spazio e del tempo come un visore per la realtà virtuale: in effetti, il senso delle lenti kantiane è paragonabile proprio ad un visore che consente di percepire un ambiente digitale. La realtà, in sé (ciò che Kant chiama *noumeno*) non è nulla di percepibile, se non attraverso un'interfaccia corporea le cui principali strutture sono appunto spazio e tempo. In sé, un ambiente virtuale non è altro che un codice alfanumerico più o meno complicato e lungo (anch'esso, peraltro, realizzabile solo attraverso una determinata interfaccia, ovvero un linguaggio), che può essere percepito solo indossando dei dispositivi come i visori o i guanti per la realtà virtuale.

In altri termini, potremmo immaginare il rapporto che intercorre tra essere umano e realtà, come se fosse qualcosa di molto simile al rapporto che intercorre tra il personaggio di un videogioco e l'ambiente grafico che lo circonda: una certa coscienza (quella che in termini tradizionali è stata sempre identificata con l'anima) si incarna in quel determinato personaggio (il singolo essere umano) solo attraverso un dispositivo che gli consenta di interfacciarsi col mondo circostante (il corpo, con il suo schema trascendentale). Per quanto Kant, ovviamente, non si sia mai sognato di parlare di realtà virtuale e videogiochi, pure il suo schematismo trascendentale attua quella che egli stesso definisce una "rivoluzione copernicana", operata nel tentativo di risolvere tutti i problemi legati al dualismo cartesiano, da un lato, e allo scetticismo estremo di Hume: in altri termini, Kant taglia a monte il problema di comprendere quale sia il rapporto tra io e mondo, affermando che la realtà stessa, in quanto tale (il *noumeno*), ci è necessariamente, e definitivamente, preclusa, mentre l'uomo può percepire solo il mondo fenomenico e risalire al massimo allo schema trascendentale che regola i fenomeni, proprio perché l'io umano agisce come un'interfaccia che consente di mettere in comunicazione quelle che Cartesio definiva *res cogitans* (la coscienza, il soggetto) e *res extensa* (il mondo, il corpo). Questo equivale ad affermare che siamo come personaggi immersi in un ambiente virtuale che possono, al massimo, comprendere quali siano le regole che operano all'interno di quell'ambiente, possono imparare anche il linguaggio (matematico) che lo struttura, ma non potrebbero mai, in alcun caso, togliersi gli occhiali e vedere la "vera realtà" di quell'ambiente (in effetti, potremmo immaginare che, togliendo il visore, possiamo sicuramente vedere il mondo reale, ma smetteremmo di "vivere" in quel mondo virtuale e, allo stesso modo, possiamo immaginare che, "staccando la spina", potremmo in qualche modo "vedere" il mondo vero, a pena, però, di "morire" in questo mondo).

Spazio e tempo, dunque, sono le due direttrici principali, attraverso cui l'io può percepire alcunché, le *intuizioni pure* che strutturano la realtà fenomenica nella quale siamo immersi. Ogni cosa che si manifesti cadrà all'interno di queste coordinate: nello spazio, se si tratta di un corpo, o anche soltanto nel tempo, se magari si tratta di un ricordo o anche solo di pura fantasia. Il tempo è l'intuizione pura del senso interiore, lo

spazio, dell'ambiente esterno. Ma a ben guardare, nota lo stesso Kant, lo spazio può essere ricondotto interamente al tempo: infatti qualunque distanza potrebbe essere considerata in termini di tempo occorrente a percorrerla. L'inverso non vale, poiché posso ritornare indietro con la memoria senza alcun bisogno di percorrere un qualche spazio. Questa semplice osservazione è, a un esame più approfondito, di cruciale importanza: lo spazio è una derivazione del tempo, una forma della sua manifestazione, mentre il tempo è interamente riconducibile all'interiorità dell'individuo. Lo spazio, che costituisce il mondo, l'ambiente circostante nel quale siamo immersi, si rivela, di fatto, una derivazione della temporalità intrinseca alla nostra stessa coscienza: la realtà (che, letteralmente, vuol dire l'insieme delle "cose", la "cosalità") è in qualche modo interamente riconducibile alla coscienza interiore del tempo, o, se si vuole, a ciò che comunemente definiamo "mente". La mente e il mondo fanno tutt'uno — ma naturalmente, a questo punto, siamo già ben oltre la riflessione kantiana.

