



FEDERAZIONE ITALIANA ARTI MARZIALI

TESINA PER

ESAME 6° DAN

DI

ALBERTO PASQUINI

Anno 2009

SHU HA RI

***Le tre fasi dell'apprendimento come
modalità di trasmissione culturale per la
Via verso la Maestria***

守破離

*A Nando Balzarro,
mio Maestro, Amico ed ineguagliabile
compagno di viaggio che mi ha permesso
di percorrere questa Via con lui*

Indice

1. La Trasmissione Culturale	5
2. Processi di apprendimento, lo Shu Ha Ri	6
2.1 Dettaglio dei singoli livelli	12
3. I cicli di apprendimento a strati	15
4. Definiamo “Arte” Marziale	20
5. Shu Ha Ri e Shin Gi Tai	24
6. La Via verso la Maestria	25
7. Bibliografia	33

1. La Trasmissione Culturale

In natura esistono vari meccanismi necessari o quantomeno importantissimi per l'evoluzione delle specie viventi.

Uno è la *trasmissione ereditaria* del proprio patrimonio genetico che garantisce il perpetrarsi di caratteristiche morfologiche e di capacità comportamentali e istintuali. Questa eredità permette agli animali di tramandarsi nuove esperienze acquisite nelle varie generazioni automatizzando alcune azioni e reazioni a determinati eventi, e alle piante nuovi adattamenti alle variazioni climatiche e ambientali.

Altro tipo di meccanismo influente in natura nell'evoluzione del mondo animale e umano è la *trasmissione culturale* che permette il passaggio alle nuove generazioni di aspetti ed esperienze di vita quotidiana che possano permetterne la sopravvivenza o migliorarne la qualità.

La trasmissione non è sempre esplicitata secondo regole ben definite in un canone di comportamento uniforme, ma nello stesso tempo, pur nelle sue varietà espressive, segue inesorabilmente alcuni principi. Per esempio, nelle società tribali alcune regole segnavano sistematicamente i vari momenti dell'evoluzione del bambino che passava dagli insegnamenti della madre ad un passaggio al livello superiore di adolescente mettendo in pratica modalità spesso rituali che lo avrebbero portato a diventare un cacciatore o un guerriero. Nelle società semplici, partendo dalle prime apparizioni di gruppi umani nella preistoria, mancando sia la forma scritta sia quella verbale, il passaggio delle esperienze acquisite da un soggetto all'altro era compiuto attraverso l'esempio, l'imitazione di un modello comportamentale: man mano che il nuovo individuo imparava, ne prendeva consapevolezza e lo faceva proprio, a sua volta lo migliorava con la pratica per poi trasmetterlo successivamente ad altri.

Quando poi nell'evoluzione umana l'uso di attrezzi prese sempre più importanza, anche la selezione naturale favorì gli individui più intelligenti e abili nell'elaborare e trasmettere tradizioni ed esperienze comportamentali.

La necessità di tramandare modelli di comportamento e abilità apprese ha fatto sì che si sviluppasse un "metodo" per rendere sempre possibile un avanzamento nella competenza del gruppo.

Nelle innumerevoli metodologie di trasmissione culturale che sono state studiate in antropologia, in tutti i gruppi umani di molteplici e differenti culture, in tutte le epoche e luoghi del pianeta e nelle varie tappe dell'umanità si può riconoscere un metodo che in Giappone è denominato *Shu Ha Ri*.

2. Processi d'apprendimento, lo Shu Ha Ri

Nelle culture orali, prive di scrittura, la forma di questa trasmissione culturale spesso prendeva l'aspetto di *forme rituali* come di canti, danze, leggende e riti che erano tramandati di generazione in generazione. Queste contengono le basi della cultura, sono come dei libri dai quali attingere conoscenza, in pratica sono dei Kata, racchiudono i principi da trasmettere. Naturalmente col susseguirsi delle generazioni a questi Kata saranno apportate delle piccole modifiche che li renderanno utili alla conoscenza delle innovazioni che il gruppo avrà apportato al proprio interno, ma la base resterà quella.

Lo sviluppo del metodo non è stato pensato e teorizzato secondo concezioni filosofiche o pedagogiche, ma si è semplicemente formato seguendo l'evoluzione stessa dell'essere umano.

Ad oggi un modello di base, che non ha un'origine ben precisata, è rappresentato da Shu Ha Ri che è presente in moltissime culture e lo ritroviamo in primis nella costruzione di entità familiari.

La famiglia nella maggior parte delle culture è l'organo che per primo è chiamato a trasmettere alla prole le regole della socializzazione e delle competenze.

Nella formazione del bambino riconosciamo chiaramente le tappe descritte in Shu Ha Ri. Nei primi anni di vita il piccolo forma le basi attraverso l'imitazione del modello parentale, linee guida che saranno le fondamenta della sua personalità, il bambino è completamente immerso nell'imparare e ricalca il modello culturale a lui proposto. Questa prima fase è abbastanza comune in gran parte delle culture. Nella nostra società occidentale, così come in quella dei cacciatori-raccoglitori, i bambini piccoli sono generalmente accuditi dalla madre, o chi per essa, al fine di far loro acquisire competenze e modalità di socializzazione corrette.

Quando il bambino raggiunge la pubertà ed entra nell'adolescenza il modello d'apprendimento cambia, c'è qui una netta discrepanza tra modalità e tempi e non sono paragonabili i modelli presenti in una società semplice di cacciatori-raccoglitori dell'Africa orientale con quelli della nostra società occidentale. Il passaggio all'adolescenza in molte di quelle che vengono chiamate società primitive (che non significa che siano società della preistoria ma solo che presentano una certa struttura sociale) è spesso accompagnato da riti di passaggio, ossia manifestazioni rituali che servono a segnare la fine della fanciullezza e l'inizio di una nuova fase d'apprendimento. Spesso questi riti prevedono, nel passaggio all'età adulta, l'abbandono del modello materno e l'entrata nella casa degli uomini, dove i ragazzi iniziano un nuovo percorso d'apprendimento che vanterà una nuova struttura data da *"imitazione"*, *"sperimentazione"*, *"insegnamento"*.

Per diventare cacciatori dovranno seguire dapprima coloro che lo sono già osservando e imparando tecniche e strategie, poi si cimenteranno loro stessi mettendo in pratica ciò che hanno imparato e apportando delle varianti personali, dopodiché saranno loro stessi parte del gruppo degli anziani col

compito d'istruire i nuovi giovani aspiranti cacciatori. Naturalmente non tutti raggiungeranno lo stesso livello di abilità e non tutti avranno la stessa predisposizione alla trasmissione dei saperi, ci sarà chi è più dotato e chi meno, ma tutti attraverseranno le **tre** fasi della trasmissione culturale.

Nelle culture moderne occidentali ritroviamo la stessa struttura in tre fasi per quel che riguarda la crescita del bambino, l'imitazione del modello parentale, ma con grosse differenze per quanto riguarda il passaggio degli adolescenti all'età adulta, poiché mancano i riti di passaggio forti, che tracciano un netto confine.

