



LA CERIMONIA DEL TÈ - Sadō

Il tè, in particolare il tè verde o *ryokucha*, è una bevanda diffusissima in Giappone. Tuttavia, quando si parla di “Cerimonia del tè” o *Chanoyu* (letteralmente ‘Acqua per il tè’), s’intende qualcosa di diverso dal semplice tè. La cerimonia del tè è simile a un rito religioso e rappresenta una sintesi di aspetti fondamentali della cultura giapponese

La cerimonia del tè, in se stessa piuttosto semplice, consiste nell’offrire una tazza di tè verde, molto denso, agli ospiti che conversano e che sono radunati in casa o in un luogo adatto, secondo un rituale preciso e stilizzato.

Chi dirige la cerimonia del tè deve aver praticato il *sadō*, la ‘via del tè’. La disciplina, la spiritualità e l’estetica del *sadō*, nella loro essenzialità, rappresentano una costante ricerca della semplicità e dei rapporti immediati, tipica dello zen.

I vari tipi di tè

Esistono, fondamentalmente, tre tipi di tè che dipendono dalle modalità con cui sono prodotti: il tè fermentato, quello semi-fermentato e quello non fermentato. Il tè fermentato è, per esempio, il cosiddetto tè nero all’inglese. Il semi-fermentato corrisponde alle specie di tè originarie della Cina: tè al gelsomino, tè oolong ecc. Il tè non fermentato è il tè verde giapponese, che ha caratteristiche e peculiarità sue proprie.

Il tè verde per la cerimonia del tè proviene da piantine coltivate senza mai essere esposte alla luce diretta del sole. Quando è il momento si staccano solo le foglie giovani che vengono cotte al vapore e, quindi, sono seccate. Successivamente vengono finemente polverizzate e infine confezionate in modo da poter essere utilizzate.

Di solito, come in Italia alla fine dei pasti si beve il caffè, così in Giappone sia alla fine dei pasti che in qualsiasi altro momento della giornata, si beve il tè verde: non si tratta in questo caso del tè in polvere usato per la cerimonia del tè, bensì di quello prodotto con le foglie delle piantine coltivate alla luce diretta del sole.

Il tasso di teina del tè in polvere è del 5%, mentre quello del tè verde normale è del 3%. Nei monasteri zen, i monaci lo bevevano durante le lunghe ore di meditazione, per combattere la sonnolenza. Al tè, oggi, si riconoscono vari tipi di effetti benefici: terapeutici, antisettici, cardiotonici ecc.

I giapponesi bevono qualsiasi tipo di tè senza zucchero, perché ritengono che così si possa apprezzare meglio l’aroma e il gusto originale delle foglie del tè.



La storia del tè in Giappone

In Giappone, la storia del tè ha quasi 1000 anni. Inizia con il monaco buddista Eisai (1141-1215) che, dopo un periodo trascorso in Cina studiando lo zen, tornò in Giappone portando con sé le piantine del tè che cominciò a coltivare nel giardino del monastero, convinto delle sue proprietà officinali.

La cerimonia del tè, dunque, è nata sotto l'influenza del buddismo zen, e fu solo in un momento successivo che si diffuse come forma di intrattenimento, sia per gli ospiti del monastero che per gli stessi monaci.

Da momento di intrattenimento, l'utilizzo della bevanda si trasformò presto in culto del tè, in *cha-no-yu*, e, avvicinandosi sempre più ad una forma di espressione artistica, cominciò a distaccarsi dall'ambiente esclusivamente monastico per diffondersi nella nuova classe dei mercanti e, tra il 14° e il 16° secolo, anche tra i samurai. Questi ultimi venivano educati alla cerimonia del tè con la stessa serietà e il medesimo impegno con cui venivano educati alle arti marziali.

Il significato profondo della cerimonia del tè, tuttavia, si ritrova all'interno del buddismo zen dove viene a rappresentare il legame tra la vita e l'arte, tra il sacro e il profano. La filosofia zen afferma che in qualsiasi attività, anche la più piccola e insignificante – ad esempio, tagliare l'erba, preparare da bere, sedersi, camminare... - sono necessarie concentrazione, applicazione, purificazione, devozione...

Di solito, anche oggi, prima di imparare a preparare il tè, bisogna apprendere il modo più bello e naturale di camminare, di sedersi, di inchinarsi. Per esempio, si deve camminare strisciando leggermente i piedi e guardando due o tre passi avanti, con la schiena ben eretta. Quando ci si deve alzare, tenendo appoggiate le mani sulle ginocchia, si sollevano i talloni a piedi uniti e lentamente ci si alza conservando la schiena diritta.

