Il nuotatore e il non-nuotatore sono divisi solo dalla dimensione esperienziale

La frase di Louis Daishin Besio “Il nuotatore e il non-nuotatore sono divisi solo dalla dimensione esperienziale” rappresenta una delle più cristalline formulazioni del rapporto tra conoscenza teorica ed esperienza diretta nel campo acquatico. Questa riflessione, radicata nella filosofia zen del maestro ligure, trova straordinarie convergenze con la metodologia leonardesca e si proietta direttamente nell’aquawareness contemporanea, creando un ponte temporale di oltre cinque secoli unificato dalla priorità dell’esperienza vissuta.

Il Contesto Zen: Louis Daishin Besio e la Filosofia dell’Esperienza Diretta

Il Maestro del “Buddhismo Vivente”

Louis Daishin Besio (1958), laureato in Educazione Fisica e maestro Zen della scuola Soto dal 1992 con il nome dharma Daishin (“Grande Cuore”), rappresenta una figura unica nel panorama spirituale italiano12. Il suo approccio, defin si caratterizza per l’applicazione dei principi zen all’esperienza quotidiana, come testimoniato dal suo celebre libro “Lo Zen e l’arte del bagnino” (2001)34.

Nella prefazione della sua opera, Besio chiarisce la sua metodologia: *“Attraverso una serie di esempi che rispecchiano l’umile vivere di un tipico bagnino ligure, la trattazione dottrinale diventa così fruibile e di piacevole lettura”*4. Questo approccio incarnato trasforma i principi astratti del buddhismo zen in saggezza pratica attraverso l’esperienza diretta dell’elemento acquatico.

La Dimensione Esperienziale come

Categoria Ontologica

Il concetto di “dimensione esperienziale” nella filosofia zen non costituisce semplicemente una modalità conoscitiva, ma una vera e propria categoria ontologica che definisce la natura stessa della realtà. Come evidenziato negli studi zen: *“Lo Zen non intende spiegare che cosa sia questa Verità Assoluta, perché è solo attraverso l’esperienza diretta che essa può essere contattata e ogni tentativo di spiegazione sarebbe relativo e non assoluto”*5.

La dimensione esperienziale si caratterizza per essere:

- Non delegabile: l’esperienza deve essere vissuta in prima persona
- Non intellettuale: trascende la comprensione puramente mentale
- Diretta: elimina ogni mediazione concettuale
- Immediata: si manifesta nel “qui e ora” della presenza

Quando Besio afferma che nuotatore e non-nuotatore sono divisi “solo dalla dimensione esperienziale“, sta indicando che la differenza fondamentale non risiede in competenze teoriche, capacità fisiche innate o conoscenze tecniche, ma nell’aver fatto esperienza diretta dell’elemento acquatico attraverso il proprio corpo e la propria coscienza.

La Convergenza con l’Approccio Leonardesco: “Prima l’Esperienza, poi la Ragione”

L’Identità Metodologica attraverso i Secoli

La frase di Besio risuona come un’eco zen della rivoluzionaria affermazione di Leonardo: *“Ricordati, quando commenti l’acque, d’allegar prima la esperienza e poi la ragione”*. Entrambi i maestri – il genio rinascimentale e il monaco zen contemporaneo – condividono la convinzione che l’esperienza diretta costituisca il fondamento imprescindibile di ogni conoscenza autentica.
Leonardo, nei suoi studi idraulici, aveva intuito che l’acqua richiedesse un approccio

fenomenologico prima che teorico. Come emerge dal Codice Leicester, egli osservava direttamente i moti vorticosi, i fenomeni erosivi, le dinamiche fluviali, registrando prima le percezioni immediate e solo successivamente elaborando spiegazioni razionali6.