Queste tre fasi che sono i tre passi fondamentali per la trasmissione ossia: *imitazione del modello, rottura con il modello e adattamento, insegnamento*, sono alla base dell'evoluzione stessa dell'essere umano.

Questa tipologia di trasmissione la ritroviamo, curiosamente non senza sorpresa, in tantissime situazioni molto distanti tra loro, nelle arti come musica, pittura, danza, calligrafia, disposizione dei fiori (*ikebana*), la cerimonia del tè, nei mestieri del passato come l'artigianato e in quelli più moderni d'ufficio, nelle discipline matematiche o commerciali, dallo sviluppo di internet alle più avanzate scuole di business e management e naturalmente anche nelle arti marziali.

Nelle attività più svariate, l'evoluzione artistica o lavorativa avviene sempre attraverso le stesse tre fasi d'apprendimento.

Un concetto presente in tutti i sistemi giapponesi d'insegnamento e apprendimento è quello definito come "*imparare con il corpo*", dalle lezioni nella prima infanzia, all'allenamento nelle arti tradizionali e marziali, alla preparazione dei manager e dei lavoratori delle fabbriche nelle principali aziende giapponesi.

Fuori dalla tradizionale cultura Zen, il sistema d'apprendimento è basato su **due fasi**: *minarai*, "apprendimento attraverso il guardare" e *kurikaeshi*, ripetizione e pratica. *Minarai* pare derivi etimologicamente dalla descrizione

visiva di un piccolo uccellino che guarda sua madre volare (Nishimura, 1991). Quindi, *minarai* è la prima fase del processo d'apprendimento, che è apprendimento passivo, vale a dire i primi passi nel processo, mentre la seconda fase nel concetto di imparare con il corpo è basata sulla nozione di pratica attraverso la ripetizione di certe forme (*kurikaeshi*).

Imparare con il corpo implica il ripetere una serie di piccoli passi fino a quando essi sono gradualmente padroneggiati per poi unirli in un insieme più complesso. Solo con la ripetizione delle forme corrette, con una concentrazione sia fisica sia mentale, nel giro di alcuni anni ciò che si è appreso diventa automatico. La ripetizione delle abilità da acquisire è guidata da un metodo o da un insegnante, ma è soprattutto realizzata dallo studente attraverso lo studio di sé.

Un importante manager giapponese di risorse umane cita: “Secondo me padroneggiare qualcosa significa che puoi farla senza pensarci; se non hai padroneggiato qualcosa, allora devi concentrarti su quel compito, ma se l'hai padroneggiato, non hai bisogno di concentrarti o di pensare in modo particolare a quello che stai facendo e così hai la possibilità di pensare al prossimo compito che viene dopo, quindi, finché non si padroneggia qualcosa veramente attraverso la ripetizione, non diventerai uno che ha *imparato con il corpo*”.

Questo è quindi l'obiettivo, imparando "con il corpo" e usando meno energia consapevole nel compito immediato, lo studente può muovere ad una più larga sintesi d'apprendimento, che alla fine porta alla maestria. Lontano dal produrre una risposta rigida da parte dello studente, la “ripetizione intelligente”, che si ha quando la ripetizione è consapevole e attiva, produce la maestria, una completa abilità col campo dello studio.

Nella cultura Zen, oltre al concetto di “guardare e osservare” e “ripetizione intelligente” ecco che vediamo lo **Shu Ha Ri**, il *triplo* processo

d'apprendimento. Il significato letterale di questo termine è: “*conservare o proteggere*”, “*rompere*” e “*separare o liberare*”.

I termini corrispondono ai processi biologici della *gestazione*, del *germogliare* e della *fioritura*.

L'analogia descrive e rappresenta perfettamente i tre stadi d'apprendimento dell'allievo.

Al principio l'allievo novizio si avvale dell'esempio, del contatto come comunicazione corporea, dell'immagine mentale. E' la fase del plagio in cui l'allievo segue il suo insegnante esattamente, precisamente, copiando i movimenti al fine di imparare le forme prescritte. Non entra nel merito del significato del gesto, non cerca la comprensione, si fida ciecamente e si affida totalmente al maestro. Nel tempo avviene lo stadio successivo, in cui il significato profondo presente nelle forme, comincia ad emergere, sorgono le prime domande e le prime risposte. Lo studio farà in modo che alcune di queste siano date dal maestro e altre siano elaborate dall'allievo stesso che comincia far proprio ciò che ha imparato adattandolo a se stesso e a ricercarne aspetti e significati. Ancora più tardi, la comprensione sarà totale, la gestualità talmente insita nella persona da essere del tutto naturale e priva di forzature. Siamo al punto in cui la mente non deve più fare sforzi per partorire il gesto e torna ad uno stadio di rilassamento e vuoto come quando non conosceva ancora nulla.

Ritorna quindi ad uno stato iniziale chiudendo un cerchio. Ora c'è spazio per lo sviluppo e l'evoluzione, lo studio mirato al perfezionamento e al raggiungimento di nuove conoscenze, significati e modalità espressive.

Siamo al massimo livello di conoscenza e consapevolezza. In sintesi uno *studio passivo*, cui segue un'*esperienza attiva* per arrivare alla *realizzazione*.

Un esempio pratico di questi vari passaggi è quello dell'apprendista artigiano che lavora nella bottega di porcellana.

Com'è stato descritto da John Singleton in uno studio antropologico sul praticantato nell'artigianato della porcellana, la prima fase del sistema d'apprendistato tradizionale è il *minarai*, che dura un anno (fase *shu*). Durante questa fase, all'apprendista non è consentito toccare il tornio per i vasi, ma è incaricato dello *shitabaraki* (letteralmente "al di sotto del lavoro"). L'apprendista deve prestare attenzione alle necessità del laboratorio in termini di commissioni, pulizie, ed altri compiti umili. Una volta che questo periodo è finito, all'apprendista è consentito incominciare a lavorare al tornio. Il suo primo compito è di fare 10.000 tazze di sakè nella dimensione e nella forma e nello spessore esattamente come quelle del maestro (attraverso il *kurikaeshi*). Una volta che sono state completate le tazze di sakè, all'apprendista sono assegnate progressivamente nuove forme più complicate, ma ognuna è basata sul lavoro precedente (fase *ha*). Quando il maestro incomincia ad assegnare realmente il lavoro dell'apprendista al forno, si dice che sia un vero passo avanti. L'apprendista continua ad incrementare il suo repertorio di forme, solitamente sotto la tutela e l'occhio attento degli apprendisti più anziani. Alla fine, l'apprendista si stacca dal laboratorio del maestro (fase *ri*), ma non prima di completare lo *orei bookoo*, contribuendo all'inventario del maestro come un ceramista completo. Un altro eccellente esempio di cicli d'apprendimento stratificati come tipo di ripetizione intelligente, o più propriamente tema e variazione, viene dal metodo Suzuki per l'apprendimento della musica, propriamente detto "educazione del talento" (Taniuchi, 1986). La pratica nel metodo Suzuki indica che un passaggio musicale dovrebbe essere suonato migliaia di volte, ma per ognuna lo studente si sforzerà di suonarlo meglio.

