

KURAI NI KAGE

Ombra nel buio

Bollettino Informativo

Kuro Kumo Ryu Ninjutsu



POLISPORTIVA O.PUTINATI



INDICE



In Questo Numero:

Ermetismo:

*Il Pimandro di Ermete Trismegisto.
pag 4-5. (prima parte)*

Mikkyo:

L'Aura Bioenergetica. pag 6-7

Ninjutsu/Ninpo: pag 8

Il Senso del Dovere:

(Giri). Dojo & Shidoshi:

Uchi Deshi, Soto Deshi



Erboristeria:

Le Erbe delle Donne. pag 9

Buddhismo:

Mondo e Koan. Pag 10-11 (prima parte)

Percorrendo la Via:

Riflessioni (Insegnamento) pag-12

Psicologia delle chat- pag13



Storia del Giappone: Antica o classica

Periodo Heian (794 - 1185) pag-14-15-16

Premessa



Shikin Haramitsu Daikomyo.

La funzione di un Sensei è quella di insegnare, ma come si deve trasmettere un insegnamento? Sono convinto che debba esistere un equilibrio tra due vie principali; la via della benevolenza e quella della severità.

Attraverso la via della benevolenza si insegna creando un clima a misura di tutti senza distinzione, è un po' come paragonare questa via alla Via Larga (Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono coloro che entrano per essa Matteo 7:13,14.).

Con questo tipo di insegnamento si mantiene un rapporto fruttuoso di collaborazione, ma come potrebbe non essere così? Chi rifiuterebbe un rapporto quasi collaborativo con l'Insegnante? Senza eccessive costrizioni, senza ordini o eccessiva disciplina?

Il mio turbamento consiste proprio in questo ed è basato sul concetto/precetto seguente: "Quanto stretta è invece la porta e angusta la via che conduce alla vita! E pochi sono coloro che la trovano!" Devo dunque rinunciare al numero per dedicarmi alla qualità di pochi? È una via così stretta che non può essere facilmente scorta. Dobbiamo cercarla con tutto il nostro cuore, mente, anima e forza. Infatti si dice che sono pochi quelli che la trovano. È così stretta che ci si può passare solo uno alla volta. Questo significa che dobbiamo lasciarci indietro i nostri "bagagli". Chi è disposto a farlo? Chi è disposto attraverso il Magokoro (Giusto Cuore) verso se stessi e verso i propri compagni, a ricevere l'insegnamento attraverso il Nintai (Perseveranza) e l'applicazione ferrea dei nostri precetti morali?

Quanto ci stiamo mentendo? Quanto ancora dovremo mentirci? Siamo veramente disposti a ricevere anche la severità implicita implacabilmente nella nostra Scuola? O la rigetteremo in quanto troppo rigida, rigida fuori luogo? Ci stiamo chiedendo:

"Ma io sono venuto solo per imparare a difendermi?"

"Ma in fin dei conti qui non siamo nell'Esercito?"

"Ma che ragione c'è a fare quello che facciamo?"

Oppure pensare che l'Insegnante non ha il diritto di dirigere e comandare al pari di un Generale.

Vi invito quindi a riflettere su due frasi tratte dal Budō Reigi che dicono:

Tutto incomincia dal basso

La parola del Maestro è legge, per cui non si dovrebbe chiedere, non si dovrebbe mettere in discussione, non si dovrebbero compiere azioni che possano andare contro l'insegnamento impartito.

E vi invito anche a riflettere che in un Dōjō classico (e noi lo siamo nonostante la Disciplina praticata non sia Budō, ma Bugei) "si cerca un costante perfezionamento interiore", "Ci si comporta secondo Giustizia e con Rettitudine" e "Si agisce col massimo Rispetto degli altri".

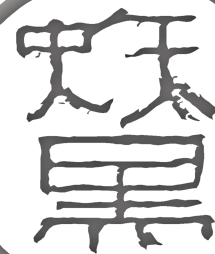
Per cui la mia richiesta è quella di prendere gli errori come gradini da salire per migliorarsi, ma che allo stesso tempo considerare che un gradino, una volta percorso non è più utile se non nello scendere, e scendere non è il nostro comune obiettivo per cui va da se che ripetere i medesimi errori diviene controproducente ed involutivo. E che per crescere è necessario porsi degli obiettivi dove gli errori sono necessari ma che allo stesso tempo è anche buona cosa evitarli.

Alberto Bergamini

Sensei KuroKumo Ryu Ninjutsu

Ermetismo

il Pimandro di Ermete Trimegisto



Mentre un giorno io riflettevo sugli esseri e il mio pensiero s'era elevato e tutte le mie sensazioni s'erano assopite - come avviene a chi è immerso nel sonno per sazietà, per lussuria o per stanchezza - mi parve che un essere immenso, senza limiti, mi chiamasse a nome e mi dicesse : " Che cosa vuoi udire e vedere che cosa vuoi apprendere e conoscere? " " E chi sei tu ? " dissi io. " Io sono - rispose - Pimandro , l'Intelligenza suprema. Io sono quel che tu vuoi e dovunque io sono con te " . " Io voglio - dissi - essere istruito sugli esseri, comprendere la loro natura e conoscere Iddio " . " Raccogli nel tuo pensiero tutto quello che vuoi sapere - mi disse - chè io t'istruirò " . Ciò detto, egli mutò di forma e allora, subitamente, tutto mi fu chiaro ed io vidi uno spettacolo prodigioso. Tutto diventava una dolce e gaia luce la cui vista mi rallegrava. Ma tosto discesero tenebre cupe e orribili di forme tortuose: mi parve che queste tenebre mutassero in non so qual natura umida indicibilmente sconvolta esalante fumo come da fuoco ed un rumore indescrivibile, lugubre. E ne uscì un grido inarticolato che sembrava la voce stessa della luce. Una parola santa discese dalla luce sulla natura e un fuoco puro si sollevò dalla natura umida verso l'alto, ed era sottile, penetrante e, nello stesso tempo, attivo. E l'aria, per la sua leggerezza, seguiva il fluido sollevandosi dalla terra e dall'acqua sino al fuoco, talchè sembrava sospesa. La terra poi e l'acqua restavano mescolate insieme in modo che non si poteva scorgere la terra attraverso l'acqua ed entrambe si muovevano per la parola spirituale che si udiva. " Hai compreso - mi disse Pimandro - il significato di questa visione? " " Sto per comprenderlo " risposi. " Questa luce - disse - sono io, l'Intelligenza, il tuo Dio che precede la natura umida uscita dalle tenebre, e il Verbo luminoso che emana dall'Intelligenza è figlio di Dio " . " Che vuoi dire? " domandai. " Ascolta : quello che in te vede e intende è il Verbo, la parola di Dio; l'Intelligenza è il Dio Padre. Essi non sono separati poiché l'unione è la loro vita " . " Io ti ringrazio " risposi. " Comprendi dunque la luce - disse - e conoscala " . A queste parole egli mi fissò a lungo ed io tremai nel guardarlo. E ad un cenno di lui vidi nel mio pensiero la luce e le sue potenze inimmerevoli, il mondo infinito prodursi e il fuoco, mantenuto da una forza immensa, arrivare al suo equilibrio. Ecco quel che compresi guardando attraverso la parola di Pimandro. E come io ero ripieno di stupore, egli mi disse : " Tu hai visto nel tuo pensiero, la forma primordiale anteriore al Principio infinito " . Questo mi disse Pimandro. E io risposi : " Donde son venuti gli elementi della natura? " E di nuovo mi disse : " Dalla volontà di Dio che, avendo preso il Verbo e contemplando il mondo bello, l'imitò e costruì il mondo con elementi presi da sé stessa e con germi d'anime. L'Intelligenza, il Dio maschio e femmina insieme, che è vita e luce, generò, mediante il Verbo, un'altra Intelligenza creatrice, il Dio del fuoco e dello spirito che formò, a sua volta, sette ministri racchiudenti nel loro circolo il mondo sensibile; e il loro governo dicesi Fato. " Il verbo di Dio si sollevò bentosto dagli elementi inferiori nella pura creazione della natura.



