

Enzo Montanari

Biografia. Il maestro Enzo Montanari ha iniziato la pratica del Karate nel '65. Atleta azzurro della nazionale Fesika dalla sua costituzione al suo scioglimento; campione italiano nel '75 e '76, due volte vice campione del mondo a Tokyo nel '71 e '73 e medaglia di bronzo a Los Angeles nel '75.

Dal '71 la sua scuola propone corsi di Karate collettivi, individuali per adulti e bambini, principianti e avanzati, per cinture nere, aspiranti istruttori e istruttori.

L'insegnamento approfondisce lo studio del Karate come difesa personale e come mezzo per il mantenimento della buona salute. La scuola offre la possibilità di studiare il Qi gong, di controllare l'energia vitale e di rallentare i processi d'invecchiamento e il T'ai Chi Ch'uan praticato come ginnastica meditativa, indicata per la salute psicofisica.

In questi anni sono stati pubblicati: *Karate Shotokan - Karate sconosciuto*, Ed. Mediterranee 1995 – *Il Cammino sulla via del Karate*, Ed. Mediterranee 2014.



Enzo Montanari, il fascino del silenzio

(tratto dalla rivista Samurai, Mese di ottobre - Anno 1988)

Capita raramente che il protagonista di un racconto cinematografico ispirato all'arte marziale riesca veramente ad esprimere lo spirito, la dignità che accompagnano la nobile figura del samurai del Giappone medievale.

Risultato, invece, mirabilmente raggiunto da chi ha scritto ed interpretato la saga di Itto Ogami, leggendario ronin, guerriero silenzioso e solitario, che attraversa il Giappone vincendo tutte le trappole micidiali di cui hanno disseminato il suo cammino i suoi terribili nemici. Un cammino lunghissimo alla ricerca di una verità che gli consentirà di presentarsi all'imperatore dopo aver depurato di ogni ombra la storia della sua vita. Una storia dietro la quale non è difficile scorgere la rappresentazione fabulatoria del tragitto verso la conoscenza che ogni uomo dovrebbe compiere nella costante ricerca di un'ascesi verso la perfezione.



Una figura ed una storia che si adattano in termini straordinariamente speculari ad Enzo Montanari che è sicuramente il più fedele interprete dell'idea marziale che la scuola di Shirai abbia espresso.

Atleta prestigioso sul piano dei risultati, esprimeva un vigore, una potenza, una determinazione selvaggia. Ogni sua espressione agonistica era un ruggito di orgoglio, una riaffermazione individuale di volontà rabbiosa per dimostrare, soprattutto a se stesso, di aver dato tutto senz'altra bramosia se non quella di non doversi rimproverare un solo momento di debolezza.

Scrisse qualcuno proprio su questa rivista: *“Uomo di poche parole, rispecchia la massima zen “Colui che sa, non parla” essendo insufficiente la parola per esprimere determinati stati d’animo”*. Sintesi molto efficace della personalità di Montanari che, sin dai tempi dei suoi fulgidi successi sportivi, aveva capito come il gesto di ogni specialità marziale altro non era se non la visualizzazione di concetti interiori.

E già da quei giorni aveva colto i valori contingenti delle collocazioni politiche dei gruppi federali. Le circostanze organizzative determinano una sigla ma tutto questo non c’entra con le logiche marziali alle quali un maestro deve fare riferimento. Tutto questo, Enzo Montanari, che rimane un formidabile atleta sul piano fisico, riconosce con calma lucida e serena dando atto che le necessità sportive hanno rappresentato e rappresentano una componente fondamentale nel raccogliere attorno al karate tanti consensi.

Ma, sotto questo profilo, l’allargamento della base non ha certamente contribuito a diffondere il messaggio spirituale che, come ogni altra disciplina marziale, portava con sé. Al quale, invece, Montanari è rimasto fedele percorrendo, come Itto Ogami, le difficili strade verso quelle verità che consentono di crescere e migliorare la propria individualità. Dissolto il gruppo con il quale aveva percorso la prima, luminosa, parte della sua strada, Montanari ha continuato il suo faticoso cammino solitario attento agli echi che gli venivano dalle altre valli senza, tuttavia, esserne distratto.

Chi lo ha seguito non lo ha fatto certamente cedendo alle lusinghe degli imbonitori. Il fascino maggiore del ronin nasce proprio dalla mistica del suo silenzio.

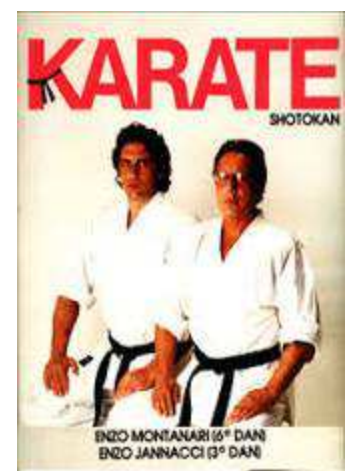
Enzo Jannacci parla dell’amico Montanari (tratto da Galatea Magazine - ottobre 2002)

Lei dice che ha avuto una particolare cura del suo fisico. E spiega che la sua generazione doveva avere questa cura del fisico. Cosa vuol dire?