La maestria si ottiene quando lo studente ha super - imparato il pezzo e suonarlo diventa automatico potendosi quindi permettere anche dei virtuosismi.

2.1. Dettaglio dei singoli livelli

守

Shu: proteggere, conservare, osservare una regola, seguire il modello per apprenderlo a fondo (concentrazione). La prima tappa, *shu*, è quella dell'insegnamento dei principi fondamentali. E' la fase della comprensione tecnica, della presa di coscienza della tradizione. Il maestro mostra la forma, l'allievo osserva attentamente la gestualità, la riproduce ciecamente adattandola al corpo. Proprio la massima fedeltà richiesta implica l'adattamento. Questa fase richiede "osservazione", "completa dedizione", "intelligenza" e la durata è di molti anni.

In questa fase l'allievo non ha obiezioni, non pone domande, è uno studio passivo in cui si imita il kata del maestro e il suo modo di fare e di essere. Questo significa abbracciare la conoscenza e la competenza che il maestro offre. Shu comprende anche l'apprendimento della storia, le tradizioni e i costumi del dojo. Shu evidenzia le basi in un modo così intransigente che lo studente ha un solido fondamento per l'apprendimento futuro, tutti gli studenti devono eseguire le tecniche in maniera identica, anche se la loro personalità, la struttura del corpo, l'età e tutte le abilità sono diverse.

破

Ha: rompere, distruggere, trasgredire, continuare senza più lo sforzo di imparare (meditazione). La seconda tappa, *Ha*, è quella dell'applicazione delle basi apprese, in cui si studiano delle varianti, si sperimentano i limiti e le conoscenze ricevute cercando anche di far emergere la propria personalità. E' *esperienza attiva*; ci si allontana, si rompe con la forma del maestro, ma a questo punto l'allievo non ha un suo stile e lotta per liberarsi dall'influenza del maestro; viene il momento in cui svaniscono le certezze e si rettifica la comprensione. Nella "*mente vuota*" non c'è posto per il maestro. E' il maestro che propone all'allievo il distacco: lo manda in gara, gli propone il

duello, lo abbandona al pubblico, lo espone alla critica. Gradualmente l'allievo è lasciato solo e ha il kata cui aggrapparsi, eppure non è il kata formale, ma l'esperienza dei maestri del passato in una nuova circostanza che si realizza attraverso la sua personalità e il suo corpo.

Tutto è nuovo, il kata acquista dimensione reale; il maestro è un'ombra che scompare. Qualche parabola cinese ha stigmatizzato il processo d'apprendimento affermando che per essere maestri bisogna *uccidere* il maestro. "Ucciderlo" significa percepire la sua presenza lasciarci e non voltarsi a guardarlo. Alcuni accusano l'insegnamento di plagio da cui ci si libera per diventare se stessi.

E' un momento difficile, in cui l'allievo può illudersi che i successi siano la maestria. Appresa la forma alla perfezione, quando è veramente penetrata oltre la superficie nella coscienza, il kata è applicato alla vita. In questa fase la forma è ignorata dalla coscienza e ricompare, creata dall'inconscio, nell'essenza del combattimento. Si sperimenta che la forma ha raggiunto lo spirito, il centro di coscienza, aggirando gli ostacoli che s'incontrerebbero limitandosi ad ascoltare le lezioni convenzionali di un insegnante che parla da dietro la cattedra.

In questa fase l'allievo non ha a chi porre domande. La mente è nello stato di mu-shin, (la mente nella non-mente) in cui nulla concede a desiderio o paura. E' la condizione in cui il corpo crea l'azione. Anche questa fase può durare molti anni e la separazione di cui si parla non è certo un distacco da un giorno all'altro. In termini di tecnica, lo studente sarà libero di rompere i fondamenti e iniziare ad applicare i principi acquisiti a partire dalla pratica di base in una nuova, più libera e più fantasiosa. Nello studente comincia ad emergere la propria individualità nel modo in cui egli esegue le tecniche. Ad un livello più profondo, sarà inoltre libero di rompere la rigidità delle istruzioni del maestro e comincerà ad interrogarsi e scoprire di più attraverso l'esperienza personale. Questo può essere un momento di frustrazione per l'insegnante, lo

studente porta alla scoperta d'innumerabili domande che iniziano con "Perché ...". E' il bambino diventato adulto e si confronta con se stesso prima che col genitore.

離

Ri: libertà, separazione, allontanamento, trascendenza, meditazione. E' *realizzazione*; ora arriva ad esprimere la disciplina conservando l'essenza della scuola, ma interpretandola secondo la propria esperienza, contribuendo al divenire dell'arte che si costruisce con l'esperienza umana una generazione dopo l'altra, non c'è più bisogno delle istruzioni del maestro dal quale, anzi, ci si allontana e ci si separa. E' citato anche come "anelito di libertà" per il maestro e l'allievo. Il kata torna a dominare quello che era un allievo ed ora è un esperto che può diventare maestro.

In questa fase finale la domanda è lecita e la risposta sorge dall'interno. Ora non è più la ripetizione del kata che l'allievo osservava con tanta intensità nell'espressione del maestro.

E' un kata, vissuto almeno in alcuni particolari, che talvolta può esteriormente essere identico, ma interiormente è diverso: prima arrivava faticosamente all'allievo, ora da lui emana con naturalezza.

Siamo ad un livello veramente altissimo e purtroppo difficilissimo da raggiungere, ma è l'aspirazione di chi pratica e studia con l'intento di fondere la propria vita con l'arte studiata e farne una cosa sola. Nello Zen si parla di completa armonia con l'universo, l'aspirazione ultima.

Questo non vuol dire che l'allievo e il maestro non siano più legati. In realtà, al contrario, dovrebbe essere così, ma ora dovrebbero avere un legame più forte che mai, come un nonno con il figlio che ora è anche un genitore. Anche se lo studente è ora completamente indipendente, ha i tesori della sapienza e il paziente consiglio del maestro e non vi è una ricchezza per il loro rapporto che passa attraverso le loro esperienze condivise. Per lo

studente è l'ora in cui l'apprendimento e il progredire passano più attraverso l'auto-scoperta che da parte d'insegnamenti ricevuti e può dare sbocco ai propri impulsi creativi.

Lo studente ora si propone di recare l'impronta della propria personalità e carattere alle tecniche. *Ri*, ha il significato di "liberare", per quanto lo studente chieda l'indipendenza da ora, è il maestro che deve anche impostare lo studente verso la libertà, come il genitore con il figlio che a sua volta diviene genitore.

