

TAIJI FENCING

L'Arte sensibile
della Scherma Taiji

di Marco Venanzi

Fotografie di Fabio Tuminelli



È possibile armonizzare una traiettoria rettilinea e una spiraliforme?

La domanda non si vuole presentare come uno strano capovolgimento della “quadratura del cerchio”, bensì come un’ipotesi pratica, un percorso non solo marziale, ma anche di vita.

Muoversi con la naturalezza e l’essenzialità del cerchio, anche impugnando una tra le più nobili e ostiche tra le armi bianche: la spada.

Questo il senso dell’insegnamento proposto il luglio scorso a “La Pernice Rossa” nell’Oltrepo Pavese dal Maestro Ken Van Sickle, per molti anni allievo diretto del “Vecchio Professore” Cheng Man Ching e attualmente uno dei pochi insegnanti veramente esperti di Scherma Taiji, sottile ma anche divertente specialità del Taiji Quan.



Il nome del luogo era di buon auspicio, visto che nella simbologia cinese la Pernice rappresenta le “Affinità elettive”, termine originariamente chimico, poi divenuto letterario, che indica forze che tendono a unire persone anche al di là dei limiti imposti dalla cultura, dalla tradizione e dai regolamenti, e così è stato, visto che praticanti di scuole diverse e di età anche molto diverse (inclusa una validissima signora novantenne, classe 1918) si sono incontrati su un terreno comune con piena soddisfazione di tutti. Un elogio sincero da parte mia va all’Associazione Elicoides che è riuscita ad organizzare in modo impeccabile questo evento davvero prezioso e al suo responsabile, l’amico Enzo Simeoni,

Un lungo e interessante percorso di pratica ha portato Enzo Simeoni e Monica Architetto all’incontro con Ken Van Sickle, che prosegue in un insegnamento congiunto, messo a disposizione in questo stage, in cui le notevoli esperienze del Maestro Ken trovano nuova forza ed espressione nella pratica di Enzo e Monica.

È a loro, infatti, che il Maestro Ken si è rivolto per trasmettere il suo insegnamento anche in Italia e in Europa: insieme a pochi altri adepti, il cui numero si racchiude nelle dita di una mano, Enzo e Monica si sono meritati sul campo la sua stima e il compito di dare seguito alla divulgazione della Scherma Taiji. Durante lo stage il ritmo di allenamento era intenso ma non estenuante; di particolare interesse, oltre alla possibilità di incrociare le lame (rigorosamente di legno!) con tante persone diverse, sono stati i “duelli didattici” che ognuno ha avuto modo di fare con l’insegnante ottenendone preziose informazioni riguardo alle proprie qualità e punti deboli. Per me è stata una rara opportunità di praticare e conversare con un allievo diretto di Cheng Man Ching; Ken è persona gradevole e disponibile e ciò che segue è il resoconto di alcuni suoi suggerimenti.

Spesso parli della Spada Taiji come “la spada simile a una piuma”(‘Feather sword’), da dove viene questa espressione?

Viene da qualcosa che il Professor Cheng usava dire spesso: egli ci suggeriva di usare la spada di legno, o persino una piuma, come se fosse una lama d’acciaio affilata come un rasoio fino a quando fossimo riusciti a sentire una vera spada come se fosse una piuma nella nostra mano...



Che rapporto c’è fra la pratica della forma di spada e la Scherma libera Taiji?

La forma aiuta a sviluppare le giuste connessioni dinamiche fra il vostro centro e le differenti parti del corpo della spada (impugnatura, centro di bilanciamento, punta) finché la spada comincia a comportarsi come un’estensione del vostro corpo. In secondo luogo, la forma è un repertorio di tecniche di scherma e combattimento; quasi tutto ciò che facciamo nella scherma libera è contenuto nella forma. In realtà accade che, dopo che per molto tempo avete praticato sia la forma che la scherma libera, le applicazioni sembrano emergere da sé con estrema naturalezza.

Quali sono i principi essenziali della Scherma Taiji?


