

# " L'ARTE MARZIALE DEL TAIJQUAN "

Anthony R. Walmsley, Copyright Agosto 2000

La principale obiezione alla pratica del Taiji Quan intesa come arte marziale proviene da persone alle quali è stato assicurato che gli spesso citati benefici in termini di salute si possono ottenere studiando e praticando la "forma soltanto", persone che trovano l'idea stessa di arte marziale piuttosto volgare, violenta, troppo difficile persino da provare o comunque totalmente distante da ciò che intendono loro per Taiji Quan.

Questa spiegazione viene fornita generalmente da persone amabili, faciloni, benestanti, sulla trentina, che si incontrano in media 2 volte la settimana e che per la maggior parte si accontentano di esercizi che richiedono poco impegno fisico.

Dobbiamo tenere a mente che stiamo parlando di esercizio fisico e che a parte l'effetto del "sentirsi meglio", la persona in questione rimane esattamente uguale in termini di atteggiamento mentale a com'era all'inizio della prima lezione. Va anche detto che questo tipo di 'persone amabili, faciloni, benestanti, sulla trentina in genere sono quelle che maggiormente potrebbero beneficiare dalla pratica dell'autodifesa.

Questa convinzione viene ulteriormente rafforzata dalla letteratura disponibile sulle applicazioni di autodifesa del Taiji Quan. Nell'introduzione alla maggior parte dei testi, troviamo affascinanti storie e aneddoti delle imprese della famiglia Yang.

Questi episodi violenti e terrificanti, vengono rapidamente messi a disparte per presentare una serie di speculazioni filosofiche estrapolate a sostegno di spiegazioni totalmente inaccettabili sull'uso del Taiji Quan nell'eventualità di un'aggressione fisica. Nuovamente i sostenitori di questa linea di pensiero ci promettono che anche solamente la ripetizione della "forma soltanto" ci doterà dopo "una pratica sufficiente" di capacità di autodifesa.

Queste affermazioni sono semplicemente scorrette, sono inoltre pericolose perché convincono gli ingenui a essere capace a fare qualcosa per cui non sono stati addestrati.

Se ci fossero dubbi di che cosa stiamo discutendo, ecco una descrizione di come il Taiji Quan veniva insegnato da Yang Shao Hou, nipote di Yang Lu Chan.

""Era veloce e potente nel mettere a segno i suoi colpi con occhi brillanti come torce, un ghigno spaventoso sul viso, gridando e urlando mentre sfrecciava indietro e avanti; era temuto da tutti. Gli aspetti tecnici di questo tipo di Taiji Quan erano:

- attaccare a sorpresa con movimenti morbidi.
- seguire con i propri movimenti quelli dell'altro colpendo con attacchi veloci.
- usare il movimento del contatto improvviso per sconfiggere l'avversario con attacchi a sorpresa.
- movimenti delle mani compreso afferrare, spingere, bloccare, ferire i muscoli e le ossa dell'avversario, attaccarlo sui punti vitali e controllare le sue arterie e vene.
- usare la forza di un contatto continuo ed improvviso per atterrare l'avversario con velocità fulminante.

Quando Yang Shao Hou insegnava ai suoi praticanti attaccava senza richiamare i pugni. I movimenti d'attacco erano veloci e feroci e l'espressione facciale mutevole e variegata. ""

Tratto da : ( 'Yang Style Tai Ji Quan ' di Yang Zhen Duo ).

Dato che Yang Shao Hou insegnava il ' vero Tai Ji Quan ', cosa deve pensare il ricercatore dell'addestramento generalmente diffuso nelle scuole di oggi?

Tutti i membri della famiglia Yang hanno sempre trasmesso la propria arte come autodifesa.

Non esiste nessuna traccia che qualcuno di loro l'abbia insegnato come una specie di ' danza della salute ' includendo anche lo stesso Yang Cheng Fu, il padre del Taiji Quan moderno.

Prima di continuare, ritengo necessario sottolineare nuovamente che è questo tipo di addestramento di autodifesa che aiuta a sviluppare i cambiamenti che letteralmente cambiano la vostra mente e ovviamente il vostro corpo.

Senza raggiungere questo cambiamento è inverosimile che i benefici della vostra pratica vadano oltre il superficiale. Dopo qualche anno di ' forma lenta soltanto ' e pratica Qi Gong statica, ho acquistato tutti i libri reperibili in commercio con traduzioni e commenti sui ' Classici del Taiji Quan ' mettendomi allo studio. Ho preso ogni singola affermazione cercando di rapportarla al mio addestramento piuttosto che materiale didattico e esperienza di altri praticanti di Taiji Quan. Inoltre, con estrema imparzialità ho contattato chiunque fosse istruttore ( molti tra di loro erano cinesi ) chiedendogli la propria opinione sull'argomento.

Le mie conclusioni erano ( ed ancora sono ) le seguenti:

1. La maggior parte degli istruttori di Tai Ji Quan ripete quanto ha appreso dai libri di testo o da altri istruttori, senza comprenderne il significato. Stranamente gli studenti accettano questa situazione di fatto e raramente verificano le informazioni che ricevono chiedendo dimostrazioni delle capacità dell'istruttore.
2. La maggior parte degli istruttori riconosce che lo stile Yang è un'arte marziale, ma non ne conosce i metodi di addestramento, non insegna Tai Ji come arte marziale e non sarebbe neanche capaci di difendersi da un'aggressione fisica. Una visita alle scuole che insegnano Taiji vi confermerà questo fatto.
3. L'informazione che viene trasmessa al pubblico in queste scuole è Yin ( niente addestramento marziale ), nonostante ci insegnano che Taiji Quan è un'arte marziale basata sulla teoria Yin Yang ; perciò per definizione, senza addestramento marziale ( Yang ) queste scuole non stanno insegnando Tai Ji Quan.
4. Degli istruttori e studenti con i quali ho parlato, nessuno sapeva dare una spiegazione soddisfacente del 'Qi' o 'Chi' e del suo ruolo nel miglioramento e mantenimento della salute; né sapevano dare una dimostrazione della sua applicazione all'autodifesa.
5. Nonostante un ampio numero di istruttori chiama il proprio stile 'tradizionale', nessuno conosce il significato di questo termine; inoltre, una verifica di ciò che insegnano, rivela che l'insegnamento che hanno ricevuto è di fatto 'moderno' risalendo alla fine degli anni '30; sanno poco o niente del fondatore dello stile Yang ( Yang Lu Chan ), la forma originale che ha inventato, i metodi di addestramento al combattimento e come questi si collegano alla teoria ed i concetti filosofici della Medicina Tradizionale Cinese.