3. I cicli di apprendimento a strati

Quindi, *Shu Ha Ri* è un ciclo d'apprendimento in tre fasi che porta alla maestria. *Shu* è imparare il livello fondamentale, di base, delle regole e del comportamento attraverso lo studio e l'emulazione, in altre parole, il lavoro di base. *Ha* implica applicare quello che si è imparato a molte diverse situazioni, una specie di "ripetizione intelligente" che attinge dalla conoscenza acquisita nella prima fase. Occorrono giudizi e adattamenti delle regole alle situazioni reali. Il risultato della fase di *Ha* è raggiungere la propria unica interpretazione delle regole stesse. *Ri* è il livello dell'utilizzo, dove esse sono messe da parte e la creatività e la spontaneità rimpiazzano l'emulazione, ma il processo è interattivo. Ora la consapevolezza è totale e l'espressione può evolversi; in persone particolarmente dotate ecco che l'evoluzione sfocia nelle geniali innovazioni che fanno progredire o riscoprire significati perduti.

Il livello è talmente alto che non ci si cura più della tecnica, poiché essa fuoriesce dal corpo e dalla mente in modo del tutto naturale e spontaneo.

Non si fa fatica a ritrovare queste tappe nel mondo occidentale. Lo studente studia con attenzione il passato; in fisica ripercorre teoricamente e in

laboratorio le esperienze, come un kata. Può accontentarsi di questa realizzazione e limitarsi nella vita a ripetere formule e leggi.

Oppure può cercare di andare oltre, impiegandosi nell'industria dove affronterà problemi di produzione e di organizzazione, dedicandosi alla ricerca per arrivare a nuove interpretazioni della realtà.

Quando avrà fatto esperienza, forse apporterà qualcosa di nuovo alle vecchie formule, oppure le esporrà in una migliore sintesi.



Possiamo notare, però, altri aspetti profondi nel metodo Shu Ha Ri.

Innanzitutto, l'estrema variabilità della durata di ogni fase che, a seconda dell'individuo, può essere di molti anni o addirittura non avere termine e quindi non poter passare alla fase successiva.

Si racconta che la fase *Shu* è molto lunga, la successiva *Ha* è sofferta, e l'ultima, *Ri*, è rinascita.

Inoltre ci sono cicli di *Shu Ha Ri*, nel più ampio processo dello *Shu Ha Ri* stesso, che portano alla maestria finale, che si avvicina nel corso di una vita.

In altre parole, ipotizziamo che il ciclo di *shu ha ri* possa essere di tre anni e ciascun anno costituire un ciclo, tre cicli di tre anni (quindi circa dieci anni) e una triplice divisione di cicli di dieci anni, comprendenti trenta anni, un tempo possibile per raggiungere la maestria.

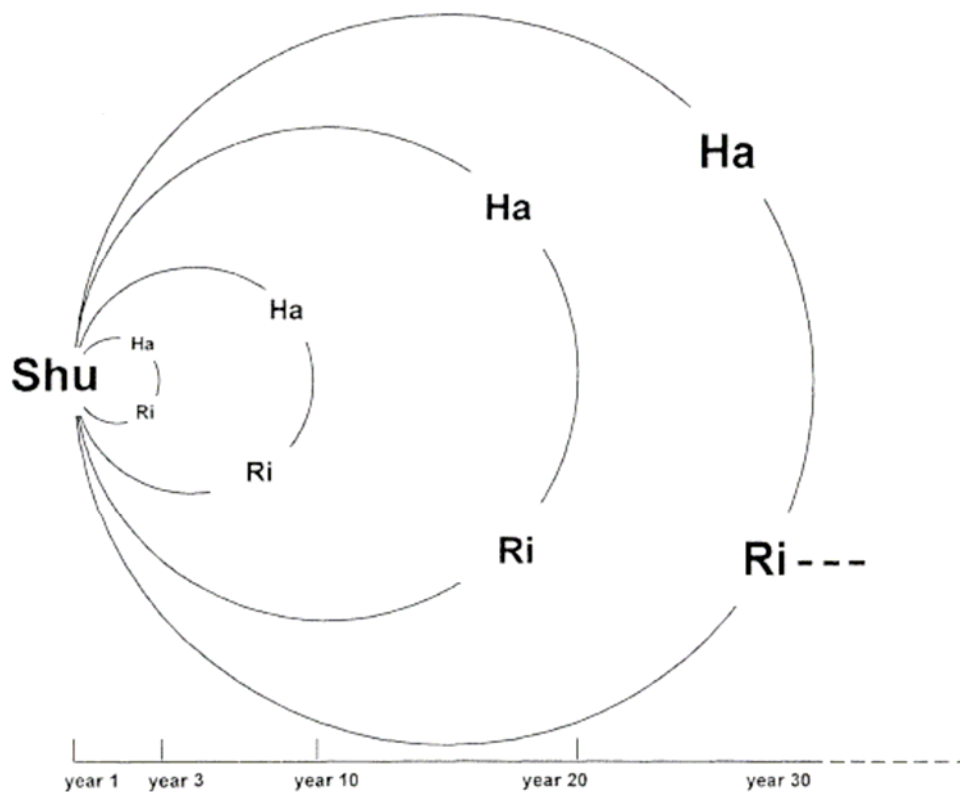


Figura 1: Rappresentazione dei cicli Shu Ha Ri nel corso degli anni

E' ovvio che la maggior parte delle persone non riusciranno mai ad arrivare a Ri. I più praticeranno tutta la loro vita e forse potranno riuscire solo a raggiungere un elevato livello di Shu, rafforzato da momenti di Ha, ma più si pratica e migliore sarà il contrasto.

Proprio la possibilità di un lampo di Ri è sufficiente ad infondere nuova forza e linfa vitale alla crescita personale.

Una persona a livello Shu non può insegnare, non è preparata a guidare dei pari-livello nel cammino dell'esempio, degli errori e dell'adattamento.

Una persona al livello di prestazioni Ha beneficia di molteplici risorse di insegnamento e può insegnare a persone di livello Shu. Una persona a livello Ri pensa in una lingua che la persona a livello Shu non riesce a capire. Quando si hanno difficoltà a spiegare un concetto, vale la pena prendersi un

momento per capire il divario di conoscenze ed esperienze tra i due interlocutori. Si potrebbe così capire che si sta parlando a livello Ri quando invece l'ascoltatore sta cercando una risposta a livello Shu. L'allievo in questo caso non chiede una risposta filosofica o piena di significati intrinseci, vuole una risposta immediata per la soluzione del suo problema. Inoltre non bisogna spiegare a qualcuno che già conosce i concetti e ha bisogno di aiuto per fonderli insieme.

Infine, è sconsigliato insegnare al di sopra del proprio livello. I Maestri possono imparare dai loro studenti, ma gli studenti che si presentano come maestri possono essere pericolosi.

Il problema di chi ha una comprensione Ri, in qualsiasi argomento, è che può essere difficile che se ne renda conto, non sa perché gli altri non capiscono e perché invece il significato delle cose appare a lui così evidente.

Occorre fermarsi e ricordarsi come si è arrivati a questo punto e sforzarsi di aiutare gli altri ad affrontare il loro percorso di studio.

Gichin Funakoshi ha scritto: “Potrebbe essere il treno per un lungo, lungo tempo, ma se si limita a passare per le vostre mani e piedi e saltare su e giù come un fantoccio, l'apprendimento di karate non è molto diverso da imparare a ballare. Lei non avrà mai raggiunto il nocciolo della questione”. “Ci sono molti istruttori di alto livello, che ritengono di avere trenta anni di esperienza di formazione alle spalle, mentre in realtà hanno solo ripetuto *uno* anni trenta volte”.