e si unì al pensiero creatore poiché era della medesima essenza. E gli elementi inferiori e irragionevoli furono lasciati allo stato di semplice materia. Il pensiero creatore insieme col Verbo, avvolgendo i cerchi e imprimendo loro una rotazione rapida, riportò le sue creazioni su loro stesse e le fece girare dal loro principio indefinito alla loro interminabile fine, poiché sempre esse cominciano là dove finiscono. Questa circolazione, per volere dell'Intelligenza, fece uscire dagli elementi inferiori gli animali senza parola cui non fu data la ragione: l'aria portò i volatili, l'acqua i natanti. La terra e l'acqua furono separate l'una dall'altra secondo il volere dell'Intelligenza, e la terra fece uscire dal suo seno gli animali che conteneva: quadrupedi, rettili, bestie feroci e domestiche. " Ma l'Intelligenza, origine di tutte le cose, che è vita e luce, generò l'uomo simile a sé e l'amò come la sua creatura poiché era bellissimo e riproduceva l'immagine del padre. Dio amava dunque, in realtà, la sua propria forma. E consegnò all'uomo tutte le creature. Ma l'uomo, avendo meditato sull'opera della creazione, volle creare anche lui e si separò dal padre entrando nella sfera della creazione. Avendo pieni poteri, meditò sulle creazioni dei suoi fratelli e questi l'amarono e ciascuno lo fece partecipe della propria stirpe. Allora, conoscendo la loro essenza e partecipando della loro natura, volle rompere il limite dei cerchi e sorpassare la potenza che risiede nel fuoco. (Alla caduta si deve creazione della donna, e non a questa la causa della caduta). " E questo sovrano del mondo e degli esseri mortali e privi di ragione emerse, attraverso l'armonia, rompendo la potenza dei cerchi, e rivelò alla natura inferiore la bella immagine di Dio. E riguardandone la meravigliosa bellezza dove tutte le energie dei sette ministri erano unite alla forma di Dio, sorrise d'amore poiché aveva visto l'immagine della bellezza dell'uomo nell'acqua e la sua ombra sulla terra. Ed egli, riguardando nell'acqua il riflesso della propria forma, s'innamorò di lei e volle possederla. L'energia accompagnò il desiderio e la forma, priva di ragione, fu concepita. La natura s'impadronì del suo amante e l'avvolse tutto, ed essi s'amarono. (Creazione della donna). " Ed ecco perché, solo fra quanti esseri vivono sulla terra, l'uomo è duplice, mortale nel corpo, immortale nella sua essenza. Immortale e sovrano di tutte le cose, è sottomesso al fato che governa ciò che è mortale; superiore all'armonia del mondo, egli è schiavo dell'armonia; è maschio e femmina come suo padre e, superiore al sonno, è dominato dal sonno " .

Ermetismo

il Pimandro di Ermete Trimesto



" Questo discorso mi piace " disse allora il mio pensiero. E Pimandro:" Ecco il mistero che è stato finora nascosto. La natura unita all'uomo ha prodotto la più straordinaria meraviglia. Essendo, come t'ho detto, composta d'aria e di fuoco come i sette principii dell'armonia, la natura non s'arrestò, ma subito generò sette uomini, rispondenti ai sette ministri, androgini e d'un ordine superiore ". Dopo ciò : " O Pimandro - esclamai - un gran desiderio mi ha preso e voglio ascoltare: non correre ". " Ma taci - disse Pimandro - poiché io non t'ho ancora spiegato tutto ". " Ecco, io mi taccio " risposi. " La generazione di questi sette uomini, come ho detto, ebbe luogo in questo modo. La terra era femmina, l'acqua generatrice; il fuoco fornì la maturità, l'aria il soffio, e la natura produsse i corpi di forma umana. L'uomo ricevette dalla vita e dalla luce l'anima e l'intelligenza; l'anima gli venne dalla vita, l'intelligenza dalla luce. E tutti i membri del mondo sensibile rimasero così fino alla perfetta evoluzione dei principii e dei generi. Ed ora ascolta il resto del discorso che vuoi conoscere. Essendo finito il periodo, il legame universale fu sciolto dal volere di Dio, poiché tutti gli animali, prima androgini, furono divisi nello stesso tempo come l'uomo e si formarono i maschi e le femmine. Allora Iddio disse la parola santa : " Crescete in accrescimento e moltiplicate in moltitudine, voi tutti, opere e creature mie; e colui che ha l'intelligenza sappia che è immortale e che la cagione della morte è l'amore del corpo, e conosca tutti gli esseri ". " Dopo queste parole, la sua provvidenza unì le coppie secondo leggi fatali e armoniche, e stabilì le generazioni. E tutti gli esseri si moltiplicarono per generi. E colui che conobbe sé stesso arrivò al bene perfetto, ma colui che, per un errore dell'amore, amò il corpo, quegli va errando nelle tenebre, sottomesso, per i sensi, alle condizioni della morte ". " Qual è, dunque - diss'io - il torto così grande degl'ignoranti perché siano privati dell'immortalità? ". " Sembra - rispose - che tu non abbia compreso quello che hai udito: non t'avevo raccomandato di riflettere? ". " Io ho riflettuto, ed ora mi ricordo e ti ringrazio ". " Se hai compreso, dimmi perché quelli che sono morti sono degni della morte ". " Perché - risposi - il nostro corpo proviene da quella lugubre oscurità ond'è uscita la natura umida di cui il corpo è formato nel mondo sensibile, donde deriva la morte ". " Tu hai ben compreso - disse. -Ma perché colui che ha riflettuto su sé stesso corre verso Dio, come dice la parola divina? ". " Perché - diss'io - di vita e di luce è formato il Padre di tutte le cose donde è nato l'uomo ". " Bada a quello che dici! - soggiunse. - Dio e il Padre dal quale l'uomo è nato sono luce e vita. Questo mi disse Pimandro. " Ma ora - dissi io - dimmi: come potrò entrare nella vita, o intelligenza? ". " L'uomo che ha l'intelligenza - rispose il Dio - conosca sé stesso ". " Tutti gli uomini - diss'io - non hanno dunque intelligenza? ". " Parla un po' meglio! - disse. - Io, l'Intelligenza, assisto i santi, i buoni, i puri, i caritatevoli, coloro che vivono in pietà. Il mio potere è per loro un soccorso e cos' essi conoscono tutto ed invocano il Padre con amore e gli dedicano le azioni di grazia, benedicendolo, e gli cantano gl'inni con passione, e, prima d'abbandonare il loro corpo alla morte, detestano i sensi

di cui conoscono le opere, o piuttosto, io, l'Intelligenza, non lascerei compiere le opere del corpo; come un portinaio io chiuderei la porta alle opere cattive e detestabili, rimuovendone i desideri. Ma in quanto agli stolti, ai cattivi, ai viziosi, agli invidiosi, agli avidi, agli assassini ed agli empîi, io sono lontano da loro e li abbandono al demone vendicatore che versa nei loro sensi un fuoco penetrante, li spinge sempre più verso il male per aggravare la loro pena e, senza posa, eccita le loro passioni con insaziabili desideri e come nemico invisibile, li tortura e ravviva in essi la fiamma inestinguibile ". " Tu m'hai istruito su tutto - diss'io - come desideravo, o Intelligenza; ma chiariscimi il modo come avviene l'ascensione ". " Sul principio, - disse Pimandro - nella dissoluzione del corpo materiale, questo consegna sé stesso alla trasformazione; sparisce la forma che tu avevi; il carattere, perdendo la sua forza, è consegnato al demone: i sensi tornano alle loro sorgenti e, diventati delle parti, si confondono tra le energie. Le passioni e i desideri rientrano nella natura irrazionale; ciò che resta s'innalza così attraverso l'armonia, abbandonando alla prima zona la facoltà di crescere e decrescere, alla seconda l'industria del male e l'inganno divenuto impotente, alla terza l'illusione ormai incapace di desideri, alla quarta la vanità del comando che non può più essere soddisfatta, alla quinta l'arroganza empia e l'audacia temeraria, alla sesta l'attaccamento alle ricchezze ora senza effetto, alla settima la menzogna insidiosa. E, spogliato così di tutte le opere dell'armonia, giunge all'ottava zona, non avendo più che il suo proprio potere, e canta, con gli esseri, inni in onore del Padre. Quelli che sono colà gioiscono nella sua presenza, ed egli, divenuto simile a loro, ode la voce melodiosa delle potenze che sono al disopra dell'ottava natura e cantano le lodi di Dio. E allora salgono, per ordine, verso il Padre e s'abbandonano alle potenze e, divenuti tali, nascono in Dio. Questo è il bene finale di quelli che posseggono la Gnosi: divenir Dio. E tu che aspetti? Perché, avendo tu saputo tutto, non mostri la via agli uomini affinché, per tuo mezzo, il genere umano sia salvato da Dio? ". Ciò detto, Pimandro si mescolò con le potenze.