Sarebbe molto difficile provare a contraddire le tesi di Kant, se non impossibile. Il rigore del suo sistema critico è indiscutibile e, in effetti, nessun serio filosofo post-kantiano ha avuto l'ardire di definirsi un denigratore di Kant, né si potrebbe pensare di ignorarlo. Semmai, dopo Kant, diversi filosofi hanno tentato di integrare le sue tesi o di approfondirle: in ogni caso, il suo pensiero costituisce una imprescindibile base di partenza per tutta la filosofia otto-novecentesca. Il neo-kantismo, ovviamente, ma anche l'idealismo o il cosiddetto irrazionalismo, così come l'esistenzialismo, affondano le loro radici nella filosofia kantiana.

Significativamente, fu proprio l'idealismo a imporsi in tutta Europa come immediata conseguenza e approfondimento delle tesi kantiane che abbiamo sommariamente riportato qui: se tutto è riconducibile all'io trascendentale, allora il non-io è *postò* dall'io in una pura idealità (l'ambiente — virtuale — che ci circonda è idealità manifesta a beneficio dell'io che lo pone). In altre parole, è come se una coscienza ideale (non necessariamente identificata con un io individuale) costruisse attorno a sé una pura alterità, ciò che costituisce quel che definiamo mondo fenomenico.

Schopenhauer, poi, sia pure in opposizione all'idealismo (che considerava come una pletora di teorie oziose, fumose ed inconsistenti di pseudofilosofi incapaci di comprendere realmente il senso della filosofia kantiana), in modo assolutamente rigoroso e consequenziale, sviluppò la sua teoria riguardante // *mondo come volontà e rappresentazione*, proprio a partire da ciò che abbiamo appena detto a proposito della relazione che passa tra io e mondo nella filosofia kantiana: la vita altro non è che volontà, ovvero desiderio, che concreosce incessantemente, producendo mondo e sviluppandosi sempre più in una coscienza. La stessa volontà si ritrova nel mondo minerale, la stessa nel mondo vegetale, su su fino alla coscienza umana, attraverso cui essa giunge ad una vertigine tale da rendersi conto che, nella sua insaziabile volontà, l'unico appagamento possibile può trovarsi soltanto nell'abbandono di ogni desiderio (la *nolontà*). D'improvviso, la filosofia occidentale, dopo più di duemila anni, si scopre induista, scopre cioè di condividere la stessa radice del pensiero orientale, basato sul rapporto tra l'illusione del mondo e la vera essenza dell'io (coincidente, al fondo, con la stessa volontà in quanto tale).

#### 4. Una visione alternativa dello spazio e del tempo

Come detto, ogni tentativo di mettere in discussione il criticismo kantiano rischierebbe in ogni caso di risultare goffo e ridicolo. Kant risolve egregiamente una lunga serie di problemi accumulatisi nel corso della storia della metafisica occidentale, e riesce a fondare in maniera chiara, netta e rigorosa la conoscenza umana, su base scientifica. In una certa misura, si può dire che l'intero spirito della scienza moderna si radica e si sostanzia nelle Critiche di Kant e, ovviamente, in particolare nella *Critica della Ragione*.

Tuttavia, è possibile ricavare una visione radicalmente alternativa dello spazio e del tempo, semplicemente risalendo al di qua dei presupposti filosofici che sono implicitamente sottesi alla filosofia kantiana. Già nell'antica Grecia, ad esempio, un filosofo come Zenone negava con decisione le comuni concezioni riguardanti lo spazio e il tempo, le opinioni (*doxa*) correnti contro cui egli scagliava i suoi sagaci paradossi (*paradoxa*). Egli affermava, ad esempio, che se fosse vero che lo spazio e il tempo sono divisibili all'infinito, come tendiamo a credere comunemente, allora una freccia scoccata non potrà mai raggiungere il suo bersaglio, poiché in ogni momento essa si troverebbe sospesa in aria in una certa porzione di spazio, e risulterebbe sempre immobile, per cui dovrebbe immediatamente cadere a terra. Oppure Achille, *più veloce* per eccellenza, non potrebbe mai raggiungere una tartaruga, la quale, per quanto lenta, in ogni momento percorrerebbe una sia pur minima porzione di spazio che la condurrebbe sempre un tantino più in là rispetto alla posizione di Achille. Per quanto si possa credere che la soluzione di questo paradosso sia nel calcolo infinitesimale, non si coglierebbe comunque il senso del problema: anzi, proprio il calcolo infinitesimale è una soluzione, alla fin fine, piuttosto imbarazzante, che aggira il problema ma non lo risolve alla radice, ed infatti è una semplice approssimazione adottata dai matematici per rendere possibile la misurazione dei sistemi continui.