Non è quindi la meta l'obiettivo da raggiungere, ma il viaggio percorso che è importante.

Si parla, quindi, di *cicli*, ma anche di *strati*.

Infatti, ogni fase porta al suo interno anche le altre, in un complesso sistema di sovrapposizioni. Shu Ha Ri non è una progressione lineare.

E' più simile a cerchi concentrici, in modo che Shu contenga anche momenti di Ha e Ri e che Ha e Ri abbiano al loro interno anche Shu, vi sia cioè

all'interno di Ha lo Shu ed entrambi all'interno di Ri. Così gli elementi fondamentali rimangono costanti, e solo la loro applicazione e le sfumature della loro esecuzione nei cambiamenti che lo studente progredisce con la propria personalità cominciano a dar sapore e consistenza alle tecniche eseguite. Allo stesso modo, gli studenti e gli insegnanti sono sempre legati tra loro con il loro stretto rapporto e la conoscenza, l'esperienza, la cultura e la tradizione condivisa tra loro.

Inoltre il concetto poi diventa circolare, nel senso che alla fine si torna ad un punto di partenza.

Gli antichi descrivono lo *Shu Ha Ri* come un processo d'apprendimento che va dal "superficiale al profondo al superficiale" così che all'inizio c'è una comprensione superficiale basata sulle regole d'apprendimento a memoria, il secondo livello implica l'espansione dell'apprendimento a varie applicazioni e situazioni, per approfondire, e il livello finale è di nuovo superficiale, perché "raggiungendo il livello finale tutti i vincoli sono infranti e si è completamente liberi; questa libertà, tuttavia, non è altro che l'osservazione delle regole".

La fase finale della maestria ci riporta ai primi passi dell'apprendimento delle regole, ma ora esse possono essere comprese da una prospettiva di libertà, nel senso che sono applicate non attraverso una imitazione pedissequa, ma attraverso la comprensione della loro saggezza intrinseca.

Nello Zen la trasmissione è qualcosa "*che deve cambiare perché tutto resti come prima*": c'è una continuità essenziale che riguarda lo spirito (il kata) che deve restare e c'è un cambiamento superficiale che è dovuto al trascorrere del tempo.

Nello Zen si dice: *All'inizio la montagna è montagna e il fiume è fiume, poi le montagne non sono più tali e il fiume non è più fiume, ma alla fine le montagne sono ancora montagne e il fiume fiume.*

4. Definiamo “Arte” Marziale

Nelle arti marziali il concetto segue lo stesso percorso.

Per quanto sia possibile generalizzare, ritengo utile un approfondimento su ciò che ora definiamo *arte marziale*.

Il termine “arte” può essere assunto nel senso di “tecnica”, certo, ma sembra chiaro che nell’espressione “arti marziali” è il suo senso estetico a prevalere nell’immaginario occidentale.

I giapponesi utilizzano nei giorni nostri, per designare le arti marziali, il termine *budô*, letteralmente “le vie guerriere”, espressione che connota una dimensione prevalentemente etica.

Si nota d’altra parte che quando l’uomo della strada parla di *budô*, per lui *dô* non assume assolutamente una particolare implicazione filosofica. Impiegato nella vita quotidiana, *dô* possiede innanzi tutto il significato di “mondo” e bisogna dunque comprenderlo come “mondo delle arti di combattimento (giapponesi)”. Tuttavia, nel periodo Edo (1603-1868), per designare le diverse discipline erano in genere impiegati termini provvisti del suffisso *jutsu*, “tecnica” (*jujutsu*, *kenjutsu*, *kyûjutsu*, ecc). L’attuale abitudine di usare parole con il suffisso *dô* (*judô*, *kendô*, *kyudô*, ecc.) si radicò dagli ultimi anni del XIX secolo, quando la società giapponese, in piena crisi, si aprì alla cultura occidentale. Tali termini conobbero un crescente favore durante l’ascesa del militarismo, e in seguito durante la guerra, quando l’insegnamento dei vari *budô* divenne obbligatorio nelle scuole per fortificare le “virtù guerriere” ed eventualmente servire in combattimento. Nel dopoguerra, dopo un breve periodo di divieto delle discipline di combattimento giapponesi da parte delle forze americane d’occupazione, le diverse federazioni sportive che hanno visto la luce hanno “volgarizzato” in maniera decisiva queste nuove espressioni; per denominare le proprie discipline, scelsero di continuare ad apporvi il suffisso *dô* (esiste addirittura

una federazione, creata nel 1956, che regola la “via della baionetta”, *jukendô!*) e l’insegnamento delle arti di combattimento riprese con più vigore, guadagnando un successo, per le discipline a mani nude, maggiore all’estero che in Giappone, dove la spada resta la più nobile delle armi.

La parola *budô* ha portato alla creazione di alcuni neologismi: *kobudô* e *shinbudô* (o *gendai budô*): “*budô* antichi” e “nuovi *budô*” (o “*budô* contemporanei”).

Il primo termine designa l’arte delle scuole d’armi.

Il secondo raggruppa gli sport di combattimento d’origine giapponese, che designeremo, non avendo di meglio, come le nuove “pratiche” con intenzioni filosofiche. In tal modo sono intese le pratiche moderne (vale a dire create dopo la restaurazione Meiji 1868 - 1912) che adottano l’idea di competizione e mirano a condurre l’individuo verso un tipo di coscienza allargata, o diversa, nei confronti del mondo. Sono invece chiamate “scuole d’armi” quegli stili particolari, creati prima dell’epoca Meiji, che utilizzano specifiche armi e sono praticati da un gruppo o un seguito di persone che riconoscono il medesimo maestro fondatore dello stile, storico o leggendario che sia. Queste scuole, *ryûgi* o *ryûha*, per quanto sopravvivono ai nostri giorni, non prevedono competizioni e basano il loro insegnamento sulla pratica dei *kata*.

Due grafie possono essere impiegate per questo termine, una che significa “forma”, l’altra che significa “modello”. Un *kata* può, infatti, essere considerato come una forma che serve da modello. La parola si applica alle forme di gesti codificati che si ritrovano in numerosi ambiti della cultura giapponese. Il primo teorico del *kata* fu Zeami (1363-1443) del teatro NÔ. Nel nostro caso, un *kata* è un concatenamento codificato di determinate tecniche, considerato come un insieme in sé completo. Più precisamente, nell’ambito delle scuole specializzate nel maneggio della spada in cui l’allenamento mette due persone a confronto, il termine *kata* designa l’intera sequenza formata dallo scambio codificato di tecniche predeterminate tra i

due avversari. Bisogna tuttavia notare che, per quanto la parola “kata” sia il termine ora più diffuso, non si riscontra nei trattati dell’epoca Edo o anteriori. Il termine specifico, che si trova nei trattati e che è tuttora impiegato per i kata delle scuole di *kenjutsu*, è *tachi-awase*, per esempio.