FINE PRIMA PARTE

Aura Bioenergetica



Una volta che avete compiuto il primo esercizio almeno una decina di volte potrete passare al seguente. Si tratta di visualizzare lo stesso simbolo tramite lo stesso procedimento usato in precedenza, l'unica variante è che ora non proietterete la figura sulla parete, ma ad una decina di centimetri da essa; questo esercizio dovrà essere ripetuto finché non riuscirete perfettamente a portarlo a termine. Per questo terzo esercizio non sarà necessario usare nessun simbolo da visualizzare, ma userete un oggetto reale, dapprima potrà essere qualcosa di semplice, come ad esempio un piatto, poi quando avrete fatto pratica potrete usare la copertina di un libro illustrato, ed infine un oggetto in movimento, come una pallina da tennis. Il procedimento è semplice, si tratta di osservare con cura l'oggetto prescelto, in tutti i suoi dettagli, poi di visualizzarlo dentro la propria mente, il più vividamente possibile. Solo allora, quando l'oggetto vivrà dentro di voi, potrete dire che l'esercizio è riuscito e concluso. Questo esercizio consiste nell'ottenere quel particolare "Lampo" nel rimettere a fuoco la percezione, potere mentale fondamentale, e può essere condotto così: "Trasferite lo sforzo vitale del nervo ottico alla percezione mentale o pensiero visivo, distinto dalla visione dell'occhio. Fate scivolare una forma di percezione nell'altra. Ottenete la realtà della visione sognata avvalendovi della volontà positiva nello stato di veglia". E' bene si conduca sempre questo esercizio in modo che sia interamente sotto il controllo della propria volontà. Non deve mai essere fatto se non quando lo si vuole fare, e questo non deve mai avvenire mentre si è occupati negli ordinari doveri quotidiani. Abbiamo trovato che uno dei migliori modi per condurre la prima parte di questo esercizio è di portare l'oggetto in buona luce su di una superficie di un solo colore, scuro o chiaro, e di usare un tubo di carta o di cartone lungo venticinque centimetri e del diametro di sei o sette per osservarlo attraverso di esso, con l'occhio destro e col sinistro alternativamente. Si può anche usare un tubo rettangolare guardando così con entrambi gli occhi contemporaneamente. Poi, mentre l'oggetto è ben stabile nel campo visivo, gli occhi dovrebbero essere messi leggermente fuori fuoco come talora avviene quando si sogna ad occhi aperti, e l'immagine portata mentalmente nell'interno della propria mente. Quando si sarà raggiunto un certo grado di facilità nell'esercizio si potrà tentare l'altra metà dell'operazione. Si tratta di osservare l'oggetto scelto e trasferirlo percettivamente come nella prima parte dell'esercizio, poi, dopo essersi procurati uno schermo di colore unico, preferibilmente scuro, trasferire l'immagine mentale su di esso. Anche in quest'esercizio si dovrà avere la pazienza di aspettare il "Lampo" psichico, l'unico avvertimento è che nessuna immagine o proiezione involontaria dovrà essere creata, o meglio, non si dovrà permettere a nessuna proiezione di affacciarsi alla coscienza. Un altro esercizio sarà fatto usando lo stesso metodo dell'esercizio visivo, solo che, invece di un'immagine verrà usata una voce o un suono modulato. Il procedimento è questo: "Dovrai trasferire la percezione a livello mentale (dopo un minuto circa, l'aiutante che fornisce la voce, o colui che gestisce il suono, dovrà tacere). Quando lo spostamento della percezione auditiva sarà di facile attuazione, si dovrà tentare la proiezione inversa, servendosi di una conchiglia o di una conchiglia o di auricolari, proiettando le immagini auditive fino a che non appaiano oggettive, cioè reali. Lo scopo è di "Udire con l'immaginazione" ad esempio qualcuno che legge, la cui voce ci è familiare. Questo esercizio è molto importante quando lo studioso tenta il lavoro con il metodo dei Nomi Vibrati.



L'esercizio dei colori lampeggianti è molto importante per l'immaginazione visiva dello studioso. Si tratta di costruire un disco rosso, la cui superficie sia sfaccettata di forme esagonali color verde vivo. Quello che siamo andati a costruire è un ottimo strumento per ottenere una cooperazione tra i livelli conscio e subconscio. Se guardiamo con calma il disco concentrando l'attenzione sul campo rosso, viene un momento in cui i muscoli dell'occhio si rilassano completamente, ed il loro fuoco si altera. Allora, immediatamente, il verde complementare lampeggia e in egual modo lampeggia il rosso complementare delle cariche verdi, con il risultato che il disco appare vivo di lampi rossi e verdi. Una rilassata e prolungata osservazione di questa tavoletta provoca una condizione nella quale siamo intonati con l'energia psichica che è in noi stessi.

Sulla visualizzazione.

Queste sono delle semplici istruzioni per il controllo visivo e mentale.

- 1) Costringere la mente a concentrarsi su di un singolo oggetto immaginato.
- 2) Combinare semplici oggetti: ad esempio, un ovale nero, un disco blu, e così via. A questo proposito si possono anche usare i cinque Tattwa.
- 3) Visualizzare semplici oggetti in movimento, ad esempio un pendolo che oscilla, una ruota che gira. Avvertenza: Evitare di visualizzare esseri viventi per non rischiare di dare loro un'effimera vita nel piano astrale.
- 4) Combinare oggetti in movimento, ad esempio uno stantuffo che va e viene mentre un pendolo oscilla. La relazione fra i due movimenti dovrebbe variare nei vari esperimenti.
- 5) Durante queste pratiche, la mente deve essere assolutamente limitata all'oggetto determinato; nessun altro pensiero deve potersi inserire nella coscienza. Il sistema movente deve essere regolare ed armonioso.
- 6) Prendere nota della durata dell'esperimento, del numero e del genere dei pensieri strani che si affacciano alla coscienza, della tendenza dell'oggetto stesso ad allontanarsi dal percorso stabilito per esso e di qualsiasi altro fenomeno che possa presentarsi. Evitare gli sforzi eccessivi è molto importante.

Aura Bioenergetica



Introspezione.

Partiamo dal concetto formulato tanti anni fa da Swami Vivekananda, e cioè che sino a quando non sapremo ciò che fa la mente non potremo controllarla. Quindi, lasciate andare le redini del pensiero. Molti pensieri ignobili vi appariranno, vi stupirete di avere potuto pensare cose così abbiette. Ma vi accorgete che ogni giorno molti vagabondaggi della mente diventeranno meno violenti, che ogni giorno saranno più calmi e meno invadenti. Nei primi mesi la vostra mente avrà migliaia di pensieri, in seguito solo qualche centinaio, e dopo qualche mese ne avrà sempre di meno, finchè sarà sotto perfetto controllo, naturalmente se avrete avuto la pazienza di far pratica ogni giorno...



Costruzione di immagini mentali.

Per questo esercizio avrete bisogno di un disegno o di un simbolo. Una volta trovato il disegno dovete porlo sul tavolo in modo che possiate stare seduti a guardarlo senza sforzo alcuno. Mantenete sgombro il resto del tavolo, con l'eccezione dell'immagine simbolica prescelta. Se lo desiderate, potrete usare il tubo di cartone già descritto precedentemente, per schermare altre impressioni visive. Ora guardate tranquillamente il disegno, non sforzatevi in alcun modo, ma consideratelo semplicemente come fareste per qualunque oggetto in un'occasione normale. Quando lo avrete contemplato in tal modo per circa un minuto, cominciate ad analizzarlo, per individuarne le parti componenti e per isolarle l'una dall'altra, almeno fino a un certo punto. Dopo aver analizzato il disegno, dovete ora "Produrre le immagini". Poi dovete accompagnare consapevolmente le immagini in arrivo a questo centro di ricezione. Questa è la prima metà dell'opera. La seconda metà consiste nel tentare il processo inverso, cioè provare a riaccompagnare le immagini indietro fino all'occhio, così mentre considerate il disegno prescelto trattenetevi su di esso tranquillamente e senza sforzo, dopo averlo precedentemente analizzato come già spiegato. Quindi rivolgete all'interno l'attenzione, chiudendo gli occhi ma mantenendo desta l'immagine mentale, retrocedendo entro le tenebre della vostra mente, portando l'immagine, finchè, nell'immaginazione non raggiungerete il centro di ricezione. Ora espirate, ripercorrete in avanti il cammino fino all'estremità anteriore della testa e, aprendo gli occhi, guardate ancora l'immagine. Ripetete questo processo per una mezza dozzina di volte, e a ogni tentativo portate con voi una parte diversa del disegno (se si tratta di un disegno composto). Passiamo ora alla seconda parte dell'esercizio. Dovete formulare il legame tra queste immagini mentali come se fossero nel retro del capo, quindi dovete portarle verso gli occhi ed infine "emetterle" fuori dalla testa e considerarle non più come immagini soggettive, ma come disegni oggettivi. Per fare questo dovete usare una superficie speculare, che sarà un vetro nero, o anche una sfera di colore bianco. L'esercizio andrà compiuto nella penombra. Preso lo specchio, l'esercizio andrà così continuato. Sedetevi con lo specchio posto in modo da poterlo fissare comodamente. Non dovrà esservi alcuno sforzo, in particolare degli occhi. Questo è molto importante, poiché una tale tensione potrebbe portare alla produzione di uno stato autoipnotico, che non desideriamo innescare a questo stadio. Dopo aver disposto lo specchio con tutta la vostra comodità, dovete osservare il disegno scelto; portate entro la mente l'immagine come insegnato precedentemente e andate a compiere il processo inverso. L'immagine dovrebbe essere fatta avanzare mentalmente fino agli occhi e quindi proiettata sulla superficie dello specchio.