Zenone, in fondo, invitava ad osservare le criticità della nostra visione del mondo, basata su fugaci ed ingannevoli opinioni, per aprirci gli occhi su ciò che il suo maestro, Parmenide, definiva la "Verità ben rotonda", ovvero l'unicità dell'Essere, a fronte della quale la molteplicità e il divenire non sono altro che rivestimenti, apparenze, sì necessarie, ma ingannevoli: se ci fosse una reale distanza tra le cose, se le cose fossero cioè separate e discontinue da un punto di vista metafisico (ovvero, se tra gli essenti vi fossero porzioni di non-essere), semplicemente non vi sarebbe mai nessuna possibilità di movimento e nessuna freccia potrebbe mai raggiungere il suo bersaglio, né una madre potrebbe mai stringere tra le braccia suo figlio.

Questo è in realtà uno snodo cruciale nella storia del pensiero e della civiltà occidentale. Già i filosofi greci, a cominciare da Aristotele, fraintesero completamente l'eleatismo e i paradossi di Zenone, ritenendoli fondamentalmente una provocazione, un passatempo intellettuale e un vuoto sofismo diretto a negare il movimento, il divenire, lo spazio e il tempo. La maggior parte degli autori di manuali scolastici continua a reiterare questo fraintendimento, descrivendo i paradossi di Zenone come curiose argomentazioni dialettiche, utili semmai ad acuire l'intelletto; e la scuola eleatica, in generale, come una filosofia che nega la realtà e afferma l'assoluto immobilismo di un Essere freddo, statico, "morto". Nonostante gli studi, fondamentali, di autori come Ruggiu e Reale, che hanno contribuito notevolmente a proporre una lettura innovativa e più convincente della scuola di Elea, si può dire che la filosofia di Parmenide continui ad essere del tutto misconosciuta. Vale ancora, sostanzialmente, quel che Socrate diceva a proposito del "venerabile e terribile" Parmenide, temendo che non solo noi «non comprendiamo le sue parole», ma, di più, «ci sfugge che cosa aveva nella mente quando le pronunciava».

Del resto, i pochi frammenti delle dottrine eleatiche sopravvissuti, ci sono pervenuti soprattutto grazie a coloro che, come Aristotele, li ha citati per lo più per confutarli, e dunque è difficile liberarli dal peso delle letture successive per riguadagnare l'originarietà di quei detti. In questo contesto, peraltro, quel che più conta è che il pensiero di Parmenide e, con esso, i paradossi di Zenone e le argomentazioni di Melisso contro le tecniche e la medicina, possono aprirci uno scorcio su una visione alternativa al percorso seguito poi dalla filosofia occidentale: a partire da quel che lo stesso Platone ha definito un "parricidio" nei confronti di Parmenide (la separazione, cioè, delle idee dal mondo concreto), e poi ancor più con Aristotele, la filosofia occidentale ha imboccato una via orientata all'intervento tecnico sulle singole realtà, sullo spazio e sul tempo nella loro misurabilità e divisibilità, su una conoscenza astratta, matematica e disincarnata. Ciò che ha condotto, in un progressivo sviluppo e approfondimento di questa frattura tra realtà e apparenza, a quella separazione definitiva decretata da Kant: una separazione tra fenomeno e noumeno, tra realtà e apparenza, tra conoscenza a priori ed esperienza, tra soggetto e oggetto, tra *res cogitans* e *res extensa*.

Risalire a Parmenide e ai paradossi di Zenone consente invece di rimontare ad un momento in cui tale frattura non si era ancora prodotta, un momento nel quale, con le parole di Parmenide, «lo stesso è pensare ed essere». Non dunque, negare il movimento, il divenire, lo spazio e il tempo è il motivo che spinge Zenone a proporre i suoi paradossi, bensì si tratta di un invito a cogliere l'inautenticità della nostra relazione col mondo e con le cose, da noi ritenute discontinue, divise, scisse. Si tratta di imboccare un'altra via, insomma, una via che non nega la realtà e il suo costante divenire, né il movimento, ma che invece risale alla scaturigine prima di ogni cosa e che è riassumibile nell'unità assoluta dell'Essere, che «è e non può non essere».