Mentre le federazioni sportive e molto spesso anche le discipline con finalità filosofiche dimostrano un’esagerata volontà di proselitismo, il principale desiderio delle scuole d’armi consiste nella corretta trasmissione di una tradizione, a persone veramente motivate. Più che il numero di allievi, l’importante è preservare la purezza di uno stile. Per denominare l’arte che trasmettono, queste scuole utilizzano comunemente, nei termini connessi all’arma di cui insegnano l’uso, il carattere *jutsu*: perciò si parla di *kenjutsu* e non di *kendô*, ad esempio. Il termine *budô* rende molto l’idea di una certa “giapponesità”. L’espressione non sarebbe mai utilizzata per parlare della scherma occidentale, per esempio; allo stesso modo, per tutti gli europei l’espressione “arti marziali” richiama direttamente l’Asia. Per quanto riguarda la terminologia occidentale, il termine “arti marziali”, nel suo preciso significato di “arti della guerra”, non designa soltanto le arti del maneggio delle armi, ma comprende anche l’arte delle fortificazioni e la strategia bellica, per esempio. Nello stesso tempo, tutte le arti di combattimento non sono “marziali” nel senso che sono appannaggio di una classe militare, o relative alla guerra, ma la ricerca per la forma, per lo stile, permette la creazione di stili fondati non solo sulla ricerca dell’efficienza tecnica, ma anche su una certa idea del bello. Come in tutte le arti marziali, il Karate ovviamente ricalca nella sua interezza il percorso e gli aspetti di Shu Ha Ri, ma potremmo ulteriormente approfondire sostenendo che il Kihon corrisponde alla fase Shu (lo studio del fondamentale, della tecnica), il Kata alla fase Ha (la ricerca del significato e delle applicazioni, delle combinazioni), il Kumite alla fase Ri (la liberazione dalle regole e la libertà d’applicazione finale dove il gesto codificato si esprime in una reale

situazione d'attacco). Nondimeno, ognuno di questi ha al suo interno le altre fasi, in pratica il Kihon (Shu) porta al suo interno anche la fase Ha con le sue applicazioni e la fase Ri con i Kihon Kumite fondamentali; il Kata porta la fase Shu per lo studio della sequenza, la fase Ha per le applicazioni e la fase Ri per il Bunkai; il Kumite è studiato anche con ripetizioni ed esempi con o senza avversario e nei Gohon Kumite (fase Shu), con le varianti delle applicazioni con l'avversario tipo Jiyu Ippon Kumite (fase Ha) e poi il Kumite libero staccato dai modelli (fase Ri).

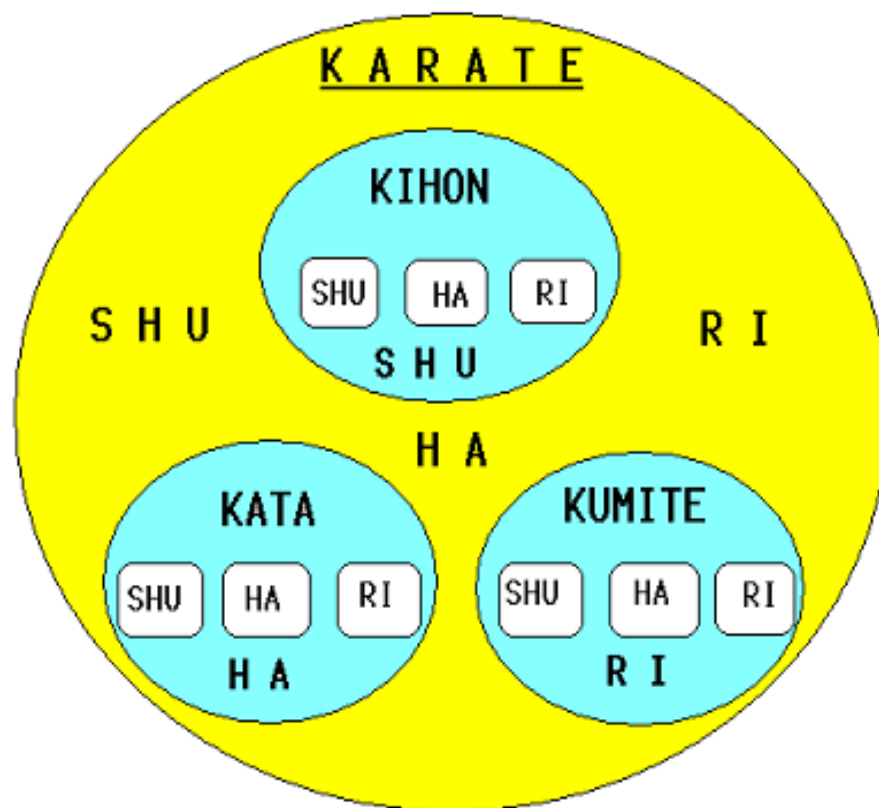


Figura 2: Rappresentazione della sovrapposizione di Shu Ha Ri

5. SHU HA RI e SHIN GI TAI

SHIN GI TAI è la combinazione di spirito (SHIN), tecnica (GI), e il corpo (TAI) come una posizione o movimento di un'energia fisica. Ogni elemento ha una diversa intensità in ogni fase di Shu Ha Ri. Nella prima fase SHU, l'elemento dominante è GI e/o TAI. In questa fase, un gesto, un'imitazione del gesto, una riproduzione di un determinato modello, è sostanzialmente di natura tecnica e fisica. Lo spirito è in uno stato di *ushin* (mente concentrata e attenta nel merito).

Nella fase HA, lo studio continua e avviene attraverso sensazioni fisiche, ma anche attraverso una crescente comprensione cognitiva sempre più intensa. La sua caratteristica dominante è ancora GI o TAI, o entrambi e il budoka continua nello stato di *ushin*.

Nell'ultima fase RI, SHIN, GI e TAI, si mescolano e si fondono. Il budoka è uno stato di *mushin* (mente senza mente, libera da vincoli preconetti).

E' possibile la reazione spontanea davanti a qualunque attacco, con assoluta efficienza del corpo e della tecnica. Qualcosa ha reagito. Qualcosa ha lottato con successo ed è riuscito. Qualcosa si realizza in una consapevolezza cognitiva, nella mente “piena di vuoto”, un vuoto non inteso come assenza ma disponibilità e apertura mentale, liberi di usare concetti e distinzioni senza essere usati da loro.



Figura 3: Shu Ha Ri



Figura 4: Shin Gi Tai



Figura 5: Shi – il Maestro

6. La Via verso la Maestria

Una volta raggiunta la fase Ri, dove lo spirito, la tecnica e il corpo sono una cosa sola ed è stata raggiunta un'alta conoscenza dell'arte studiata, si può parlare di aver raggiunto la Maestria. “Maestria” intesa, però, solo come indicatore di livello altissimo di abilità e conoscenza acquisite. Ben diverso è il significato complesso di “Maestro”.

