

# Dim Mak e Tai Chi Chuan

## “Farsi capire”

La feroce realtà delle arti marziali interne insegnate da Sifu Anthony Walmsley

di Andrea Dorni ( Samurai, Marzo 1998 )

Ho conosciuto sifu Anthony Walmsley in occasione di un suo stage organizzato a Genova dall'amico Emilio Grasso, Mi ero riproposto di seguire il seminario e di fare delle domande a questo maestro di Tai Chi "non allineato" con l'opinione corrente degli addetti ai lavori, in Italia.

Mi è stato impossibile registrare delle risposte univoche alle mie domande. Questo perché Anthony Walmsley è una delle persone ( parlo di esseri umani, non di insegnanti di arti marziali ) più eclettiche che mi sia capitato di conoscere. Fai una domanda e vieni letteralmente investito da aneddoti, opinioni, particolari tecnici e filosofici...tanto che la domanda che hai fatto si riduce a poca cosa rispetto a quanto ti è stato detto! Per cui mi sono riproposto di parlare delle cose che più mi hanno impressionato durante questo seminario.

Sifu Anthony si è presentato così al pubblico: "Bisogna essere chiari; non ha senso che io usi delle espressioni coniate in Cina nel 1300 per farmi capire da voi... io sono volutamente volgare, per me è una tecnica per aiutarsi a ricordare... una battuta e una risata e uno ricorda meglio un certo dettaglio... gli esercizi sono solo mezzi per raggiungere uno scopo, per avere un'idea di ciò che si fa...Io non sono un maestro ma un ricercatore, un soggetto di sperimentazione che vi racconta le sue scoperte; questi esercizi vengono praticati per la prevenzione... in Cina nel 1300 la medicina non poteva essere curativa ma necessariamente preventiva..., essere in salute non significa essere fit ( in forma ), la salute parte dalla mente....i Pa Tuan Chin sono esercizi di Chi Kung. Lavorano sul respiro per muovere l'energia nei meridiani, l'idea è che tutto il corpo diventi Yin Yang. Essi furono elaborati dal comandante militare Yueh Fei per essere immediatamente sfruttabili da una massa di persone... vi incoraggio ad avere dubbi su tutto, anche su di me...

E in meno che non si dica chi scrive si è trovato a praticare questo antico esercizio di chi Kung, sotto la guida di questo inglese un po' matto che spiegava il senso di ogni movimento alla luce delle teorie mediche sull'agopuntura e della filosofia cinese dello Yin e dello Yang, dicendoti che sensazione dovevi provare se la posizione era corretta. Tutto in modo chiaro, semplice e logico.

L'altro argomento trattato nella seconda giornata di stage è stato il "shao san shou", la concatenazione di applicazioni della prima parte della forma di Tai Chi scuola Yang antica.

Le opinioni di Anthony Walmsley sul Tai Chi sono assolutamente al di fuori del coro rispetto allo stereotipo comunemente descritto dagli altri insegnanti:

"Il Tai Chi è il sistema che è stato più bastonato negli ultimi quaranta anni soprattutto per opera del governo cinese. Alla fine degli anni sessanta la Cina voleva aprire una

finestra all' Occidente, voleva avere qualcosa da vendere; così alcuni insegnanti vennero costretti a elaborare le forme brevi del Tai Chi come le posizioni 24 e la 48.

“Il problema è trovare informazioni corrette sul vero Tai Chi e sul Dim Mak. Praticare e conoscere il vero Tai Chi significa iniziare investendo in una perdita. Bisogna avere il coraggio di iniziare sempre tutto da capo e di mettere tutto in discussione. Mi risulta che siamo soltanto in quattro in tutta l'Europa a possedere questo tipo di informazioni.

“Del resto il vero Tai Chi Yang era già stato nascosto all' inizio del secolo da Yang Chen Fu e da altri maestri d'accordo con lui.

“Il Tai Chi Chuan è un'arte marziale feroce, nella quale si colpiscono i punti allo scopo preciso di provocare il ko e la morte. La famiglia Yang era una famiglia di killer... altro che new age californiano.

Chan San Feng fu uno sperimentatore dei colpi Dim Mak su prigionieri vivi, nel 1300. Questa conoscenza letale venne trasmessa nel tempo fino a Chiang Fa che fu insegnante sia della famiglia Chen che di Yang Lu Chan. Si dice che Chiang Fa insegnasse il Jou Chuan ( detto anche H'ao chuan ), lo stile sciolto, e che avesse trovato scritti risalenti a Chan San Feng.