Il bivio di fronte al quale ci pone Parmenide è in fondo un biforcazione che indica una via "orientale" ed una via "occidentale" alla comprensione del mondo: i paradossi di Zenone assomigliano fortemente a koan dello zen, mirano a distruggere, non già l'esperienza della realtà, ma le convinzioni intellettuali che ci siamo costruiti su di essa. Quando il Maestro insegna ad Herrigel che arco, arciere, freccia e bersaglio sono un'unica cosa, e che questo è il segreto del Kyūdō, non dice nulla di diverso dal paradosso zenoniano della freccia: sarebbe impossibile colpire il bersaglio se la freccia non fosse già sempre stata lì; è impossibile mirare a qualcosa che è separato da noi, non la potremmo mai raggiungere se ci fosse una reale distanza.

## 5. La dimensione autentica della temporalità

Non è un caso se Heidegger, nel suo tentativo di riguadagnare una filosofia che fosse fenomenologicamente pura, abbia dedicato una vita intera a una decostruzione dell'intera storia della filosofia occidentale, risalendo a ritroso nel tempo, fino a quel bivio prodottosi con Platone: da un lato Parmenide e i presocratici, dall'altro l'Oriente. In entrambi i casi si tratta di risalire al di qua della frattura, riguadagnando un pensiero filosofico sorgivo, che ascoltasse l'appello dell'Essere in quanto tale, e non interrogando in maniera funzionale i singoli enti alla ricerca di una conoscenza operativa (tecnica).

*Essere e tempo*, il suo primo lavoro, riconosciuto come uno dei capisaldi della filosofia contemporanea, prendeva le mosse proprio dal tentativo di applicare la fenomenologia all'interrogazione circa l'essere stesso in quanto tale. Nell'impossibilità di indagare direttamente sull'essere, dal momento che l'essere non si dà in nessun ente particolare (da questo punto di vista l'essere è ni-ente, cioè alla lettera nessun ente), l'indagine si concentra necessariamente sull'analitica esistenziale di quell'ente privilegiato che è l'uomo, in quanto esserci in cui l'essere viene a linguaggio, dunque l'ente che è in grado di "ascoltare" l'appello dell'essere: l'uomo è, precisamente, l'unico ente che riconosce l'essere, e quindi è l'ente da interrogare nella sua esistenza onde pervenire a una conoscenza, indiretta, dell'essere in quanto tale.

Questa impostazione del problema filosofico per eccellenza (al fondo, tutte le domande della filosofia possono essere ricondotte a quest'unica domanda: perché, in generale, vi è qualcosa piuttosto che nulla?) è ciò che Heidegger chiama "analitica esistenziale": attraverso tale analisi dell'esistenza umana, Heidegger osserva, dapprima, che l'esistenza è immersa, «innanzitutto e per lo più» (e cioè: sin da subito e nella maggior parte del tempo), in una dimensione di quotidianità che è riassumibile nella "cura". Con questo termine, egli indica l'affaccendarsi costante e quotidiano che caratterizza l'agire umano, votato alla sopravvivenza, in primo luogo, e alla cura di se stesso, dei propri cari e, in generale, del mondo. La cura si manifesta nel lavoro, nelle preoccupazioni, nelle attenzioni e nelle tenerezze, ma anche nella paura, nella violenza ecc. La grande intuizione di Heidegger è l'aver compreso che tale dimensione di cura, riconducibile appunto alla quotidianità, altro non è se non un aspetto della stessa temporalità in quanto tale. La quotidianità nella quale siamo costantemente immersi è infatti una forma della temporalità, una forma inautentica, in quanto si tratta di una di-versione da sé della temporalità originaria che ci attraversa e dalla

quale l'esistenza stessa, in quanto tale, fugge, proprio nel tentativo di permanere in quanto esistenza. La paura della morte che caratterizza appunto l'esistente in quanto tale, altro non è che un tentativo di rifuggire da quella destinazione che ci fonda in quanto esseri viventi, e dunque la cura è una dedizione alla vita che ci fa dis-trarre dall'abisso senza fondo (il termine tedesco è *Ab-grund*, un fondo senza fondamento, lo s-fondo sul quale siamo "gettati", pro-iettati) che ci avvolge e ci fonda. La temporalità inautentica è dunque la quotidiana cura che caratterizza l'esistenza in quanto essere nel mondo, ed è una forma necessaria all'esistenza stessa, in quanto, appunto, e-sistere è uno "star fuori", un e-venire dell'essere alla presenza.