Continua

IL SENSO DEL DOVERE



Si chiama (Giri): Ciò che non ha forma materiale, che non permea invidia, odio, rabbia, cose maligne. Esiste si manifesta semplicemente con una parola. DOVERE: Dovero verso noi verso il prossimo come immagine riflessa di un mondo migliore.

Ninjutsu Ninpō, Dōjō in epoca feudale:

Tanta era la stima verso coloro che erano i pilastri della gestione: emozionale, emotiva, pratica, portatori di saggezza e di conoscenza, gli anziani. Individui che con la loro esperienza e pratica di vita sapevano indirizzare l'allievo o Deshi in una sorta di turbine il quale era definito vita. Avevano già vissuto prima di noi quello che è il processo d'intercambio degli eventi, (sbagliando prima di noi, cadendo, e con senso del dovere rialzandosi), e che gli adepti seguivano di esempio. Il rispetto era tanto, che la forma di dovere verso costoro non era dettata dal dubbio o dalla fatica, ma esclusivamente (era). In epoca Feudale (da cui prendo esempio), era dato dalla sopravvivenza non tanto della parte materiale di un clan o gruppo, ma da una coesione d'intenti, era un alimentare un archetipo di energie, che mantenevano per conseguenza una gerarchia basata sul rispetto, e voglia di migliorarsi. Spesso come sappiamo, si veniva coinvolti in missioni atte alla difesa di equilibri fondamentali. Non c'erano ordini che fossero violati, pena il fallimento. Torniamo al Dōjō, nella vita di Dōjō, oltre alla pianificazione di missioni, esisteva una comunità fatta di uomini e di donne che, come in un alveare avevano un compito preciso. Esisteva la vita sociale, lo studio, il lavoro, l'atto di procreare, un po' come nel nostro tempo: Ma con valori sicuramente più legati al cuore di ogni individuo. A capo lo "Shidoshi" che era il Maestro affiancato dalla Kunoichi; i due rappresentavano la forma del dualismo che genera ogni cosa. Senza il dualismo non si poteva avere riferimenti nella strada difficile della vita. La Kunoichi era rispettata come una divinità, oltre per la sua capacità procreatrice, per la sua sottile percezione. Simbolo Lunare portatrice di conoscenze è studi che solo colui che, era Shidoshi educava, ed era educato.

Nemmeno i Deshi avevano accesso a determinati studi, o conoscenze. Oltre ad un notevole controllo delle nascite, dato dalla vita di guerra, nel periodo feudale, coloro che erano scelti per intraprendere la via del (nintai) erano pochi e selezionati con rigore, i quali sin da piccoli venivano educati al senso del dovere, ed a tutti i precetti fondamentali per un corretto vivere in quella comunità.

Uchi Deshi Soto Deshi

Esistevano allievi che vivevano con il Maestro, e allievi che vivevano sempre in abitazioni adiacenti, ma fuori dal luogo di educazione. Nonostante l'insegnamento permeava anche fuori, chi viveva con il Maestro lavorava continuamente, oltre che alla crescita personale, anche come supporto di forza lavoro, per mantenere sempre in modo ottimale il luogo di pratica. Sistemando il Dōjō (Samu), preparando il cibo, molte volte affiancati anche da donne. Diverso era lo stato di vita dai Samurai, i quali cercavano di mantenere un distacco più notevole dalla donna, negli affari. Molte donne per il praticante di Ninpō erano accolte come riferimento come ho detto prima, perchè portatrici di conoscenza, ed essenza fondamentale verso le divinità cui determinati studi esoterici i Deshi seguivano.

Poco è venuto ai giorni nostri riguardanti missioni molto più operative praticate dalla donna Kunoichi, proprio per la sua segretezza è importanza.

Il Rispetto era tutto. (Non a caso erano una cosa sola, nel caos della vita). Lavoravano perfezionando il concetto di realizzare il massimo risultato con il minimo sforzo anche nella vita sociale, perchè era da quel trampolino di lancio, che in caso di missioni improvvise l'organizzazione interna era fattibile, nel migliore dei modi. Una vita sociale quasi priva di veli, d'incanti virtuali, che rappresentava l'essenza del uomo come essere. Specchio della natura che lo circondava, seguace della via mistica che si apriva di fronte a lui.

ERBORISTERIA

Le erbe delle Donne



Il rapporto tra le donne e le erbe è sempre stato molto stretto. Erbe che curano, erbe che nutrono, ma anche erbe che uccidono, e questo ha, in ogni periodo storico, spaventato moltissimo gli uomini, che vedevano in questo potere occulto delle donne un pericolo per la loro incolumità. E tra le donne martirizzate come le streghe, moltissime erano donne d'erbe. Con l'accentuarsi della fobia sui poteri delle streghe, si affermò anche la paura che dietro le pratiche erboristiche delle guaritrici di campagna si celassero oscuri rituali diabolici. Con l'avvento della Controriforma, la presa di posizione nei confronti della medicina popolare, e in particolare di coloro che curavano con le erbe, assunse toni precisi e molto gravi: infatti, dopo il Concilio di Trento furono numerose le Constitutiones che regolamentavano l'attività terapeutica e l'uso delle erbe. Gran parte delle cure fino ad allora adottate dal popolo furono bollate come superstizioni. Con questo sistema da un lato si cercò di creare una frattura insanabile con la medicina popolare, esercitata soprattutto dalle donne, e quella accademica, esercitata invece soprattutto dagli uomini, soprattutto la Chiesa attuò una politica molto precisa di sorveglianza delle pratiche terapeutiche e delle formule adottate per le cure. La pratica medica, vietata agli ebrei e ai chierici, era severamente proibita anche alle donne; pertanto con queste manovre repressive si posero fuori gioco le donne d'erbe, accentuando i lati più oscuri della loro attività e ipotizzando legami con il culto del demonio. Nella stragrande maggioranza dei casi le donne d'erbe diventate streghe erano profonde conoscitrici della farmacologia arcaica, sapevano raccogliere le erbe giuste nei periodi più idonei, in modo da non vanificare le potenzialità insite in certi vegetali. Malgrado nell'uso delle erbe vi fosse in nuce quella che poi diventò la medicina ufficiale, dominio esclusivo degli uomini, Bernardo Gui nella Pratica inquisitionis haereticae pravitatis osservò che le invocatrici dei demoni erano anche dedite alla raccolta di erbe «geneflessi verso l'oriente, recitando le preghiere della domenica». L'aggettivo venefico, spesso attribuito a molte "ricette" delle streghe era ovviamente, nella gran parte dei casi, il frutto della volontà di demonizzare anche se non si può escludere a priori la presenza, in questi farmaci naturali, di sostanze in grado di produrre effetti allucinogeni su determinate persone particolarmente sensibili o deboli. D'altronde il papavero e altre piante, usate fino al secolo scorso per calmare i bambini troppo vivaci, potevano avere, con un uso prolungato, effetti collaterali. Le piante cosiddette "magiche" che si ritrovano con maggior frequenza nei preparati a base di erbe delle streghe, erano la *Cicuta virosa* e l'*Atropo belladonna*: quest'ultima, nota anche come "erba delle streghe", è in grado di determinare eccitazione motoria e offuscamento dell'apparato percettivo. Vanno ancora ricordate l'*hyoscyamus niger*, il *Solanum niger* e la *Datura stramonium*, più nota come "erba del diavolo", capace di produrre forti amnesie ed effetti simili a quelli della schizofrenia. Le streghe erano buone conoscitrici dei poteri delle erbe e ne sapevano utilizzare sia positivamente sia negativamente le proprietà terapeutiche. Intorno a questo complesso sapere si sono coagulati secoli di tradizioni e credenze, condizionate profondamente dalla demoniz-