La Trasformazione Qualitativa attraverso l'Esperienza

Sia Leonardo che Besio riconoscono che l'esperienza dell'acqua produce una trasformazione qualitativa nell'individuo che non può essere acquisita attraverso lo studio teorico. Leonardo scriveva: *"La sapienza è figliuola della sperienza"*, mentre Besio osserva che il passaggio da non-nuotatore a nuotatore rappresenta una metamorfosi ontologica che avviene esclusivamente attraverso l'immersione diretta.

Questa trasformazione si manifesta attraverso:

- Riconfigurazione percettiva: il corpo impara a "leggere" l'acqua
- Integrazione psicosomatica: mente e corpo si armonizzano nell'elemento
- Fiducia incarnata: si sviluppa una confidence che trascende la razionalità
- Presenza ampliata: si manifesta una consapevolezza multidimensionale

L'Aquawareness come Attualizzazione Contemporanea

La Sintesi di Tradizioni Millenarie

L'aquawareness sviluppata da Giancarlo De Leo rappresenta la perfetta sintesi contemporanea delle intuizioni leonardesche e della saggezza zen di Besio. Come documentato negli studi: *"Il nuotatore ed il non nuotatore sono divisi solo da una dimensione esperienziale. Il primo è necessariamente partito dai presupposti del secondo, il quale, a sua volta, dispone di tutte le potenzialità per trasformarsi nel primo"*78.
L'aquawareness realizza praticamente il principio di Besio attraverso:

- Sensory engagement: coinvolgimento attivo dei sensi nell’esperienza acquatica
- Dual awareness: consapevolezza simultanea degli stati interni e ambientali
- Meditazione galleggiante: trasformazione del nuoto in pratica contemplativa
- Embodied learning: apprendimento attraverso l’esperienza corporea diretta

La Metodologia dell’Esperienza Trasformativa

L’approccio dell’aquawareness evita gli errori dell’insegnamento puramente tecnico, privilegiando invece quello che De Leo definisce “personale esplorazione”. Come emerge dagli studi: *“L’istruttore non dovrebbe proporre modelli da imitare, ma solo stimolare ed incoraggiare questa personale esplorazione, preoccupandosi di creare le condizioni ideali per una sperimentazione non traumatica”*8. Le affinità con il metodo Montessori sono evidenti.

Questa metodologia realizza concretamente l’intuizione di Besio: la dimensione esperienziale non può essere trasmessa attraverso istruzioni verbali o dimostrazioni tecniche, ma deve essere vissuta attraverso un processo di scoperta guidata che rispetti i tempi e le modalità individuali.

La Dimensione Esperienziale come Ponte tra Essere e Divenire

Il Paradosso della Continuità nella Discontinuità

La frase di Besio contiene un paradosso zen profondo: pur affermando che nuotatore e non-nuotatore sono “divisi” dalla dimensione esperienziale, simultaneamente suggerisce che questa divisione è l’unica esistente, implicando quindi una continuità ontologica sottostante. Il non-nuotatore possiede già tutte le potenzialità per diventare nuotatore; manca solo l’attualizzazione attraverso l’esperienza.

Questo riecheggia il concetto zen di natura-Buddha: ogni essere possiede già la natura illuminata, ma deve realizzarla attraverso l'esperienza diretta della meditazione. Similmente, ogni persona possiede la capacità innata di relazionarsi armoniosamente con l'acqua, ma deve attuarla attraverso l'immersione consapevole.

L'Acqua come Medium di Trasformazione

L'acqua assume in questo contesto il ruolo di medium trasformativo privilegiato. Come osservato da Giancarlo De Leo: *"Le prime percezioni del nostro esistere avvengono ad occhi chiusi, immersi nel liquido amniotico. La materia fluida ci fornisce la prima interfaccia con il mondo"*7.

L'esperienza acquatica riattiva memorie primordiali e consente l'accesso a dimensioni della coscienza normalmente celate dall'esperienza terrestre. In questo senso, la dimensione esperienziale di cui parla Besio non è meramente tecnica, ma iniziatica: attraverso l'immersione, l'individuo rinasce come essere acquatico.