Ogni singolo movimento della cerimonia del tè ha, così, una sua importanza particolare. Anche gli oggetti utilizzati nella cerimonia devono essere scelti con la massima cura.

In collegamento con questa cerimonia, sono state utilizzate, e ulteriormente sviluppate, molte forme di espressione artistica, dall'architettura alla calligrafia, dalla pittura alla ceramica, creando una sintesi artistica unica.

La casa da tè, generalmente, è una specie di piccola capanna di gusto rustico. Gli ospiti vi entrano lentamente e occupano una stuoia (*tatami*) sedendosi in posizione *seiza*, sui talloni con il busto eretto. Prima di bere il tè, ci si ferma ad ammirare il *kakejiku*, una pittura o scritta su carta appesa alla parete, l'*ikebana*, una composizione floreale, e le ceramiche messe ben in vista nella casa...

La cerimonia del tè è un rito e la casa da tè è come se fosse un tempio.

La cerimonia deve svolgersi in silenzio. E nel silenzio si possono percepire i raggi del sole che filtrano dalle finestre, in autunno ci si accorge delle foglie che cadono nel giardino, si sente bollire l'acqua per il tè. In questo modo, si dimentica il mondo esterno, si medita silenziosamente e si sperimenta una profonda calma interiore.

La sala da tè, per le dimensioni e la semplicità che la caratterizzano, crea un'atmosfera di raccoglimento, di sobrietà ed essenzialità. La luce vi filtra appena appena e la spoglia eleganza del locale, basata solo sulle



gradazioni del buio, permette all'animo umano di liberarsi dai legami della vita mondana, librandosi verso più alti valori spirituali.

La vera realtà della sala è il vuoto che, in quanto tale, permette un'infinità di interpretazioni e libertà di movimento, sia in senso spirituale che fisico. Solo nel vuoto, infatti, possono trovare espressione e realizzazione tante emozioni estetiche e, solo attraverso il vuoto, l'uomo riesce a superare i propri limiti fisici e intellettuali, morali e spirituali.

Una volta, dalla cerimonia del tè e dalla disciplina del *sadō* erano escluse le donne e le classi più umili. Solo i maschi, con importanti posizioni sociali, accademiche o artistiche, i nobili e i borghesi più ricchi potevano accedere allo studio del *sadō*.

Da circa 50-60 anni, invece, sono stati istituiti corsi di formazione per le donne, perché si è riconosciuto che la cerimonia del tè è un'importante occasione di formazione spirituale. Negli ultimi tempi, tuttavia, questa disciplina non è più tanto popolare tra i giovani, sia perché è ritenuta antiquata, sia perché i corsi di formazione sono lunghi e costosi, sia perché l'arredamento della sala da tè richiede spese non indifferenti.

Come si svolge la cerimonia del tè

All'inizio della cerimonia, il maestro prepara il tè, mettendo nella ciotola o tazza del *matcha*, la polvere di tè verde, sopra cui viene versata acqua calda (l'ideale è a 60°) con l' *hishaku* – una specie di mestolo -; si mescola quindi con il - *chasen* – frullino per agitare il tè – fino a formare una bevanda spumosa di color verde chiaro.

Come si beve il tè

Il tè va servito in apposite ciotole (*chawan*), come quelle in ceramica *raku*, che nella loro semplicità e rusticità ispirano serenità: non sono perfettamente rotonde e il bordo superiore non è liscio, ma ondulato, per offrire una sensazione piacevole quando viene portato alle labbra.

Allorché la ciotola viene offerta, va presa con la mano destra e appoggiata lentamente sul palmo della mano sinistra, tenendola davanti a sé. Si fanno, quindi, due inchini per esprimere riconoscenza e gratitudine: uno nei confronti del maestro e uno per il Buddha.

Prima di bere, si prende la ciotola con la mano destra e la si gira verso sinistra, in senso antiorario, finché la parte esterna più bella della ciotola è verso l'esterno. A questo punto si sorseggia il tè, facendo percepire il suono del tè che viene sorbito.

Si pulisce, quindi, la parte su cui si sono appoggiate le labbra con il pollice e l'indice della mano destra. Si gira, quindi, ancora una volta la ciotola verso sinistra, in modo da poter ammirare il lato più bello e si appoggia davanti a se stesso.

Iijima Saiko