zazione dell'Inquisizione. I Tribunali, generalizzando, crearono i presupposti per collocare tutta una tradizione popolare sulla scia del culto del diavolo, privando le donne d'erbe della propria atavica connessione con la natura, con la Grande Madre. Per quanto riguarda l'uso delle erbe nell'alimentazione, dobbiamo fare una premessa. La cucina dei poveri, tra i quali possiamo includere le streghe, era improntata soprattutto alla stagionalità, ovvero ai singoli prodotti che, a seconda del periodo, potevano trovare. Ovviamente, nei periodi primaverili ed estivi, ogni erba commestibile veniva raccolta e cucinata, anche e soprattutto perché non vi era altro per mitigare una fame endemica rimasta tale fino alla fine della guerra del secolo scorso. Il pane, che era alla base dell'alimentazione popolare, era quasi sempre di miscela, confezionato cioè con farina di fave, di castagne, di ghiande, di avena, di segala, di miglio, di panico e persino, nei periodi di carestia, di segatura di giovani alberi. Venivano consumati molti cereali, soprattutto avena, panico e miglio, sotto forma di zuppa, con aggiunta di ortaggi ed erbe spontanee, che venivano a formare il cosiddetto pulmentum. La forma più comune di zuppa era il pan pesto, ovvero pane avanzato e "bagnato" con acqua, a volte un poco di vino, e aglio. I prodotti della raccolta spontanea comprendevano frutti di bosco, erbe, funghi. More, mirtili, corniole, ciliege, amarene, lamponi, giuggiole, more dei gelsi, sambuco, rosa canina e bacche varie venivano consumate fresche o conservate sotto forma di composte, confetture e marmellate con miele (lo zucchero era usato solamente come medicinale a causa del suo alto costo). Anche nocchie, ghiande e castagne venivano raccolte e conservate. Le erbe spontanee potevano essere raccolte ovunque, anche lungo le strade. Tra le più comuni erano consumate la borragine, il crescione e il centonchio, spesso sotto forma di zuppe, ma anche la calendula, tarasacco, menta, violetta, primula, farinaccio, crescione, acetosella, portulaca, sambuco, barba di becco, melissa, ortica, aglio ursino, parietaria, finocchio selvatico, trifoglio, valeriana, malva. Funghi e tartufi comparivano spesso nelle mense dei poveri e non era infrequente che venissero consumati anche funghi tossici o velenosi. Sappiamo ad esempio che l'*amanita muscaride*, letale in determinate quantità, veniva usata assieme ad altri ingredienti, e procurava forti allucinazioni e visioni. Le fonti ci riportano all'uso di ovuli, prataioli, mazze di tamburo, spugnole, manine. Le erbe aromatiche e officinali venivano o cercate in luoghi incolti o coltivate nell'orto, e servivano soprattutto per insaporire i piatti. Ma avevano anche una grande importanza come ingredienti di tisane e decotti. Tra le principali ricordiamo l'aneto e l'acetosella, spesso ingredienti per salse, l'alloro, il finocchio, il ginepro, l'artemisia, la malva, l'issopo, il basilico, la maggiorana, il timo, la menta, la melissa, il prezzemolo, il rosmarino, la verbena, la salvia, la santoreggia, la valeriana.



Mondo & Koan



Per Koan si intende una sorta di problema che viene assegnato da sensei perché l'allievo trovi la soluzione. Lui-Chi (IX secolo) fondatore della Scuola Rinzai iniziò a servirsi del Koan per aiutare l'ego a ridestarsi. Il Koan è inteso come una sorta di sfida con se stesso; il sensei nel porlo ha in mente due funzioni: - portare in superficie ciò che l'ego ha nascosto in sé; - ciò che abbiamo portato in superficie o che non abbiamo ancora nascosto nei recessi dell'inconscio venga guidato nella retta via perché non cada nei recessi dell'ego. Si ritiene che il Koan è compreso da noi quando viene portato dall'inconscio al campo della coscienza, quindi quando riesce a fare in modo che portiamo fuori dall'inconscio nel campo del conscio ciò che abbiamo dentro. Immaginiamo di essere di fronte ad un ruscello e di volere vedere cosa ci sia sul fondo; se ci sporgiamo per osservare il fondo, ciò che vediamo è solo l'immagine riflessa del sole, del paesaggio, della mia figura. Se osservassimo solo con la luce della mente diremmo che il ruscello ha nel suo interno il sole, gli alberi, il paesaggio, la mia figura. Per potere vedere cosa realmente vi è nel fondo dobbiamo penetrare in esso, immergerci nella sua realtà. Allo stesso modo nel Koan la nostra mente non può, né deve soffermarsi sul primo pensiero che viene e che, spesso, è di questo tipo: è impossibile risolvere il Koan nella sua risoluzione. Se, al contrario, riusciamo a non chiudere la nostra mente in un pensiero circoscritto, ma riusciamo a liberarlo, possiamo arrivare a comprendere l'essenza; è questo il compito del Koan: esso deve liberarci dai nostri sensi limitati per arrivare a leggere ciò che è in noi, che è nell'universo, ma che è tanto grande che noi non possiamo comprendere. Deve permettere alla nostra mente di liberarsi dalle limitatezze del corpo per arrivare alla grandiosità dello Spirito. Lo spirito dell'uomo è tanto grande che noi non lo avvertiamo e ci limitiamo ad osservare la sostanza sensibile delle cose, l'apparenza. Ma quello che rende duraturo e grande l'uomo nei confronti del mondo della storia è lo spirito: cosa è rimasto a noi di Cesare, di Alessandro Magno, di Attila, di Carlo Magno, di Bonaparte, dei vari imperi che si sono succeduti l'un dopo l'altro? Nulla, se non alcuna nozione nei libri di storia. Cosa è rimasto a noi di Dante, di s. Francesco, di Shakespeare, di Petrarca, di Hugo, di Teresa di Calcutta, di Gandhi, di Buddha, di Confucio, di Martin Luther King, e di altri? Il loro pensiero, il loro spirito, i loro scritti, e noi ogni volta che leggiamo le loro opere ne riviviamo lo spirito, il pensiero, anche se il loro corpo non è più visibile. Inizialmente i Koan erano strutturati in forma di "mondo", ossia domanda e risposta tra l'allievo ed il sensei. Il sensei pone delle domande per risvegliare lo spirito addormentato dell'allievo. Le domande sono spesso secche, concise, del tipo: - parla; - quale è il tuo spirito; - quale è lo spirito del Buddha?; - da dove vieni?. E' un metodo ben diverso rispetto al metodo di Socrate:

questi spingeva l'allievo, con una serie di domande, rispondere con una risposta che Socrate aveva già in mente; quindi, l'allievo era guidato in una via tracciata dal maestro (Socrate in questo caso), Nel mondo, invece, la risposta non è conosciuta dal sensei, ma è dentro l'allievo che deve tirarla fuori. Siccome molti di questi mondo hanno avuto funzione propria dei Koan sono rimasti come base per molti Koan. Sino a che il Koan rimarrà all'esterno di noi è inutile rispondere alla domanda, in quanto la risposta non dovrà mai essere di tipo intellettuale, cioè non può essere recepita solo dall'intelletto. Infatti, il Koan è strutturato in maniera tale che per risolverlo bisogna porsi nella condizione spirituale di superare la coscienza dell'ego. Se l'allievo cercasse di oggettivare un Koan troverebbe una risposta negativa da parte del sensei e la risposta sarebbe ritenuta inesatta, anche se da un certo punto di vista potrebbe essere esatta ed il sensei ha voluto sentire proprio quella risposta; ma se l'animo dell'allievo non ha fatto proprio la risposta e questa fosse rimasta solo a livello intellettuale, questa sarebbe non esatta. Il Koan non è un indovino dove si possa sperare di rispondere bene: il Koan è una conquista interiore e la risoluzione del Koan è tale conquista. Il mio sensei amava ripetermi di portare nel mio tan den, quasi come se dovessi digerire (metabolizzare) ciò che avevo appreso o che avevo intuito. Ricordo una mia allieva che risolse un koan con una certa facilità; da molte persone era ritenuta forse l'allieva più "brava" ed l'energia che jos_trava di possedere era elevata. Ma ciò che le mancava era il portare dentro di sé quei Koan che pure riusciva a risolvere. Aveva paura di perdere quelle false sicurezze che pure l'avevano portata ad uno stato di profonda insicurezza; il Koan può servire anche a questo, a perdere fiducia in quelle sicurezze che noi ci creiamo, i "paletti" che servono a farci stare sicuri e che, invece, ci costringono a vivere in una prigione, la peggiore perché creata da noi stessi. La verità sull'esistenza dell'uomo può anche essere oggetto di intelligenza, ma tutto si ferma ad un livello esterno, e ciò che viene fuori non può fornire alcun elemento per la risoluzione del Koan.