Il Superamento del Dualismo Tecnico-Spirituale

L'Integrazione di Competenza e Consapevolezza

Uno degli aspetti più innovativi dell'approccio di Besio è il superamento del falso dualismo tra competenza tecnica e sviluppo spirituale. Come maestro zen e praticante di educazione fisica, egli dimostra che l'eccellenza tecnica e la profondità contemplativa non solo sono compatibili, ma si potenziano reciprocamente.

Come sottolineato da De Leo, la dimensione esperienziale integra:

- Biomeccanica consapevole: comprensione embodied delle dinamiche corporee
- Idrodinamica intuitiva: percezione diretta delle forze acquatiche

- Presenza mindful: attenzione al momento presente
- Fluidità energetica: armonizzazione dei ritmi interni ed esterni

La Critica all’Approccio Puramente Tecnicistico

L’insistenza di Besio e di De Leo sulla dimensione esperienziale rappresenta una critica implicita agli approcci puramente tecnicistici che riducono il nuoto a sequenze di movimenti da imitare. Come evidenziato negli studi di De Leo: *“Molti chiamano ambientamento ma che qui potremmo battezzare basic swimming, un livello di abilità in ambito acquatico che distingue l’essere umano esclusivamente terrestre da quello maturo per cominciare ad apprendere le attività a coordinazione complessa”*7.

Il “basic swimming” di cui parla De Leo non è una collezione di tecniche, ma uno stato dell’essere caratterizzato da fiducia, presenza e integrazione corpo-ambiente. Questa condizione può essere raggiunta solo attraverso l’esperienza diretta e non può essere accelerata attraverso metodologie puramente cognitive.

Implicazioni Pedagogiche e Terapeutiche Contemporanee

Verso una Pedagogia Esperienziale dell’Acqua

Le intuizioni di De Leo aprono prospettive innovative per la pedagogia acquatica contemporanea. L’enfasi sulla dimensione esperienziale suggerisce metodologie didattiche che privilegiano:

- Esplorazione autogestita piuttosto che istruzione direttiva
- Scoperta guidata invece di imitazione di modelli
- Processo individuale rispetto a standard uniformi
- Qualità dell’esperienza oltre l’efficienza tecnica

Applicazioni Terapeutiche e di Benessere

L’approccio esperienziale trova applicazioni significative anche in ambito terapeutico e di benessere. L’acqua diventa strumento per:

- Riconnessione psicosomatica: integrazione di dimensioni spesso frammentate
- Gestione dell’ansia: sviluppo di fiducia attraverso l’esperienza graduale
- Mindfulness applicata: pratica di presenza attraverso l’elemento fluido
- Crescita personale: superamento di limiti attraverso l’espansione esperienziale

La Dimensione Universale dell’Esperienza Acquatica

L’Acqua come Linguaggio Universale

La riflessione di De Leo suggerisce che l’esperienza acquatica costituisca una forma di linguaggio universale che trascende le differenze culturali, linguistiche e concettuali. Come osservato: *“Se l’acqua è uguale per tutti, ogni essere umano è un unicum. Ha una sua forma propria ed è il risultato di una storia a sé. Conseguentemente lo è anche il suo rapporto con l’elemento liquido”*9.

Questa universalità non implica uniformità, ma accessibilità: ogni essere umano, indipendentemente dalle sue specificità, può accedere alla dimensione esperienziale acquatica seguendo il proprio percorso unico.

La Democratizzazione dell’Esperienza Acquatica

L’approccio di De Leo democratizza l’esperienza acquatica liberandola da prerequisiti elitari di performance o talento innato. La dimensione esperienziale è accessibile a tutti perché:

- Non richiede capacità fisiche eccezionali

- Non dipende da conoscenze teoriche pregresse
- Non necessita di equipaggiamenti sofisticati
- Non è limitata da età o condizione fisica

Conclusioni: L’Eredità di una Saggezza Acquatica Perenne

La Continuità di una Tradizione Esperienziale

La frase di Louis Daishin Besio “Il nuotatore e il non-nuotatore sono divisi solo dalla dimensione esperienziale” rappresenta molto più di una semplice osservazione pedagogica: costituisce l’articolazione contemporanea di una saggezza acquatica che attraversa i secoli mantenendo intatta la sua capacità di trasformazione.