Vuol dire che non c’era il pane bianco. Abbiamo cominciato a mangiare il pane bianco perché sono arrivati gli americani che ci buttavano le pagnotte di pane. Prima era durissima, io avevo un fisico gracile, si parlava allora di “habitus linfaticus”. Si diceva “è linfatico”, cioè gracile. Ho dovuto costruirmi il fisico per non ammalarmi e mi sono ammalato lo stesso.

Lo sport che ha più amato sono le arti marziali?

Ho insegnato in una palestra. Ho cominciato ad appassionarmi a queste discipline attraverso un mio amico, un grande campione, il mio guru, un amico italiano che si chiama Enzo Montanari. E’ un padreterno nelle arti marziali, rompe i sassi del fiume, non i mattoni, i sassi, li fa a fette, anch’io l’ho fatto e mi sono rotto una mano. Le arti marziali fatte a un certo livello sono molto liberatorie, sono molto precise, il corpo segue una rapida successione di eventi musicali ed esistenziali. E’ un modo di scoprire il cervello, la respirazione. Le arti marziali hanno religiosità a prescindere dal tipo di religioni. Sono situazioni esistenziali tramandate da diecimila anni. Alcuni grandi che ci sono in India fermano il cuore, rallentano dieci, dodici, cinque pulsazioni al minuto. La cosa più



importante sono questi balletti che si chiamano “katà”. Non c'è l'offesa... discipline secolari che riguardano la mente, è energia, musica, è il principio che non siamo mai immobili, siamo sempre in movimento. Ho fatto trenta anni di arti marziali, di disciplina. Per questo mi controllo molto. Ma non riesco a tacere.

Enzo Montanari - Il primo Maestro (Marco Maiola)

Non sempre si ha, da subito, la consapevolezza di quanto un incontro possa essere importante nella vita. Di quanto possa avere influenza sia sulla tua crescita che sul modo che avrai di affrontare ogni passaggio della tua esistenza.

Sono entrato nella palestra di via Petrarca a Milano, all'età di 14 anni. Era il 1972. Erano gli anni di Bruce Lee e dei primi film di karate proiettati sul grande schermo. Ero un adolescente con la testa e, soprattutto, con le energie tipiche di quell'età. In quel periodo il Maestro Montanari era all'apice della sua carriera agonistica e, istruttore delle nuove cinture bianche, era il Maestro Todeschini. Le nostre strade si sarebbero incrociate solo qualche anno più tardi.



Il fascino del silenzio. Sì, condivido pienamente il ritratto del Maestro Montanari che ho ritrovato nell'articolo di Samurai. Quella era l'immagine che avevo di lui e quello è stato il suo primo grande insegnamento: l'importanza del gesto. L'importanza di quello che fai e di come lo fai. La capacità di non mistificare e di non nascondere, attraverso le parole, la debolezza della tua azione. Il gesto che acquisisce forza radicandosi nel tuo essere e nella verità che dimora nel tuo profondo. Non c'è bisogno di parole per sostenere un agire di questa qualità. Tutto risulta fluido, facile...

vero ed inequivocabile. La mano che si tende aperta o che si serra nell'atto di sferrare un attacco è mossa dai muscoli e dai nervi del nostro corpo, ma è nel cuore che quel gesto acquisisce l'armonia e la verità che gli competono. Oggi ritrovo questo insegnamento nel mio lavoro e nella mia vita personale ed anche la parola, diventata insieme agli aghi un'arma importante nella mia professione di medico, mi è diventata amica ed alleata, perché tramite manifesto di un vero sentire.



La costanza. Una delle sue più grandi doti e, forse, l'insegnamento che di più mi ha accompagnato, giorno dopo giorno, nella mia vita. Pensando alla costanza mi viene in mente la figura della madre, ben lontana peraltro dalle atmosfere e dalle energie che si possono respirare in un dojo di karate e lontana ancor di più dalla caratterialità del Maestro Montanari. Per alcuni anni della mia vita, ho praticato anche cinque, sei giorni la settimana. Era il periodo nel quale potevamo avere accesso alla palestra, anche la domenica mattina, per un allenamento libero. Mattina, pomeriggio, sera, feriale o festivo che fosse, il Maestro era lì. A seconda dei periodi, praticava con noi o con qualche istruttore esterno, si allenava al sacco o rompeva delle pietre... ma era comunque e sempre lì. Nella mia vita ho praticato spesso la via della

costanza appresa su quel tatami. Lo studio, il lavoro, gli allenamenti nello sport, le difficoltà e le battaglie della vita. Non quelle grandiose e spettacolari che necessitano di uno slancio e che si esauriscono in un breve lasso di tempo, ma quelle lunghe, che ti logorano e che ti esauriscono, ma che ho sempre cercato di affrontare con la consapevolezza che la goccia d'acqua è in grado di modellare anche la roccia più dura. Bravo! Hai fatto la 100 km del Passatore, ti sei laureato in Medicina, hai attraversato lo stretto di Messina... Non avrei fatto niente di tutto questo se non avessi conosciuto e imparato, su quei legni intrisi di sudore, l'arte dell'applicarmi con costanza nella vita.