Ma in tutte queste forme inautentiche della temporalità è possibile riconoscerne la forma autentica: l'essere umano, quando si volge a guardare, al fondo, se stesso, scopre appunto l'autenticità della temporalità che gli è più propria (αὐθέντης è ciò che "opera da sé") e che costituisce la sua più intima essenza. La paura della morte, ad esempio, diviene angoscia per la sua ineluttabilità, non appena si rifletta sul fatto che la mortalità è costitutiva dell'esistenza in quanto tale, e che anzi è la possibilità più propria che ci appartiene e che sostanzia la possibilità stessa di esistere. Il tempo dunque, in quanto finitudine, si dimostra essere la dimensione autentica dell'esistenza, che è autoproiezione estatica della temporalità nel mondo.

Questo il punto cui perviene l'analitica esistenziale sviluppata in *Essere e tempo*: la temporalità si rivela come l'orizzonte trascendentale del problema dell'essere. Il che vale a dire che l'essere trova nel tempo lo sfondo che lo sostanzia (in qualche modo, la copula del titolo vale come un identificativo: l'essere è il tempo). La temporalità è l'autentico, in quanto autopoiesi infinita ed indeterminata, pura possibilità che pro-duce mondo, ovvero porta in essere l'intera gamma degli essenti. Essenza della temporalità è l'estaticità, intesa come una fuoriuscita costante da sé, riconoscibile già nella caratteristica più evidente del tempo quotidiano: il fatto che esso fluisce, fugge via, costantemente — tutto scorre. Presente, passato e futuro sono appunto le tre estasi della temporalità, ognuna delle quali si svolge immediatamente nelle altre due: la presenza è un proveniente esserci proiettato in un avvenire; il futuro, una disposizione progettuale proveniente da una presenza; il passato, una presenzialità addivenuta.

Simbolo della temporalità autentica è il fuoco proteiforme, la cui radiosa manifestazione, illuminando gli enti, nasconde costantemente la sua vera essenza. Lo spazio è ciò che Heidegger chiama slargo, una radura "illuminata" dall'orizzonte temporale che, in quanto tale, non si mostra mai se non come altro da sé (il niente che è l'essere di tutti gli enti). Il tempo, nel suo estroflettersi, dà per l'appunto "spazio" al mondo, che ne è l'ornamento, ovvero la sua manifestazione: *mundus* deriva infatti dalla radice sanscrita *mand*, "ornare", la stessa che si ritrova nel *mandala*, il cerchio che racchiude l'essenza del cosmo (nonché la sua impermanenza).

## 6. La via autentica e la via inautentica

Oriente e Occidente sono in realtà molto più vicini di quanto non sembri: al cuore della filosofia occidentale, così come nel suo estremo sviluppo, ritroviamo gli stessi principi che animano le più raffinate forme del pensiero orientale. Del resto, all'Oriente non sono affatto estranei atteggiamenti e forme tipiche del pensiero occidentale, e l'estrema occidentalizzazione di paesi come il Giappone, la Cina, l'India, lo dimostra.

La filosofia di Heidegger è stata subito accolta con molto interesse in Giappone, dove si è sviluppata, nel corso del Novecento, una fiorente scuola di filosofia comparata, la Scuola di Kyoto, presso cui la



ricezione di Heidegger, insieme a Nietzsche, Husserl ed altri grandi pensatori europei, si è arricchita di un profondo confronto con l'essenza dello zen. Lo stesso Heidegger, dal canto suo, ha studiato con interesse i classici cinesi come il *Daodejing* e si è confrontato spesso con filosofi giapponesi e monaci zen, ritrovando profonde affinità con la sua filosofia (alcuni studiosi hanno addirittura suggerito che Heidegger non avrebbe fatto altro che tradurre in termini occidentali suggestioni orientali).