La convergenza tra l’approccio zen di Besio, la metodologia empirica di Leonardo e l’aquawareness moderna di De Leo dimostra l’esistenza di principi universali che emergono ogni volta che l’essere umano si apre autenticamente all’esperienza diretta dell’elemento acquatico. Questi principi trascendono le specificità culturali e temporali per rivelare verità perenni sulla natura della conoscenza, della crescita e della trasformazione.

L’Invito Permanente all’Esperienza Diretta

La riflessione di Besio continua a risuonare come invito permanente a riscoprire nell’esperienza diretta la fonte più autentica di ogni conoscenza significativa. In un’epoca caratterizzata da un eccesso di informazioni teoriche e da una crescente disconnessione dalla dimensione corporea, la dimensione esperienziale acquatica offre un percorso di riconnessione e autenticità.

Come l’UnSui zen – il praticante “nuvole e acqua” – che segue il flusso naturale senza resistenze, il vero nuotatore, secondo Besio e De Leo, è colui che ha imparato dall’acqua attraverso l’esperienza diretta, sviluppando quella saggezza fluida che non può essere acquisita attraverso libri o lezioni teoriche, ma solo attraverso

l’immersione totale nell’elemento che rappresenta la matrice primordiale della vita stessa.

In questo senso, l’approccio esperienziale di Besio rappresenta un percorso spirituale che utilizza l’acqua come mezzo di risveglio e l’esperienza diretta come chiave per accedere a dimensioni più profonde dell’essere; per De Leo è un’opportunità pedagogica e psicologica, di ispirazione montessoriana (e anche scout per il suo altruismo innato: in acqua, “primum vivere”, e solo chi riesce a salvare se stesso può aiutare gli altri). Al di là di queste etichette, la dimensione esperienziale è una saggezza che, dal maestro zen contemporaneo a Leonardo da Vinci fino all’aquawareness moderna, continua a guidare tutti coloro che nell’elemento acquatico cercano non solo abilità tecniche, ma una vera trasformazione dell’essere.

1. https://www.ilgiardinodeilibri.it/autori/_louis-daishin-besio.php
2. https://www.ilgiardinodeilibri.it/libri/__penso-quindi-non-sono-louis-daishin-besio-libro.php
3. https://www.ibs.it/zen-arte-del-bagnino-buddhismo-libro-louis-d-besio/e/9788881130986
4. https://www.ebay.it/itm/256015176890
5. https://www.orazen.it/zen/cose-lo-zen-filosofia-religione-o-stile-di-vita/
6. https://www.cic.cr.it/images/pdf/idro/PiccolaSI-Cap7.pdf
7. http://www.arounder.eu/aqua/press.pdf
8. https://www.ocean4future.org/savetheocean/archives/59176
9. https://www.ocean4future.org/savetheocean/archives/69927
10. https://uk.pinterest.com/pin/pin-af-louis-daishin-besio-p-luoghi-manifesti–689402655485152298/
11. https://it.pinterest.com/louisdaishin/
12. https://www.rarinantes.sv.it/633/30-anni/30-anni-in-serie-a-la-leva-irripetibile
13. https://it.pinterest.com/pin/pin-von-louis-daishin-besio-auf-luoghi-manifesti–689402655467439918/
14. https://www.libreriaprogetto.it/home/help/cerca-libro.html&autore=Besio+Louis+Daishin
15. https://www.academia.edu/27685974/Misteri_dell_acqua_Come_affrontare_la_nostra_paura
16. https://www.ebay.it/itm/273381037455
17. https://veneto.engim.org/sites/default/files/documenti/DOCUMENTO%2015%20MAGGIO%20A.S.%202024-2025_compressed.pdf

