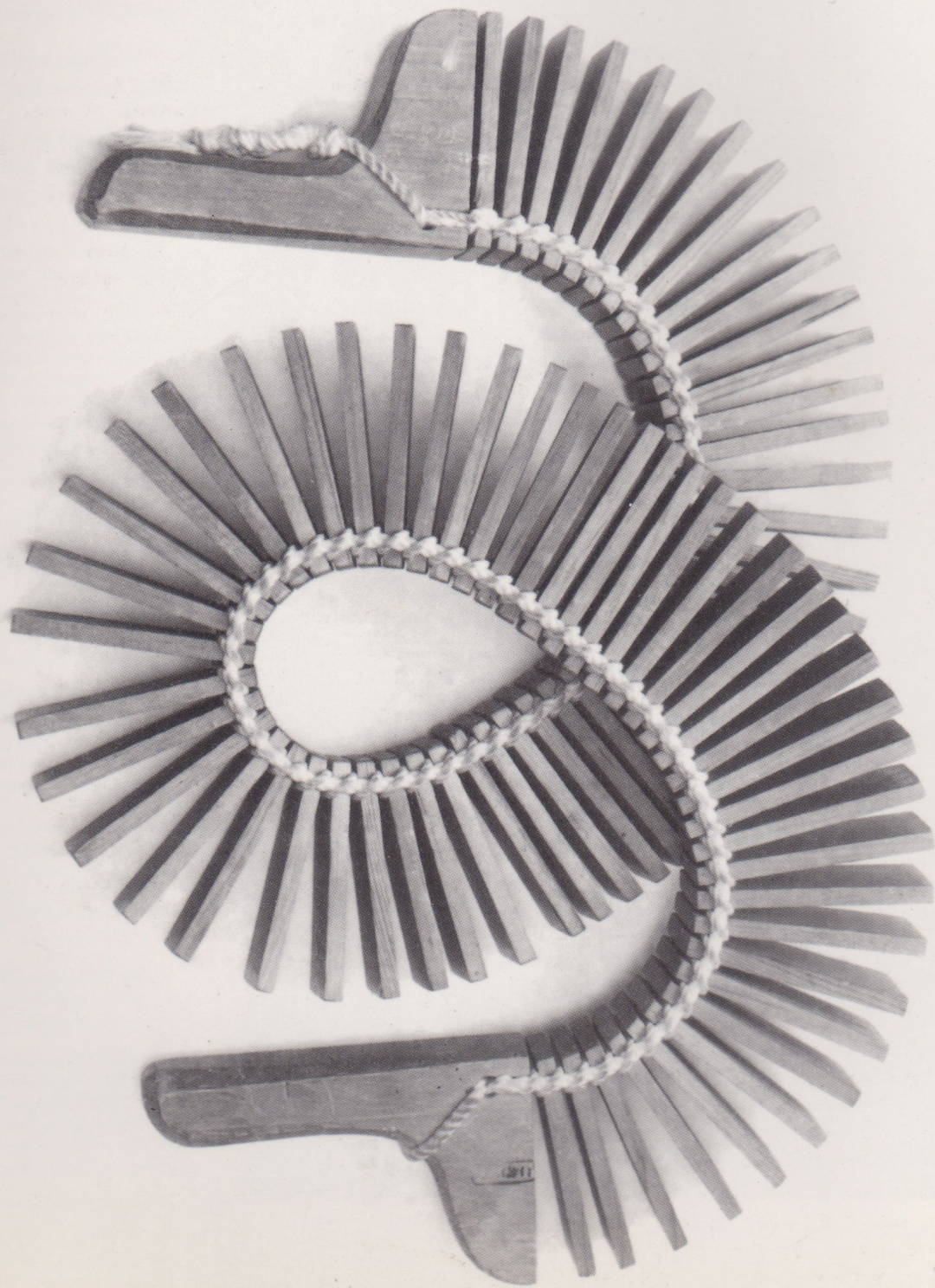


QUADERNI D'ORIENTE



SHAOLIN DARN DAO

le armi tradizionali in Cina

La Cina é uno dei rari paesi dove le armi, oltre che come strumento di morte, sono state usate al fine del perfezionamento fisico ed interiore dell'uomo.

Nella maggior parte degli stili di kung fu, il loro uso é considerato complementare alla pratica a mani nude e permette di accrescere la precisione del gesto, il controllo emotivo, "la soddisfazione dello spirito", richiede e sviluppa un'eccezionale maestria e una grande abilità di movimento.

In Cina quindi, le armi venivano usate per migliorare l'individuo, diversamente dal kobudo di Okinawa, dove strumenti di uso quotidiano divennero armi, per necessità di difesa.

Già durante il Paleolitico e Neolitico, venivano prodotte in Cina delle armi rudimentali.

Alla fine del Neolitico (2000 a.C. circa), alcune di esse, soprattutto le asce presero una forma tipicamente cinese. Ma é durante la dinastia Chou (1121-256 a.C.), che le armi di rame e di bronzo acquisirono una forma caratteristica (ascia, alabarda, spada diritta).

Da quest'epoca in poi la maggior parte delle armi antiche hanno attraversato il tempo aggiungendosi alle creazioni di ciascun periodo, per cui si spiega l'innumerevole varietà delle armi cinesi.