Per essere Maestro, è quindi sufficiente una notevole competenza didattica? Un abilissimo esecutore è quindi sicuramente un grande Maestro? Oppure un grande Maestro è necessariamente un bravissimo esecutore? Sicuramente no, personalmente ho conosciuto bravissimi atleti ed esecutori che non erano certamente maestri eccelsi e viceversa, scarsi atleti col “dono” di saper trasmettere l'arte e ottenere i migliori risultati dagli allievi.

Nel mondo orientale la figura del “Maestro” è assolutamente molto più densa di aspetti e significati intrinseci, figura ben più complessa di quello che noi chiamiamo “docente” o “insegnante”.

Il Maestro non si limita solo ad insegnare, non è solo colui che sa o dimostra di sapere, è una figura carismatica, un esempio da seguire, un obiettivo da

raggiungere, è lo studioso che dedica le sue energie nella ricerca e lo sviluppo della sua disciplina.

“Maestro” deriva, infatti, dal latino “magister” (da magis, di più); in ebraico maestro è “rabbi”, che significa “grande” ed in sanscrito “guru”, pesante di dignità e prestigio.

Il Maestro è, dunque, colui che guida, spiana il cammino; un compito delicato il suo, caratterizzato dalla piena condivisione di ciò che insegna. Il vero Maestro, infatti, è colui che dapprima cerca di migliorare se stesso e poi indirizza il proprio intervento sugli altri.

La storia della pedagogia c’insegna che i veri Maestri sono coloro che sanno instaurare un rapporto relazionale efficace con l’allievo e rappresentano per lui un valido modello di riferimento. Per essere Maestro occorre, quindi, avere un ideale di vita e, attraverso l’insegnamento e l’esempio, produrre nell’allievo il desiderio di condividerlo.

Senza voler assolutamente denigrare o sminuire la necessaria preparazione per insegnare, ritengo che, tranne che in pochissimi casi, si siano persi proprio questi valori fondamentali, meno appariscenti, per dar spazio, forse, solo ad altri tipi di conoscenze. Ai giorni nostri un “Maestro” deve in primo luogo essere un tuttologo, deve conoscere anatomia, biologia, fisiologia e chimica cellulare, conoscere perfettamente il metabolismo e il funzionamento dei mitocondri, i modi per passare da un lavoro aerobico ad uno anaerobico, essere un esperto preparatore sportivo anche se privo di capacità e motivazioni relazionali con gli allievi. Resta certamente preziosissimo l’apporto dello sviluppo e dello studio per evitare gestualità errate e dannose dal punto di vista fisiologico e meccanico, anche in contrasto con le “tradizioni”, credo, però, che tutte queste conoscenze nella loro estrema importanza siano subentrate facendo perdere di vista quei valori più nascosti e meno tangibili e quindi non le considererei come caratteristiche primarie per identificare la raggiunta Maestria.

In un suo scritto, il Maestro Ferdinando Balzarro cita: “La Maestria è un processo superiore il quale, grazie alle imperscrutabili alchimie presenti nell’anima, può convertire qualunque forma di espressione umana, fosse anche la più spontanea ed elementare, in opera d’arte.”.

Ovviamente il Maestro è tale quando ha allievi, altrimenti è un ricercatore, uno studioso cui manca il complesso rapporto tra lui e l’allievo; è come un bellissimo e maestoso albero che però non fa frutti, vive solo per se stesso e anche un grandissimo studioso potrebbe essere un pessimo Maestro.

Per comprendere la complessa natura del rapporto tra Maestro e allievo nelle tradizioni orientali, è necessario ricordare quanto detto a proposito delle caratteristiche del processo di Shu Ha Ri, dei suoi cicli, delle sue sovrapposizioni, della sua circolarità che dal superficiale va al profondo e poi di nuovo al superficiale.

Il tempo s’intende in un movimento che ha la forma della *circolarità* e non della linearità, quindi ciò che avviene *dopo* non ha mai la qualità dell’assoluta novità, ma è incline, piuttosto, ad avere la qualità della ripetizione. Diciamo “incline” perché in realtà non si tratta di una ripetizione pura e semplice, quanto piuttosto di una *ripetizione relativa*, come avviene nei cicli naturali con l’alternanza delle stagioni e con quella del giorno e della notte. Non si ha mai giorno o notte o stagione identici; né, in una medesima stagione, si ha mai un evento, sia esso fenomeno atmosferico o evento biologico, del tutto uguale ad un altro.

Così, nella trasmissione degli insegnamenti, pur nella regolarità con cui essi sono ripresentati, non si ha mai una loro ripetizione pura e semplice: non si può affermare che si dia una condizione d’assoluta *staticità*, ma non si può nemmeno affermare che si produca una condizione di radicale novità. L’insegnamento di un Maestro all’interno di una tradizione gioca lo stesso ruolo interpretato da un singolo fiore all’interno di un processo di fioritura che appartiene ad una particolare stagione, la primavera.

Un particolare insegnamento non pretende di inventare una nuova tradizione, così come un fiore non inventa una nuova specie o una nuova stagione; ma tale insegnamento, nello stesso tempo, non si limita a replicare senza differenze i contenuti delle dottrine elaborate dalla tradizione, così come un fiore nato in una certa primavera non si limita a replicare senza differenze forme, colori e profumi di un fiore della medesima specie sbocciato in una precedente primavera.

Questa caratteristica di “*differire nella continuità*” non comporta alcuna valutazione, né positiva né negativa, dell’innovazione rispetto alla tradizione. Sarebbe, infatti, tanto assurdo quanto il voler giudicare un fiore rispetto alla fioritura o alla primavera: il sapere accumulato dalla tradizione, svolgendo la funzione di zavorra rispetto agli “scatti” prodotti dalla forza innovativa degli insegnamenti non li blocca né li esaurisce, ma li limita in senso positivo, dando ad essi misura e direzione. Possiamo quindi affermare che, nonostante vi possano essere grandi evoluzioni e sviluppi, restando sempre ancorati alle regole base, non vi sia nulla di “nuovo” ma di “differente”.

Il tentativo di costruzione del futuro mediante la distruzione del presente non può funzionare e le definizioni di “nuovo” perdono significato. Ciò significa, più in generale, che, all’interno d’ogni tradizione orientale, gli insegnamenti di un particolare Maestro possono differire, per novità, anche in modo radicale da quelli di un altro Maestro, ma sono da ritenersi equivalenti rispetto al contenuto di verità della loro tradizione: le differenze di giudizio dipendono e derivano soltanto dalle diverse valutazioni espresse dai singoli allievi, ma sono del tutto inconsistenti per quanto riguarda la qualità del rapporto che ciascun Maestro intrattiene con la sua tradizione.

Detto in altri termini: dal punto di vista di una vetta tutte le vie e i sentieri che vi conducono sono validi, indipendentemente dai diversi tempi e dai vari modi in cui sono stati tracciati, le differenti valutazioni discendono esclusivamente dalle diverse capacità dei singoli individui che li percorrono.