In particolare, colpisce immediatamente l'affinità tra l'autenticità heideggeriana, fondata sul "vivere per la morte" (cioè sull'intrinseca finitudine dell'esistenza umana) e la saggezza zen che pervade interamente la cultura giapponese. Si solito si intende nella parola "autenticità" qualcosa come un sinonimo di verità: un documento autentico è un documento certificato, originale, veridico. In realtà l'uso giuridico e burocratico di questo termine ha finito col farci dimenticare l'autentica etimologia dell'autenticità: un documento è detto "autentico" proprio in quanto è sottoscritto dall'autore in maniera veridica (altrimenti è contraffatto), e dunque ha un valore in sé, senza ulteriori certificazioni esterne. Di qui discende poi l'uso corrente di "vero".

In realtà, un oggetto inautentico è altrettanto vero e reale di un oggetto autentico. La differenza è sulla fondatezza del suo valore: un diamante autentico vale quel che vale; uno zirconio, spacciato per un diamante, acquista un valore fasullo. Ciò non toglie che lo zirconio, in quanto zirconio, ha in ogni caso un suo autentico valore.

Allo stesso modo, l'esistenza umana può essere caratterizzata da autenticità, allorché la sua attenzione si rivolge e si radica interamente in se stessa. Viceversa, sarà detta inautentica l'esistenza tutta estroflessa nella semplice quotidianità, nell'affacciarsi eterodiretto, nel negozio e nel commercio con le cose del mondo. Ogni essere umano vive per lo più nell'inautenticità della cura quotidiana, e non potrebbe essere altrimenti. L'esistenza stessa, proprio in quanto temporalità, si manifesta nell'estroflessione quotidiana. Ma può consapevolmente, altresì, rivolgersi alla propria più intima essenza, ritrovando quindi l'autenticità della propria esistenza. Questo è in fondo il senso di qualunque esercizio spirituale, che si tratti di meditazione o di preghiera, o anche di esercizio fisico.

A ben guardare, in ogni momento della nostra esistenza siamo posti in una crisi profonda, di fronte alla quale dobbiamo consapevolmente o meno operare una scelta: la crisi, in effetti, altro non è che un bivio, di fronte al quale dobbiamo decidere quale via intraprendere. Una via è quella dell'inautenticità, nella quale "smettiamo di pensare", "di porci problemi inutili", rifuggiamo insomma dall'angoscia di guardare alla più profonda essenza di noi stessi, la temporalità che informa la nostra finitudine, e ci rivolgiamo alle cose del mondo, agli affari, ai risultati da conseguire ecc. L'altra via, quella dell'autenticità, volge le spalle, in qualche modo, al mondo, per rivolgersi all'assente sfondo che fonda e sostanzia l'intera molteplicità degli enti e riconosce l'inconsistenza delle cose.

Una simile via non nega il mondo, né le cose del mondo: non si tratta di riconoscere la vacuità o l'illusorietà dei fenomeni. Né la via inautentica è di per sé un'illusione: illusoria, semmai, è la percezione della loro discretezza, della separazione e della loro permanenza. La via autentica è, per dirla con Parmenide, quella che dice che l'essere è. La via inautentica dice non è: questo non è quello, l'essere può diventare non essere, e così gioca nel mondo, cercando di mantenere integra la propria salute, affannandosi per ottenere e mantenere i risultati acquisiti, una posizione, il lavoro, i soldi, e così via. La via autentica è riconoscere vano questo affannarsi, non già perché tutto è vacuo, ma proprio in quanto l'essere è e non può non essere: non c'è alcun bersaglio da colpire, poiché la freccia e il bersaglio già sono da sempre lo stesso.

Recentemente, diversi fisici, tra cui l'italiano Carlo Rovelli, negano l'esistenza del tempo, dichiarando che si tratta, fondamentalmente, di un'illusione della mente, che non ha alcuna grandezza fisica (in pratica negano il tempo assoluto newtoniano). La fisica quantistica sta sempre più sgretolando l'immagine di un tempo inteso come una linea sulla quale si collocano gli eventi. Al suo posto subentra un'idea nella quale diversi presenti, anche alternativi, coesistono tutti in una sorta di matrice statica. In verità,

inconsapevolmente, le teorie quantistiche non fanno altro che confermare non già l'inesistenza del tempo, bensì la sua totale estroflessione. Come lo zero, il tempo (e, dunque, l'essere nella sua dimensione più autentica) è un punto vuoto estroflesso nell'evenienza di tutte le cose. È la Possibilità stessa, una matrice vuota che in sé contiene tutte le possibilità.