Mondo & koan



La verità giace all'interno della persona e non fuori, ma deve uscire fuori. L'intelletto è importante per comprendere le verità, ma quelle che riguardano un altro aspetto della persona devono essere comprese in un'altra maniera. Il Koan serve a farci comprendere che l'intelletto può portarci ad un punto morto e farci comprendere l'inutilità del procedimento intellettivo. E' facile allora sentire il sensei dire: ora che sei arrivato ad un punto morto smetti di usare la testa e pensa con l'addome, con il tan den, sorgente del nostro Ki. Il tan den, in questo caso, rappresenta l'intero essere. L'intelletto mantiene sempre l'oggetto distante da sé, mentre il tan den lo accoglie in sé. Per questo motivo si afferma che è il tan den che deve afferrare il Koan. Si potrebbe affermare che la tetsa è conscia e l'addome è inconscio; quindi, se il sensei dice di pensare con la parte inferiore del corpo intende dire che il Koan deve essere portato giù nell'inconscio e non nel campo consapevole della coscienza. Il Koan finisce con l'identificarsi con il nostro "io". Il timore più grande che prende chi inizia la pratica del Koan è che questo risvegli le proprie paure: il grande ostacolo che ho osservato nella pratica del Koan da parte di miei allievi è stato quello di andare dentro se stesso. Come ci si accorge che il Koan sta iniziando a produrre un suo effetto, che è quello di abbattere i "paletti" che si è costruiti, allo ra riaffiorano vecchi ricordi, dimenticati, ma non per questo sorpassati; solo relegati in un qualche angolo del nostro "io", ma sempre pronti ad influire sulle nostre azioni. Un nostro "paletto" è quello di identificarci in un certo modo di essere, per cui le nostre azioni sfuggono alla nostra volontà e sono frutto di azioni dovute al Karma, al fatto di essere di un certo segno zodiacale, ecc., quindi di essere oggetto di una forza superiore a me e che agisce all'insaputa di me.

Continua.....



PERCORRENDO La via



Riflessioni (Insegnamento)

Taglia ciò che sporge, riempi ciò che non sporge, mantieni il livello con rigore, spietato come può essere uno specchio.

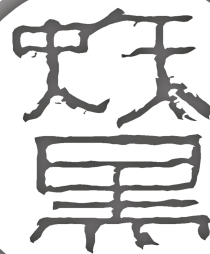
Costruisci il giusto dopo che hai distrutto l'ingiusto, con la consapevolezza che il tuo lavoro sarà ricordato per ciò che hai distrutto e mai per ciò che hai costruito.

Come per ottenere il grano, occorre che la "semina" sia fatta nel momento giusto e nella "Terra" adatta, anche la "Mietitura" ed il "Raccolto" vadano fatti al momento opportuno...

Dalla "Lux Obnubilata" (testo di Alchimia...sic) leggiamo: " I frutti raccolti prima del tempo non pervengono mai ad una perfetta maturazione e più facilmente marciscono divenuti maturi; perciò bisogna conoscere perfettamente il momento giusto della maturazione"



Psicologia delle chat



Vorrei fermarmi un attimo a guardare quello che si può combinare con la tecnologia. Spesso utilizziamo gli strumenti di comunicazione nel modo in cui più ci fa comodo. Quindi se vogliamo scrivere qualcosa di ponderato, esprimendo al meglio i concetti ed essendo più chiari possibili, si scrivono più o meno lunghe lettere o email (per essere più al passo), se invece vogliamo delle risposte immediate o vogliamo che i nostri sentimenti giungano il prima possibile al destinatario, cosa c'è di meglio di una bella telefonata? Per cose meno importanti e/o meno urgenti un sano sms..... e la chat?! Gli instant messenger dove li collochiamo? Credo che se non usati nel modo corretto e/o con le persone giuste siano quanto di più logorante dei rapporti umani e limitativi della comunicazione. Se ci si trova tra persone che si conoscono e che magari si sentono poco e saltuariamente è un toccasana, un dare informazioni di se, scambiarsi un saluto e qualche foto per vedere come si è cambiati nel tempo, o anche solo accorciare la Lontane servendosi delle videochat spesso associate. Quando invece si cerca di stringere dei rapporti o di risolvere questioni in chat invece ,credo sia patetico... Crearsi uno scudo, una personalità falsa, rende falsa ogni discussione, gente armata di tastiera che risolverebbe il surriscaldamento globale spacciandosi per paleino della giustizia, ma intanto prende le distanze e se ne sta al caldo o al fresco artificiale (a seconda della stagione) a scrivere dalla sua tastiera, questo come paradosso ovviamente; più spesso ci troviamo in video l'avatar del nostro amico-compagno di classe-conoscente, che tutto un tratto prende misteriosamente coraggio e inizia a decantare sentenze che ti portano a dire: " ma è la stessa persona che conosco?" Scatta nella nostra testa qualcosa che non controlliamo, il senso di onnipotenza, l'estremizzare la libertà di parola e non attiviamo il pulsante del buongusto e del rispetto delle comunicazioni, ci permettiamo di dare giudizi usando un lessico improbabile, fatto di "ke" "xkè" di "tt" "tt bn", ci lasciamo trasportare dall'impeto delle idee che abbiamo in testa e spesso viene fuori un discorso ancora più sconclusionato di quando lo avevamo solo in mente. Per questo motivo forse ad alcune persone viene più facile parlare in chat piuttosto che di persona, ma poi viene lecito chiedersi quanto di cio' che è stato detto sia reale e il perchè poi di persona le stesse cose non si riescano a dire: falsa verità o poca convinzione degli argomenti o sfrontata timidezza? Altro difetto che c'è, è purtroppo la mancanza di toni, se non qualche emoticons che ci può far sorridere...la stessa frase può essere interpretata a seconda dell'umore o del trascorso di chi legge, e addirittura, letta dalla stessa persona in due giornate diverse, può assumere un valore diverso.

Ragazzi non usiamo la chat come fosse una telefonata, le cose che rimangono scritte feriscono di più e non usiamola come fosse una lettera, perchè non ragioniamo abbastanza prima di scrivere....Mi sembra chiaro che la mia è una visione di parte, non amo conoscere persone nuove in chat e mi piace parlare e scrivere usando tutte le lettere e la punteggiatura della lingua italiana, non per questo non le uso, ma non hanno l'esclusiva dei miei rapporti umani.

Credo che più di una lunghissima chat di ore, faccia il tempo di un buon caffè con un amico!



(Deshi Cotardo KuroKumoRyu)

Storia del Giappone Antica o Classica



Da un punto di vista politico il periodo Heian può essere diviso in due fasi distinte: una prima fase (periodo Kōnin, 794 - 866) in cui continua la linea politica in direzione di uno stato centralizzato e burocratico sul modello cinese, iniziata dalle grandi riforme del periodo Asuka e continuata durante il periodo Nara;

una seconda fase (periodo Fujiwara, 866 - 1185) in cui il potere centrale si indebolisce progressivamente, nascono domini (shōen) sempre più indipendenti e ci si avvia verso un regime feudale.

Politica e società:

L'ascesa dei Fujiwara:

La nuova capitale

Verso la fine del periodo Nara l'imperatore decise di spostare la capitale: in un primo tempo (784) la nuova sede scelta è Nagaoka (a nord di Nara), ma poco dopo il progetto viene modificato e la capitale viene costruita poco più a nord. Similmente a Nara, anche la nuova capitale è costruita sul modello di Chang'an (capitale della Cina Tang) di cui ricalca anche il nome: Heian-kyō cioè "Capitale della pace e della tranquillità" (in cinese Chang'an significa "Lunga pace"). Successivamente la città verrà chiamata semplicemente Kyōto [Capitale].

Una mappa della posizione delle città di Heian-kyō e Nagaoka-kyō è visibile presso il sito del corso Elements, Principles and Theories of Japanese Architecture della Cornell University.

La residenza imperiale viene trasferita a Heian nel 794: tra i motivi del trasferimento pare ci fosse il desiderio di limitare le ingerenze del clero buddhista, al quale infatti fu proibito di spostare i templi da Nara o di aprire sedi distaccate nella nuova capitale. Ciò provocherà la progressiva decadenza delle "sei scuole buddhiste di Nara" anche se presto due nuove scuole verranno importate dalla Cina ed avranno un grande sviluppo: le scuole Tendai e Shingon.