Durante la dinastia Han (206 a.C.-8 d. C.) si ebbe la loro prima classificazione basata sui "Riti dell'Ordine Confuciano", organizzata quindi sulla gerarchia sociale.

La spada diritta a doppio taglio era riservata ai nobili, ai dignitari di corte e agli ufficiali di alto rango; il bastone era il simbolo dell'autorità e della giustizia e veniva portato solo dai magistrati e dagli ufficiali di polizia; l'alabarda era l'attributo degli ufficiali della guardia imperiale

e dei generali della cavalleria; la sciabola poteva essere portata da tutti i militari; la lancia era utilizzata dalla fanteria.

Queste presero il nome delle "cinque armi nobili" o "cinque armi fondamentali".

Seguirono nel corso dei secoli altre classificazioni basate sulle stagioni, sui mestieri, sulla loro grandezza e caratteristiche costruttive. Quest'ultima é forse la più conosciuta ed é detta "delle 18 armi principali" ed é risalente al periodo Ming (1368-1644 d.C.).

Fra tutte queste classificazioni ritengo più appropriata quella delle "cinque armi nobili".

Il criterio adottato durante il periodo Ming, infatti, é puramente tecnico, quello basato sui mestieri e sulle stagioni mi sembra troppo riduttivo, mentre quello che fa riferimento ai riti confuciani é ispirato ad una precisa cultura e tradizione e si basa su una particolare filosofia.

L'aspetto più significativo di questa classificazione riguarda, però, il nesso tra le "cinque armi nobili" e le altrettante essenze dell'uomo, in relazione ai cinque elementi, cioè le cinque fasi del processo di mutazione della natura: fuoco, acqua, terra, legno, metallo.

Proprio come i cinque animali di Shaolin inoltre, ognuna delle armi nobili, sviluppa un'essenza dell'uomo, così l'uso della spada diritta favorisce la circolazione sanguigna, il bastone l'equilibrio, la manipolazione dell'alabarda riguarda il lavoro dei muscoli e dei tendini, la lancia favorisce la mobilità articolare, la sciabola interessa l'apparato respiratorio e lo sviluppo dell'energia interiore.

Usare le armi con questa concezione significa avvicinarsi alla comprensione dei processi della natura e della vita.

LA SCIABOLA (DARN DAO)

La sciabola dell'antica Cina era un'arma fondamentalmente democratica, era legata all'elemento metallo, simbolo della gru, all'ovest, all'autunno, favoriva l'esercizio respiratorio, di conseguenza sviluppava l'energia vitale o "chi". L'elemento metallo infatti é legato ai polmoni, per quanto riguarda gli organi interni e al naso, per gli organi di senso.

Nel corso dei secoli entrò a far parte del repertorio del praticante di kung fu e raggiunse la massima espressione nel tempio di Shaolin.

Grazie alla sua caratteristica forma a mezzaluna, la sciabola può essere usata con ampi movimenti circolari attorno al proprio corpo, può colpire con fendenti o affondi e per l'ampiezza della lama si presta ad una grande varietà di parate.

L'armonia, la circolarità, la continuità dei movimenti creano innumerevoli traiettorie che fendono l'aria attorno e la riempiono di bagliori e scie argentee che rendono difficoltoso distinguere la parata dal fendente.

Nell'antichità i maestri erano soliti praticare le forme con le armi metalliche, in particolare con la sciabola, in piena notte, sotto la luna, perché ritenevano di poter catturare e assorbire l'energia del nostro satellite e riempirsi di essa, creando così una magnifica armonia tra uomo, natura e cosmo. Usavano l'espressione "danzare sotto la luna con la sciabola" e proprio di questo doveva trattarsi: l'armonia dei movimenti, il bagliore della lama ricordavano una danza esoterica che permetteva di penetrare nei più profondi recessi del proprio essere.

Le forme con la sciabola presentano, rispetto a quelle a mani nude maggiori difficoltà. Occorre infatti prestare particolare attenzione alla coordinazione tra gli arti inferiori e superiori, nonostante le posizioni dei piedi siano le stesse e i principi da rispettare i medesimi.

La mano sinistra (destra per i mancini) in genere é atteggiata a palmo, spesso protesa in avanti, a volte invece posta sul dorso della sciabola per rafforzare il colpo. Occorre quindi molta destrezza per coordinare i movimenti degli arti inferiori con il braccio sinistro e quello destro, che impugna l'arma, elemento esterno



Il Maestro Giosuè Giuseppe

al nostro corpo.

Così dice un antico:

"Dapprima é l'uomo che muove la sciabola poi l'uomo e sciabola diventano tutt'uno, infine é la sciabola che muove l'uomo."

Se é vero che occorre abilità per usare la sciabola, é anche vero che la pratica costante tende a sviluppare una notevole destrezza, coordinazione, agilità fluidità ed equilibrio. A causa del suo peso irrobustisce inoltre le spalle, crea tensione dinamica, favorisce la mobilità articolare, rafforza i tendini.

Ma cosa più importante, le forme eseguite con la sciabola enfatizzano, rispetto quelle a mani nude, il ruolo di mezzo per arrivare a se stessi. Se eseguite con la giusta respirazione e atteggiamento interiore rappresentano una sorta di meditazione in movimento, uno strumento di introspezione per il risveglio ed il controllo dell'energia interiore, che é poi il fine ultimo del kung fu.

Giuseppe Giosuè