## 7. Il “qui ed ora” come espressioni autentiche dello spazio e del tempo

Gli esercizi spirituali, in qualunque contesto culturale siano sorti, sono appunto una via per risalire ad una dimensione autentica dell'esistenza, ciò che fa ricollocarci al centro stesso della creazione, nel cuore della Possibilità, ciò che i cinesi nominavano con Tao, la “via” che tutto avvia. Lo Zen, risultato dell'incontro tra Buddhismo e Taoismo, trova nella meditazione la strada maestra per pervenire all'illuminazione, ovvero a questa centralizzazione dell'esistenza nel cuore del Tao. Le diverse vie rappresentate dai dō della tradizione giapponese, sono appunto altrettanti metodi di meditazione per attingere a questa consapevolezza. Ogni azione, ogni gesto, come ogni esercizio, può in verità essere compiuto in modo autentico o inautentico, a seconda della disposizione interiore di chi pratica. Si può pregare con assoluta intensità ed autenticità, ovvero con paura, timore, interesse egoistico: Meister Eckhart affermava che la maggior parte dei credenti tratta Dio come una vacca da mungere, pregandolo soltanto per ottenere in cambio vantaggi. Allo stesso modo, si può dedicare alla creazione di un presepe un'attenzione e una cura da rendere quell'atto un vero omaggio a Dio.

L'efficacia di certe pratiche, consiste semmai nella capacità di indirizzare anche la persona più inautentica ed inconsapevole sulla via dell'autenticità. Per secoli, in Cina e in Giappone si è dibattuto circa l'efficacia della pratica di ripetere il nome del Buddha Amida: in qualche modo, il semplice atto di recitare quel nome, sembrava possedere il potere di “salvare” il praticante. Qualcosa di simile accade con certe preghiere cristiane, come il Padre Nostro.

Ad ogni modo, l'efficacia dei dō consiste proprio nel fatto che chi si avvicina ad essi, di solito non ha la minima intenzione di scegliere una via autentica, e ciò nonostante il fatto stesso di star praticando una determinata “via”, un dō, lo indirizza verso la Via dell'autenticità. L'aikidō nasce con l'intento precipuo di indirizzare il praticante lungo una via di armonizzazione, in cui la fusione dell'aiki diventa una graduale reintegrazione delle alterità. Dapprima si tratta di reintegrare le funzioni psico-fisiche dell'individuo. Poi armonizzare la relazione io-tu. Quindi io-mondo ecc.

Tali livelli di integrazione sono in verità sempre sovrapposti: nessuna unità psico-fisica è possibile senza il confronto con l'alterità, ad esempio. Da qui la costante frustrazione che si prova nella pratica: fintantoché non si sia raggiunta la meta, la pratica non potrà che essere parziale, dunque faticosa, fondamentalmente frazionata in una pluralità di concetti, kata, posizioni, relazioni, che non sembrano trovare mai un equilibrio e un'unità.

In tutti questi livelli, sui quali ci si può concentrare via via da diverse angolature (l'aspetto meramente tecnico, quello atletico, la respirazione, la sensibilità e così via), agisce a ben guardare, come chiave di volta, una particolare relazione che intercorre con la spazialità e la temporalità, l'integrazione delle quali costituisce, da un certo punto di vista, almeno, lo scopo ultimo di qualunque pratica. Si tratta di accedere a quell'autentica dimensione dello spazio-tempo racchiusa in un'espressione, sovente addirittura abusata, che risale al latino *hic et nunc*, il “qui ed ora”, ma che trova una precisa corrispondenza non solo nello zen ma, in verità, presso ogni dottrina religiosa o iniziatica.

Matteo afferma: «Non preoccupatevi dunque del domani, perché il domani si preoccuperà di se

stesso» (6, 34); e Luca: «Nessuno che abbia messo mano all'aratro e poi riguardi indietro è adatto al regno di Dio» (9, 62). Sono qui condensate le preoccupazioni proprie della via inautentica, ciò che produce l'illusione del passato e del futuro. Viceversa, la "retta via" della Bibbia, che poi è la via dell'autenticità, mira non già al presente, inteso come attimo che intercorre tra il passato e il futuro, bensì alla Presenza, all'Essere, quindi alla temporalità in quanto tale.