Le nuove scuole buddhiste

Durante il periodo Heian le tradizionali "sei scuole di Nara" perdono importanza, mentre vengono importate dalla Cina due nuove scuole (la scuola Tendai e la scuola Shingon). Nella seconda parte del periodo Heian diminuisce l'influenza del buddhismo sulla nobiltà di corte, mentre esso comincia a diffondersi anche tra i guerrieri della provincia e tra la gente comune. In questo periodo e per tutto il periodo medioevale i monasteri buddhisti avranno un importante ruolo di preservazione e diffusione della cultura e della civiltà, di promozione del progresso tecnico (lavorazione della ceramica, metodi di coltivazione ed irrigazione) e di assistenza alla popolazione, ruolo che si può in qualche modo paragonare a quello dei monasteri benedettini nell'Europa dell'alto medioevo. Inoltre essi erano spesso proprietari di fiorenti shōen ed andarono acquisendo una notevole potenza economica e militare.

A partire dal IX secolo la corte imperiale si rinchioda sempre di più in se stessa allontanandosi dalla situazione e dai problemi del paese; la nobiltà di corte (kuge) vive rinchiusa nel palazzo imperiale o nei quartieri nobili di Heian, dividendo il proprio tempo tra intrighi di palazzo e raffinati esercizi artistici (soprattutto poesia e musica). La corruzione domina e gli imperatori perdono sempre più autorità e potere: di solito abdicano dopo un breve periodo di regno per non essere più sottoposti a pressioni da parte delle famiglie più potenti e per potersi a loro volta dedicare ai giochi di potere.

Anche i contatti con la Cina si affievoliscono e poi si interrompono del tutto (l'ultima ambasciata in Cina è dell'anno 838); a questo contribuì certamente il fatto che durante il IX secolo la dinastia Tang attraversava un periodo di profonda crisi che porterà presto alla sua caduta (907).

Durante il IX secolo la famiglia Fujiwara (i discendenti del clan Nakatomi che nel VII secolo avevano liquidato il potere dei Soga ed appoggiato la riforma Taika) divenne così potente da controllare completamente l'operato degli imperatori (tanto che il periodo 866 - 1185 è chiamato periodo Fujiwara). Questo obiettivo fu raggiunto soprattutto attraverso una oculata "politica matrimoniale", cioè costringendo l'imperatore a prendere come mogli le figlie dei personaggi più importanti della famiglia Fujiwara: in questo modo i principi imperiali ed i futuri imperatori erano parenti (nipoti) di Fujiwara e potevano facilmente essere influenzati da essi.

Il potere dei Fujiwara fu ulteriormente accresciuto da un colpo di stato incruento effettuato da Fujiwara no Yoshifusa, che nell'858 riuscì a far salire sul trono imperiale un suo nipote di 9 anni proclamandosi reggente (sesshō) e non abbandonando tale carica neppure quando l'imperatore ebbe raggiunto la maggiore età. Il suo successore come capo del clan Fujiwara, Mototsune, legalizzò tale prassi istituendo la carica di kwanpaku (reggente di un imperatore maggiorenne), carica che i Fujiwara detennero ininterrottamente per due secoli, avendo quindi pieno controllo sull'operato dell'imperatore.

L'apice del potere dei Fujiwara si ebbe attorno all'anno 1000 con Fujiwara no Michinaga; questo periodo fu contemporaneamente l'apice del rammollimento ma anche della raffinatezza della vita di corte, gli anni in cui nacquero capolavori letterari come il Genji monogatari ed il Makura no sōshi.

Periodo Heian Periodo (794,1185)



La scuola Tendai

Il fondatore della scuola Tendai è il monaco Saichō (767 - 822); egli si era recato in Cina con l'ambasceria dell'anno 804 e vi aveva studiato la religione buddhista alla scuola fondata da Zhiyi (538 - 597), che si basava soprattutto sulla dottrina della diffusione della natura del Buddha in tutto l'universo contenuta nel Sūtra del Loto. Al suo ritorno in Giappone nell'805 Saichō aveva fondato il monastero Enryakuji sul monte Hiei (poco a nord di Heian) come centro di formazione dei monaci.

La scuola Tendai era caratterizzata da un forte sincretismo e propugnava sia la pratica della meditazione che l'attività intellettuale e filosofica (soprattutto attraverso lo studio dei testi classici) e le pratiche esoteriche. Era inoltre caratterizzata da un forte impegno sociale e politico: negli intendimenti di Saichō la scuola doveva avere un ruolo di protezione e di guida spirituale della nazione. Per questo i monaci Tendai furono spesso impegnati in opere di utilità pubblica o svolsero il ruolo di funzionari statali.

La scuola Shingon

La scuola Shingon fu fondata dal monaco Kūkai (774 - 835), che si era recato in Cina nell'804 con la stessa ambasceria di Saichō ma aveva studiato presso Huiguo (746 - 805) che lo aveva nominato suo successore.

La scuola Shingon aveva un'impronta fortemente esoterica e dava una grande importanza a pratiche ascetiche ed esercizi spirituali che avevano lo scopo di far raggiungere lo stato di illuminazione nel corso di una sola vita; i suoi riti erano basati sull'uso di mandala (immagini che rappresentano in forma simbolica la dottrina buddhista, **come il mandala Taizōkai o del Mondo-Matrice e il mandala Kongōkai o del Mondo-Diamante**), **mudra (gesti simbolici delle mani) e mantra (invocazioni)**. La scuola Shingon poneva un forte accento anche sui benefici immediati ottenibili attraverso esorcismi e invocazioni, sia a livello personale (guarigione da malattie) che di tutta la nazione (prevenzione di carestie, siccità e calamità naturali). Nell'816 Kūkai fondò il monastero Kongōbuji sul Kōyasan (monte Kōya) in una regione selvaggia a sud-ovest di Nara.

Per un riassunto della dottrina Shingon vedi l'articolo La dottrina Shingon di Clemente Beghi.

Kūkai fu probabilmente il più lucido filosofo buddhista del periodo Heian, come risulta dalle sue opere Sangōshiiki e Jūjūshinron; fu anche un uomo dalla vasta cultura (poeta, letterato e grande calligrafo) ed esercitò una grande influenza sulla corte ed in particolare sull'Imperatore Saga (che regnò dall'809 all'823) che gli conferì importanti incarichi nel Tōdaiji.

La dottrina della Terra Pura

Verso il X secolo cominciò ad avere larga diffusione in Giappone la dottrina della Terra Pura (Jōdo); questa dottrina (e in generale l'adorazione del Buddha Amida) faceva parte del buddhismo tradizionale importato dalla Cina e rientrava come un insegnamento secondario nelle dottrine di diverse scuole buddhiste ma, a partire dalla metà del periodo Heian, essa venne ad assumere un'importanza sempre maggiore (soprattutto all'interno della scuola Tendai) fino a dare origine nel periodo Kamakura a vere e proprie scuole buddhiste indipendenti.

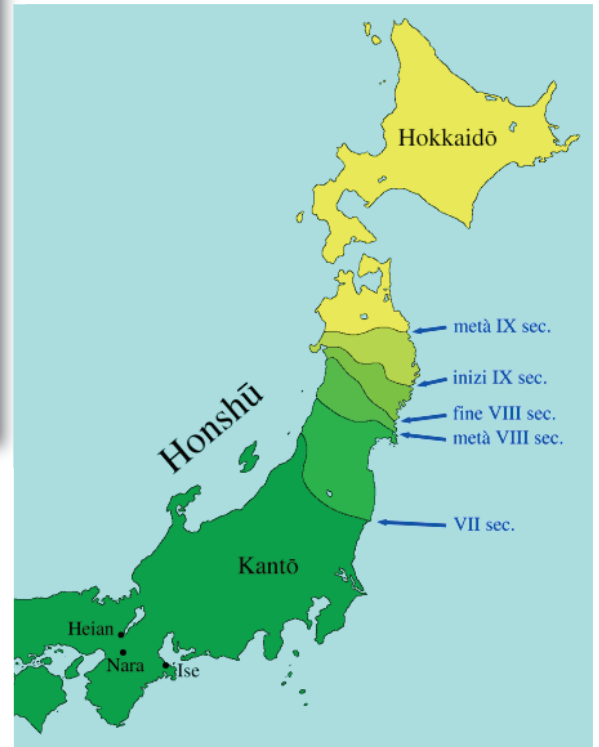
Gli elementi centrali della dottrina della Terra Pura erano:

la totale fiducia nella capacità salvifica del Buddha Amida; il rigetto del mondo come luogo di corruzione e lo spostamento delle proprie speranze in una vita futura (rinascita nel Paradiso Occidentale di Amida) con il parallelo timore dell'Inferno; l'accentuazione di forme semplici di meditazione e devozione che gradualmente si ridussero alla ripetizione ossessiva della formula Namu Amida Butsu [sia lode al Buddha Amida]. Da molti punti di vista questa dottrina è in completa antitesi con il buddhismo di origine cinese e con gli insegnamenti originari della stessa scuola Tendai da cui deriva; in particolare in essa si assiste al passaggio da una visione essenzialmente ottimista in cui l'uomo (e anzi ogni essere senziente) ha in sé la capacità di raggiungere lo stato di illuminazione (il nirvana) e la funzione del buddhismo consiste solamente nell'indicargli la retta via (il nobile ottuplice sentiero) a una visione pessimista in cui l'uomo è assolutamente incapace e la salvezza può provenire solo da un misericordioso aiuto esterno (tariki) e realizzarsi solo in una vita futura. Parallelamente l'enfasi dell'insegnamento passa da un livello teoretico, filosofico e speculativo ad un livello devozionale: un punto di svolta in questo senso è costituito dallo Ōjōyōshū, scritto da Genshin (un monaco Tendai) nel 985. È stato giustamente notato come questa dottrina abbia elementi di contatto con le religioni monoteiste occidentali e in particolare con le posizioni di alcune sette protestanti. Sicuramente questa evoluzione tipicamente giapponese del buddhismo è stata influenzata da una mentalità autoctona più portata alla concretezza e alla praticità che alla speculazione filosofica e da una diffusione del buddhismo anche tra gli strati popolari. La tendenza al pessimismo è poi in qualche modo collegabile alle mutate condizioni politiche dell'epoca. Da una parte l'ascesa dei Fujiwara e la conseguente disgregazione dell'ordinamento Ritsu-Ryō andava escludendo dai meccanismi di potere l'aristocrazia media e bassa; questa classe quindi perde gradualmente fiducia nel proprio ruolo politico e manifesta tendenze ad isolarsi nella vita privata (tendenze che sono chiaramente documentate anche in letteratura, ad esempio nello Honchō monzui). Dall'altra parte le condizioni della vita nelle campagne, su cui ricadeva l'onere di mantenere con il proprio lavoro una classe politica sempre più esosa, andavano facendosi sempre più difficili. Accanto a questo lato pessimista del buddhismo Jōdo ne esiste però anche un altro, celebrativo e ufficiale, che appare principalmente nelle sfarzose rappresentazioni del Paradiso di Amida delle arti figurative dell'epoca e che sembra voler ricollegare la gloria futura della Terra Pura allo splendore degli ambienti del potere di questo mondo.

Periodo Heian



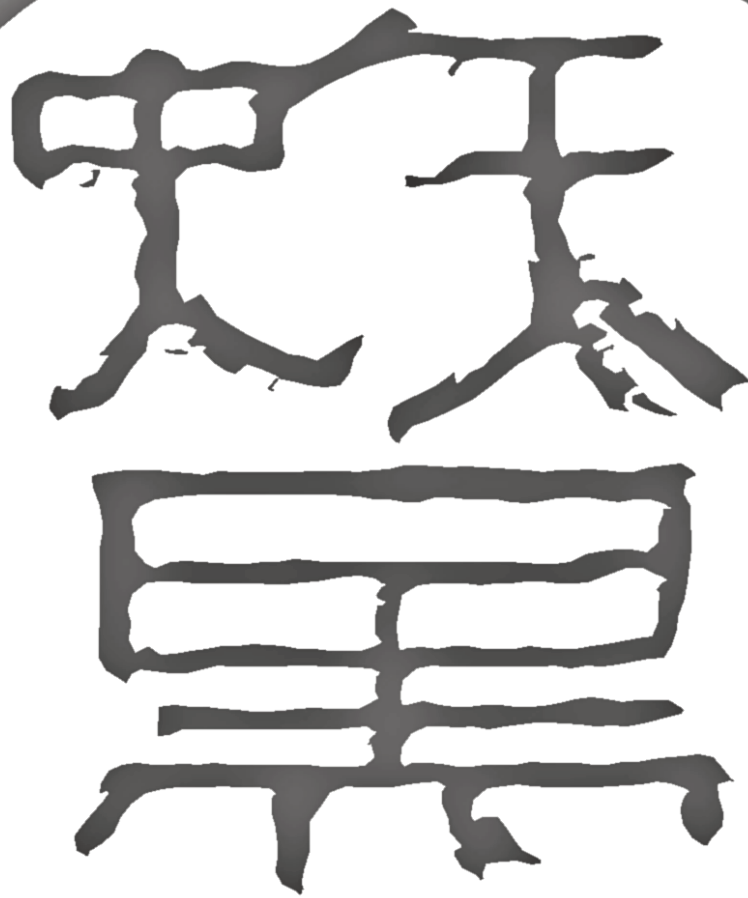
Un'immagine dell'inferno buddhista (jigoku) com'era immaginato dai se-guaci dalla dottrina della Terra Pura



Il fallimento delle grandi riforme

Il periodo Heian è caratterizzato dal progressivo fallimento (almeno dal punto di vista amministrativo e fiscale) del sistema burocratico centralizzato introdotto dalle grandi riforme del periodo Asuka. Fin dall'inizio l'applicazione della periodica redistribuzione di terre coltivabili tra i contadini era stata problematica: infatti essa, oltre che andare contro alle abitudini della popolazione, richiedeva una notevole organizzazione da parte dei funzionari che dovevano mantenere aggiornato il censimento delle famiglie ed effettuare la ripartizione. Per tale motivo questo sistema non venne mai adottato nelle zone più periferiche ed anche nelle province vicine alla capitale incontrò crescenti difficoltà, per cui venne applicato sempre più saltuariamente ed alla fine fu abbandonato. L'ultima redistribuzione di terre fu effettuata nell'844: dopo tale anno i terreni, pur rimanendo nominalmente di proprietà statale, di fatto ritornarono nelle mani dei privati. Parallelamente potenti famiglie nobili, templi buddhisti e santuari shintoisti andavano accumulando grandi appezzamenti di terreno privato (shōen). Il nucleo di tali possedimenti derivava da concessioni effettuate dagli imperatori per ottenere il favore delle famiglie e dei templi più potenti. Inoltre, a partire dal secolo VIII, il Giappone era stato colpito da una serie di epidemie (soprattutto di vaiolo) che erano probabilmente dovute all'intensificarsi degli scambi con l'estero e dell'immigrazione dal continente. Il governo si trovava quindi a dover fronteggiare un notevole calo demografico e il conseguente abbandono di molte zone coltivate. Per incentivare il recupero di questi appezzamenti ormai incolti e la bonifica di nuove terre nel tentativo di espandere il territorio nazionale verso nord-est (a spese degli Ainu) era stata introdotta la regola per cui i territori vergini bonificati non fossero sottoposti alla periodica redistribuzione di terre ma rimanessero nelle mani di chi li aveva disso-dati; naturalmente imprese del genere erano al di fuori della portata dei singoli contadini e potevano essere effettuate solo da gruppi potenti. D'altra parte anche i territori che formalmente erano amministrati direttamente dallo Stato erano spesso lasciati a se stessi in quanto i nobili di Heian che ne erano nominati governatori spesso preferivano rimanere nella capitale ed inviare nelle province loro vicari. Questi governatori, a cui veniva lasciata un'ampia autonomia, iniziarono a trasmettere ereditariamente ai propri discendenti la propria posizione e la rendita terriera associata, riuscendo spesso a ottenere che tale privilegio fosse riconosciuto dalla corte imperiale. Progressivamente molti di questi shōen andavano acquisendo privilegi particolari come l'esenzione dal pagamento delle tasse (originariamente concessa ai possedimenti dei membri della famiglia imperiale, degli alti funzionari di corte e dei templi) o addirittura il privilegio dell'extraterritorialità (per cui i funzionari statali non potevano entrarvi). D'altra parte gli shōen si ingrandivano anche per l'afflusso di contadini e piccoli proprietari che fuggivano dai possedimenti statali (soggetti a tasse gravose ed all'obbligo di corvées e del servizio di leva) e cercavano protezione in cambio del proprio servizio. L'effetto di questi cambiamenti fu che gli introiti del governo centrale si ridussero sempre più ed esso non fu più in grado di mantenere il sistema di coscrizione obbligatoria: già dalla fine dell'VIII secolo la leva militare fu abolita e venne introdotto un esercito formato da volontari. Nello stesso tempo molti degli shōen più potenti si andavano dotando di eserciti privati con lo scopo di difendersi dagli attacchi dei vicini, dei briganti e dei pirati e di estendere il proprio potere. Questo fenomeno fu particolarmente rilevante nelle zone periferiche dello stato dove l'esercito imperiale non arrivava a mantenere l'ordine ed in particolare nella regione del Kantō (ad est di Kyōto), che allora costituiva il confine dello stato verso le regioni occupate dai "barbari" (Ainu).

VISITA IL NOSTRO SITO



www.kurokumo.it