18. https://www.hoepli.it/autore/besio_louis_daishin.html
19. https://www.assonauticasavonanews.it/2022/02/18/opere-in-asta-per-il-concorso-di-disegno-proteggiamo-il-mare/
20. https://www.libroco.it/dl/Louis-Daishin-Besio/Liberodiscrivere/9788893393010/Penso-quindi-non-sono-Il-manifesto-di-un-visionario-Zen/cw989843928575643.html
21. https://www.byterfly.eu/islandora/object/libria:44498/datastream/PDF/content/libria_44498.pdf
22. https://centurini.altervista.org/alexandra-shvedova-regina-del-torneo-primavera-2025/
23. https://www.youtube.com/watch?v=CUm7r1TVxJ8
24. https://www.casadellacarita.org/souquaderni/acqua-e-zen/
25. https://www.naturitas.it/p/integratori/multinutrienti/riposo-ed-equilibrio-dellacqua-zen-30-capsule-vegetali-di-58266mg-amar81
26. https://www.bibliotecadibabele.com/prodotto/ABD1144/lo-zen-e-l-arte-del-bagnino
27. https://www.fudenji.it/articolo.php?id=141&cat=15
28. https://www.ebay.it/itm/126520249929
29. https://www.youtube.com/watch?v=HS8ey-snHgU
30. https://books.google.com/books/about/Lo_Zen_e_l_Arte_del_Bagnino.html?id=xbPx0AEACAAJ
31. https://open.spotify.com/intl-it/album/1oAhnXBwRtHY4fKXia0yB1
32. https://www.libraccio.it/libro/9788881130986/louis-d.-besio/lo-zen-e-arte-del-bagnino-il-buddhismo-vivente-di-uno-sfacciato-guardaspiagge.html
33. https://www.foyles.co.uk/book/lo-zen-e-larte-del-bagnino/louis-daishin-besio/9798328291965
34. https://www.waterstones.com/book/lo-zen-e-larte-del-bagnino/louis-daishin-besio/9798328291965
35. https://www.artfiller.it/artisti/leonardo/le-opere-idrauliche/
36. https://swimswam.com/the-zen-of-swimming/
37. https://www.centrogyosho.it/il-centro-2/lo-zen-2/
38. https://artsandculture.google.com/story/leonardo-ingegnere-idraulico-il-maestro-dell-acqua/NQUBwOcqhaTHJA?hl=it
39. https://seminole.hvswim.com/blog/the-zen-of-swimming-finding-peace-and-mindfulness-in-the-water
40. https://gategate.it/2-3-2-quali-sono-le-pratiche-dei-buddhisti-zen/
41. https://www.ilfattoquotidiano.it/2019/04/16/leonardo-da-vinci-oggi-il-ciclo-dellacqua-si-studia-alle-elementari-ma-ai-suoi-tempi-si-rischiava-il-rogo/5113828/
42. https://swimmingwithoutstress.co.uk/2017/06/16/zen-and-now/

43. https://www.japan.travel/it/guide/meditation/
44. https://engineswim.com/blogs/news/finding-your-zen-mindfulness-for-swimmers-before-a-big-race
45. https://www.hdasianart.com/it/blogs/ultime-notizie/the-way-of-zen-exploring-the-depths-of-zen-buddhism
46. https://media.accademiaxl.it/memorie/S5-VXXXIII-P2-2009/Bernardoni81-90.pdf
47. https://platinumpools.com/zen-in-the-art-of-swimming/
48. https://hokuzenko.it
49. https://www.zanichelli.it/ricerca/prodotti/del-moto-et-misura-dell-aqua
50. https://www.outdoorswimmingsociety.com/pool-swimming-for-outdoor-swimmers/
51. https://www.consapevolezzadinamica.it/il-buddhismo-zen-un-viaggio-di-semplicita-e-illuminazione/
52. https://museimpresa.com/itinerari/leonardo-e-lacqua-di-milano/