La fiducia in sé stessi. Questo sentimento non nasce dall'ego smisurato ma dall'essersi messo alla prova e confrontato con le paure che albergano dentro di noi. La fiducia in sé stessi deriva dalla conoscenza e dalla consapevolezza dei propri limiti, e diventa la base solida per poterli espandere e superare. Nel rituale del combattimento, sei messo alla prova. Talvolta hai semplicemente timore, magari di farti del male o di sentire dolore. Altre volte invece hai paura e, spesso, non sai neanche perché. Nel rituale del combattimento impari a non fuggire. Stai fermo e cerchi di dare il meglio di te. Il tuo avversario è lì per

te, per farti sentire tutto questo e per aiutarti in questo percorso di crescita e di miglioramento. Sì, la fiducia in te stesso non può prescindere dalle battaglie che hai combattuto, da quelle che sei riuscito a vincere ma anche da quelle che ti hanno visto sconfitto. A distanza di anni, ricordo ancora quelle rare volte nelle quali ho avuto l'onore e la possibilità di fare kumitè con il mio Maestro. Ringrazio lui e tutti gli amici ed avversari che mi hanno aiutato a superare i miei limiti e le mie paure, oltre le quali ho potuto ritrovare, semplicemente, la persona che sono.



Il rispetto. Sulle doghe di legno della palestra eravamo tutti uguali. Lo spogliatoio era un po' come l'anticamera di questo mondo sospeso, come in una bolla, al di fuori della realtà. Lì dentro, con i vestiti, ognuno lasciava la sua storia, i piccoli grandi problemi della vita e indossava quegli indumenti bianchi e quella cintura che gli permettevano l'accesso al mondo antico del sapere tradizionale. Ho imparato l'essenza del rispetto in quella palestra. Il rispetto per il più forte ma anche per il più debole, per me stesso e anche per gli altri. Un senso di rispetto che, nell'arco della mia vita, in particolar modo professionale, ha rappresentato la base solida per comprendere ed accettare il mio prossimo, non come essere a me estraneo o esterno, ma come parte integrante della mia vita, così come lo sono il sole, la luna, la terra e le creature che la vivono. Il vero rispetto non può prescindere dal sentirsi partecipe di un tutto... ma questo è un insegnamento che devo ad altri Maestri.



La capacità di resistere. Resistenza e costanza sono, per alcuni versi, due facce di una stessa medaglia. E' la determinazione nel non mollare mai. Non c'era volta che, durante un allenamento, il Maestro Montanari non riuscisse a tirar fuori da noi tutto il possibile. Ci spremeva letteralmente come dei limoni! L'allenamento veniva sempre visto nell'ottica e nella possibilità di ottenere un miglioramento e, per questo, ognuno di noi era disposto a confrontarsi con il dolore e con la sofferenza. Se potevi fare dieci ti spingeva a fare undici o dodici. Se provavi a risparmiarti o, ancor peggio, ad accampare qualche scusa, era la volta che ti spremeva ancora di più! Ricordo di aver fatto alcuni allenamenti con il V metatarso del piede rotto. Sì, certo, avevo dolore. Ma era talmente forte la motivazione e la capacità di resistere che, per tre settimane, non mi sono neanche recato a fare un radiografia per sincerarmi della situazione. Quando mi sono deciso, ormai era troppo tardi per

poter pensare di fare una qualunque ingessatura: l'osso si era già parzialmente saldato. Storto, naturalmente.



La volontà e la determinazione. Questa è la capacità di porsi un obiettivo e di perseguirlo con tutte le forze, ma sono anche aspetti collegati all'essenzialità e all'efficacia di un attacco, così come di un gesto o di un'azione importante. Ritrovo molto di questi due aspetti anche oggi nel mio lavoro, in quello che noi agopuntori chiamiamo "intento nel mettere un ago". L'ago, in qualche modo, è la nostra katana, la nostra spada. Il gesto non può essere vero ed efficace se non è accompagnato dalla volontà e dalla determinazione. Iaido è l'arte dell'estrazione della katana, la Via dell'Unione

dell'Essere. Ci sono infiniti modi per tirare un pugno, così come di mettere un ago. Sul quel tatami aspetti l'attimo giusto, il momento nel quale ogni cosa è al suo posto. Sei veloce, rapido ed essenziale. La tecnica è perfetta e, in qualche modo, è come se anche tu facessi da spettatore in quel momento guidato dalle tue energie più vere e più profonde... e raggiungi il bersaglio con giustezza di gesto ed armonia.

Questo è ciò che mi ha donato l'incontro con una persona speciale o, come diceva un caro amico mio, quello che ho saputo rubare ad una persona speciale.

Enzo Montanari è stato per me una regola, una scuola di vita. Sono salito su quel tatami adolescente e ne sono sceso uomo di trent'anni.

Prima di chiudere, un'ultima cosa Maestro. Quando sorridevo durante l'allenamento, non era per lo scarso impegno o perché sentivo il lavoro troppo leggero... ero semplicemente felice.

Grazie!