Con queste caratteristiche generali, dal Maestro orientale scaturisce una serie di comportamenti specifici che possono contribuire a delinearne la figura in modo più completo. Nel pensiero orientale, quindi, tra Maestro e allievo la differenza qualitativa non risulta risiedere, come si è solitamente propensi a credere, nella maggior “pienezza” del Maestro in confronto alla natura “vuota” dell’allievo, cosa che fa ritenere che la trasmissione dell’insegnamento si risolva in un semplice travaso di nozioni.

Al contrario, la differenza consiste nel fatto che il Maestro è tanto più “potente” quanto più è vuoto, ossia quanto più è consapevole della relatività del suo sapere.

"L'utilità della tazza è nel suo essere vuota".

Dalla sua intrinseca “apertura” non si deve ricavare la convinzione che egli non trasmetta per niente contenuti precisi, o che li trasmetta in modo debole e generico; tuttavia si può verificare come la finalità di questa trasmissione non sia in alcun modo né l’erudizione né l’indottrinamento, ma la *formazione*.

Anche se è da precisare che “formazione” non sta qui a significare “imposizione di una forma” su un allievo da parte del Maestro.

Sarebbe meglio sostenere che si tratta di un’educazione nel senso letterale del termine che indica l’attività di “far venir fuori” la natura propria dell’allievo, di metterne in luce le capacità.

Il Maestro è come uno specchio, sincero e non deformante, che aiuta gli allievi ad individuare i propri difetti.

L’allievo, da parte sua, deve fidarsi del Maestro fino al punto di *affidarsi* a lui: tuttavia, non nel senso di coltivare nei suoi confronti un culto della personalità talmente cieco da produrre qualche forma d’alienazione, ma nel senso della consapevolezza che proprio il vuoto del Maestro, ossia il suo funzionare da specchio, è essenziale all’apprendimento di una disciplina o di un’arte, più di un nobile discorso, di una “forte personalità” o di un ordine imposto.

E' da notare, a questo proposito, che, mentre in Oriente si registra tra gli allievi la tendenza ad affidarsi troppo al Maestro, rischiando così di chiudersi e di perdersi in un meccanismo d'imitazione, in Occidente si constata la tendenza contraria, quella di affidarsi troppo poco al Maestro. Tendenza prodotta soprattutto dalla paura di perdere il proprio io con la conseguenza che spesso, in Occidente, si tende a voler cambiare Maestro con troppa facilità e rapidità, alla ricerca frenetica di quello che soddisfi, in misura maggiore e nel minor tempo possibile, le proprie esigenze personali. Spesso nascono equivoci proprio per il modo distorto di intendere e di usare il concetto di "personalità", in particolare quando l'allievo cerca un Maestro dalla "forte personalità" al fine di ottenerne una simile, o, addirittura, una ancor più "forte"; allora possono nascere delle vere e proprie distorsioni della realtà, come quella per cui l'allievo scambia l'eccentricità o l'inaccessibilità del Maestro come sinonimo di superiorità da imitare.

Al contrario, eccentricità e inaccessibilità, quando non sono artifici escogitati da qualche ciarlatano che si spaccia per Maestro, sono sintomi di un distacco del Maestro dal proprio io.

Per cui, se è necessario che vi sia imitazione, essa non deve avere per oggetto i segni esteriori del distacco, ma la disciplina interiore che conduce al distacco. Di fronte alla pratica dell'imitazione l'allievo orientale tende per lo più alla ripetizione meccanica, dimenticando l'esperienza di cui è segno ciò che imita; mentre l'allievo occidentale tende per lo più a sottrarsi all'imitazione, dimenticando che essa è lo strumento primario per ridimensionare le pretese dell'io, ossia per cominciare a realizzare il distacco. In ogni caso, l'allievo deve sempre tenere presente, da un lato, che l'imitazione di gesti, frasi e pensieri del Maestro è necessaria per l'acquisizione di nozioni e di tecniche fondamentali, così com'è necessario il solfeggio nello studio della musica, o come lo è il saper fare i nodi per

arrampicare, ma, dall'altro, che essa è soltanto un mezzo per la realizzazione del vuoto.

A questo riguardo ecco che il significato di Shu Ha Ri torna presente. *Shu*, il rispetto delle regole, la necessità di esercitare l'imitazione, di restare fedeli alla lettera della tradizione; *Ha* indica invece il contrario, l'importanza di andare oltre le regole, di inventare e di innovare; *Ri* allude alla necessità di staccarsi tanto da *Shu* che da *Ha*.

Questo perché chi si ferma a *Shu* appare ancora troppo attaccato alle forme da imitare e, quindi, indirettamente, alla personalità del Maestro, mentre chi si ferma in *Ha* rivela d'essere ancora troppo attaccato alle proprie capacità trasgressive e creative, quindi, indirettamente, al culto della *propria* personalità.

Chi, invece, riesce a giungere a *Ri*, mostra di aver saputo incorporare le regole al punto di avere la forza di infrangerle e superarle, ma anche di aver potuto distaccarsi dal riferimento all'io che ha espresso tale forza.

A questo punto, quando l'allievo produce i segni che testimoniano il superamento dell'attaccamento alla tradizione, all'innovazione e alla loro opposizione, può anche esser "nominato" Maestro.

Concludo con un pensiero del M° Balzarro che scrive: *L'allievo, dal Maestro, potrà apprendere tutto tranne la "Maestria". La Maestria non si trasmette con l'insegnamento. Essa è qualcosa di tecnicamente inspiegabile, non può passare attraverso le consuete capacità individuali di apprendere e imitare. La Maestria è un processo superiore che si sviluppa in aree psichiche intellettuali e culturali non raggiungibili dall'esterno. Il Maestro può risvegliarlo nell'allievo facendogli contemplare la bellezza suprema che l'ultimo sforzo della sua Arte gli ha permesso di raggiungere.*

Forse una singolare legge dello spirito impone che non si possa ricevere da alcuno la verità, ma che noi stessi dobbiamo essere in grado di cercarla.

Solo quando l'allievo raggiungerà questa condizione, la luce della Maestria illuminerà la sua Arte.

Quello che è il termine della sapienza del Maestro, gli apparirà allora come l'inizio della sua sapienza.

訓

- 一人格完成に努むること
- 誠の道を守ることを
- 努力の精神を養うこと
- 礼儀を重んずること
- 血気の勇を戒むること

根柢慶之輔

Bibliografia

La ricerca è stata fatta mediante consultazione di numerosissimi articoli e scritti tratti da Maestri, scrittori e da vari siti internet italiani ed esteri in cui non compariva il nome dell'autore. Cito quindi, in ordine alfabetico, solo i nomi e non le eventuali opere da cui sono stati ricavati gli spunti e gli stralci.

- Balzarro Ferdinando
- Baricco Alessandro
- Barioli Cesare
- Catalano Lorenzo
- Champault Françoise
- Cockburn Alistair
- Digenti Dori
- Niccolò Roberta
- Semino Ilio
- Shoji Hiroshi
- Takamura Yuki Yoshi
- Tann Phil
- Thompson Michael
- Tsunetomo Yamamoto
- Varone Ciro