“Quindi è dal secolo scorso che si può parlare di Tai Chi Chuan. Il Tai Chi Chuan è Dim Mak, e soltanto nella scuola Chen e in quella Yang originale ( insegnata dal fratello di Yang Chen Fu, Yang Shou Hou ) si studia realmente. Molti pensano che la forma Yang sia composta da 108 posizioni. Non è vero! Non esiste un sistema di Tai Chi Chuan 108 posizioni. Il numero 108 è in relazione con la struttura del corpo, con le angolazioni che il corpo assume nella pratica. Una volta durante un'intervista James Brown disse: 'Ci vuole la struttura per avere potere '. E nel Tai Chi è esattamente così, ci vuole la struttura per avere potere, ci vuole potere per essere liberi e bisogna essere liberi per creare.

Il Tai Chi Chuan si sviluppa su tre livelli interdipendenti, l'auto guarigione, l'autodifesa e la cura su altre persone.

“Prendiamo la posizione della forma 'peng'. Puoi usarlo per curare te stesso come esercizio di Chi Kung connesso alla coppia di meridiani polmone e intestino crasso, il cui effetto terapeutico è legato alla eliminazione delle tossine e al trattamento della sindrome di affaticamento cronico, per esempio. Nel shao san shou applichi peng come azione Dim Mak e puoi utilizzarla come massaggio per trattare alcuni problemi sulla struttura energetica di un'altra persona. Esiste una memoria nel corpo, perché tutto quello che ci è capitato sul piano psico-fisico ed energetico lascia un segno, anche poco visibile su di esso. Per questo problemi che ci affliggono, dovuti a traumi che magari abbiamo dimenticato, possono essere riconosciuti e curati usando il Tai Chi. Se la struttura, è corretta, con i giusti angoli sei in grado di guarirti, combattere e curare. Se non puoi combattere, non puoi neanche usare il Tai Chi per guarirti.

“Reagire a un attacco non è qualcosa di legato a una tecnica, ma al modo inconscio di usare la propria energia. E' qualcosa di legato al cervello rettiliano. Nei Tai Chi si allena la mente ad agire. Lui avanza, io avanzo. Non si tratta di velocità, ma di arrivare prima dell'altro...

“Praticare Tai Chi per dodici anni ti cambia completamente come individuo, fisicamente e psicologicamente perché cambia la struttura energetica. Per questo il Tai Chi si impara lentamente. Se cambi troppo in fretta corri incontro allo squilibrio mentale.

“Chi scrive può assicurare che vedere applicare il Fa Jing e il Dim Mak, durante lo studio delle applicazioni nel shao san shou ha reso bene l'idea del Tai Chi come arte micidiale di autodifesa. Parte dello stage è stata dedicata alla terapia di traumi involontari sui punti, come metodo a cui ricorrere in casi estremi. Infatti Sifu Anthony Walmsley ha sottolineato che il Dim Mak è una cosa seria e pericolosa:

“Per allenare questa roba ci vuole collaborazione e non competizione. Altrimenti ognuno rimane al suo livello di incapacità!

“Mi viene da ridere a pensare a quelle gare di Tai Chi dove viene valutata l’ampiezza del movimento o il decoro della tenuta. Il lavoro ad alto livello è esattamente l’opposto di una gara!

“Il Tai Chi è feroce, perché gli attacchi reali sono feroci. Quando un Hooligan ti viene addosso per colpirti lo fa per farti male. Il Tai Chi non è una storia da New Age, e non è neanche morbido.”

Infatti, vedere l’intensità di certi sistemi di allenamento dimostrati da Anthony fa dubitare di quanto si legge in giro sul Tai Chi praticamente da sempre!

Durante questo seminario Anthony ha parlato brevemente anche del Chan Tsu Chin, il “bozzolo di seta”, esercizio che unisce in sé la quintessenza del pensiero taoista, dello stile Pa Kua del quale ha mostrato alcune applicazioni e del Long Har Chuan, il metodo per addestrare l’azione inconscia per l’autodifesa, lasciando intendere quale livello di sofisticazione sia nascosto dietro uno stile che viene generalmente considerato soltanto una ‘danza per la salute’.

Sifu Anthony Walmsley è indubbiamente personaggio “contro” nel panorama del Tai Chi. Le sue opinioni e le informazioni contenute in quanto insegna lo rendono indubbiamente un personaggio del quale sentirete ancora parlare.