La Scherma Taiji rispetta i principi del combattimento reale, pertanto l’autodifesa viene per prima: l’attacco è sempre subordinato alla protezione del proprio corpo; in pratica la prima cosa che dovete imparare, e la più essenziale, è di mantenere sempre la spada tra il vostro corpo e la spada del partner. Il secondo principio è di mantenere costantemente un contatto sensibile fra la vostra spada e quella del partner e cercare di sentire attraverso questa connessione la sua forza, energia e intenzione. Il terzo principio è di “togliersi di mezzo” quando un attacco arriva direttamente verso di voi: non cercate mai di bloccare un attacco, questo significherebbe usare forza contro forza, ed è opposto al principio Taiji del “cedere”; piuttosto muovete il vostro corpo quanto basta per portarvi a distanza di sicurezza, senza estendervi eccessivamente in nessuna direzione, e immediatamente riprendete il contatto con la lama del partner.

Il movimento circolare è ciò che sostiene questi tre principi: muovete sempre la vostra spada ruotando insieme con quella del partner. Ovviamente il movimento circolare della spada è diretto dai movimenti del centro del vostro corpo. Dovete anche imparare a muovere il corpo in cerchio attorno al vostro partner, in modo simile alla camminata del Ba Gua Zhang.

Qual’è lo scopo principale del movimento circolare della spada?

Lo scopo è di aderire alla lama del vostro avversario e seguirla costantemente ascoltando la sua forza e intenzione (Ting Jin, “La forza che ascolta”); non spingete né premete mai sulla lama del partner, piuttosto cercate di cogliere qualsiasi eccesso o carenza da parte sua.





Il percorso mostrato in questi indimenticabili giorni prosegue in Italia grazie all'impegno di Enzo Simeoni e Monica Architetto e il prossimo appuntamento sarà: **al 13° Taiji Festival al Castello di Belgioioso (PV)**. Per maggiori informazioni, si raccomanda di consultare il sito www.elicoides.it

Puoi dire qualcosa riguardo alla qualità dell'“intenzione” che si dovrebbe coltivare nella Scherma Taiji?

La qualità è la stessa che cerchiamo nel Tui Shou, per cui mi limiterò a sottolineare alcuni aspetti che sono di particolare rilevanza nel contesto schermistico.

Innanzitutto muovetevi con sincerità: datevi pienamente all'azione che state compiendo, così che il vostro partner riceva qualcosa di sostanziale e non solo un gesto esterno, questo influenza profondamente le reazioni istintive del vostro corpo e le forze che ne vengono generate. Questo implica anche che non dovrete mai “fintare”, nel senso che ogni azione deve essere sostenuta da una reale intenzione, altrimenti la reazione che vi aspettate dal vostro partner semplicemente non si verificherà.

Siate pronti ad accettare qualsiasi opportunità che il vostro avversario vi offre di colpirlo: è un dono prezioso e sarebbe scortese rifiutarlo; potete mostrare la vostra gratitudine tagliandolo con dolcezza, gentilezza e con un sorriso. La Scherma Taiji richiede un profondo rispetto per il corpo dell'altro, dunque non colpite mai con forza; la sicurezza è un fattore essenziale per poter godere pienamente della pratica. In quarant'anni di pratica gli unici incidenti cui ho assistito hanno comportato un dente scheggiato, un taglio sulla testa e qualche livido ai polsi, il che rappresenta una statistica molto favorevole rispetto ad altri stili marziali e discipline sportive!

Una cosa che può aiutarvi a diventare più accurati e attenti al fattore sicurezza è di abituarvi a maneggiare la spada di legno come se fosse una vera spada, con lo stesso rispetto e attenzione che riservereste a una lama d'acciaio affilato.

Infine, devo menzionare la prima e più grave “malattia della spada”, che è il desiderio di vincere; questo può rallentare di molto il vostro apprendimento o addirittura escludervi dal flusso delle informazioni più profonde che arrivano dal vostro insegnante e dal vostro stesso corpo.

Cosa pensi delle gare di Scherma Taiji?

Non sono molto favorevole ai tornei di Tui Shou o Scherma Taiji, il livello generale non è abbastanza elevato, per cui molte persone finiscono per usare la forza bruta piuttosto che i principi Taiji. Gli equipaggiamenti protettivi possono persino peggiorare la situazione da questo punto di vista, anche se vanno bene per la sicurezza dei praticanti. Cheng Man Ching era sempre allegro e sorridente quando praticava con la spada, e noi dovremmo cercare di tenere vivo questo spirito.

Qual è la tua impressione della comunità Taiji italiana per quanto riguarda la scherma?

L'Italia vanta una delle tradizioni schermistiche più grandi di tutti i tempi, e questo non può non avere un'influenza favorevole sulla crescita di questa specialità del Taiji nel vostro paese!