Nel "qui ed ora" è indicata la direzione per il riattigliamento della dimensione autentica dello spazio e del tempo: il qui è lo spazio, lo slargo che rende possibile il manifestarsi di ciò che accade; l'ora, l'accadere attuale. In ciò è racchiusa l'essenza dell'evento, dunque la realtà nel suo manifestarsi — qui ed ora, appunto. L'aikidō, al pari degli altri dō, insegna in realtà a reintegrare una tale dimensione della spazialità e della temporalità nella propria coscienza (o meglio, mira a reintegrare la nostra coscienza nell'autenticità del qui ed ora), onde pervenire ad un superamento delle illusorie agitazioni dell'anima che producono ansie, paure, violenze, distinzioni di ogni sorta. «Un colpo — una vita»: tale precetto del kyūdō si applica altrettanto bene all'aikidō (e, in generale, a qualunque pratica).

Ō Sensei affermava:

Ogni giorno della vita umana porta serenità e cruccio, sofferenza e piacere, tenebre e luce, crescita e declino. Ogni singolo momento fa parte del grande disegno della natura; non respingete, né ostacolate l'ordine cosmico delle cose. Attendete con gioia il giorno che viene, accettando qualsiasi evento rechi con sé. La vita è sempre un processo, e tutti noi siamo soggetti alla ruota della fortuna: un eterno alternarsi di buona e cattiva sorte, prosperità e povertà, salute e malattia, stabilità e cambiamento. Stimolandoci a essere più coraggiosi, saggi, benevoli ed empatici, la filosofia dell'aikido ci fornisce i mezzi per affrontare le sfide dolorose e difficili. Non guardate a questo mondo con timore e avversione. Affrontate con coraggio tutto ciò che gli dei vi mandano. In situazioni estreme, l'intero universo diventa nostro nemico; in simili tempi di crisi, l'unità di mente e tecnica è fondamentale: non lasciate che il vostro cuore vacilli!

Da questo punto di vista, i kata, le tecniche, gli attacchi, non sono che forme mutevoli, le preoccupazioni inautentiche, ancorché necessarie, che ci dis-traggono dall'autentica via dell'aikidō. L'autenticità è espressa dal *makoto*, che indica gli "atti sinceri": spontaneità e sincerità è l'essenza dell'aikidō. Laddove il *nen*, la "concentrazione", la "riflessione" nella pratica, può essere diretto anche in modo distruttivo: «è un errore se il *nen* dell'individuo è associato ai desideri della sua parte più debole. Dal momento che l'allenamento basato su idee sbagliate va contro la verità dell'universo, esso può provocare tragiche conseguenze, e perfino la distruzione».

Troviamo qui, in fondo, la stessa crisi che si presenta nella filosofia parmenidea: possiamo studiare, in maniera inautentica, una lunga serie di tecniche con lo scopo precipuo di "difenderci" o uscire vincitori da un combattimento — possiamo cioè immaginare che l'unità originaria dell'Essere sia spezzata e andare contro la "verità dell'universo", opponendoci ad un eventuale aggressore. Il waza, le tecniche, rischiano a questo punto di diventare una gabbia mentale nella quale ci rinchiudiamo per sentirci protetti, precludendoci definitivamente la possibilità di metterci in sintonia con la "verità dell'universo", ovvero con la temporalità autentica del qui ed ora: «Le tecniche dell'aikido cambiano continuamente; ogni incontro è unico, e la corretta reazione deve emergere spontaneamente. Le tecniche di oggi saranno diverse domani. Non lasciatevi coinvolgere dalla forma e dall'apparenza. Il vostro obiettivo finale deve essere quello di dimenticare la tecnica».

Dimenticare la tecnica, ovvero: liberarci dai condizionamenti mentali, che ci fanno dire qui e lì, prima e dopo, io e tu; e piuttosto aprire gli occhi sull'unicità dell'evento che accade, per l'appunto, qui ed

ora. Con le parole di Ō Sensei: «La vera vittoria è la vittoria su se stessi qui ed ora».