



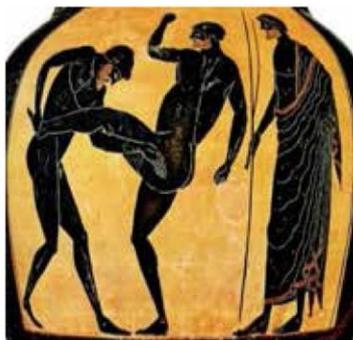
Le DANZE MARZIALI di OKINAWA

Di Peter Fabbri

Con lo sviluppo delle arti marziali in estensione (accumulo tecnico derivante dalla sperimentazione, dallo scambio culturale e dall'assimilazione delle tecniche delle varie culture con cui ci si scontrava o ci si alleava) e profondità (ricerca della massima efficacia tecnica e del minor spreco di energia) è nata l'esigenza della trasmissione alle future generazioni del patrimonio tecnico delle varie tradizioni combattive. Le varie culture guerriere del mondo hanno risposto a questa esigenza creando forme di combattimento ed esercizi da svolgere singolarmente o a coppia e in alcuni casi documentato queste informazioni in opere artistiche quali bassorilievi, decorazioni di vasellame o in veri e propri manuali tecnici dal contenuto a volte simbolico che in alcuni casi sono giunti fino ai giorni nostri.



Danza Pirrica



Vaso

Una modalità didattica poco conosciuta ma comune a molte tradizioni è quella delle danze marziali: un sistema di addestramento che prevede la ripetizione di modelli tecnici a tempo di musica. La forma più antica codificata di queste danze conosciute è quella delle danze pirriche greche ma ha origine molto più antiche che si fanno risalire alle danze tribali sciamaniche con cui ci si ingraziava gli auspici della/e Divinità per la caccia o prima delle battaglie.

Danze di questo tipo sono presenti sia in oriente sia in occidente, si pensi a tutte le danze tradizionali con i bastoni, con i coltelli e con le spade praticate in varie forme in quasi tutto il mondo.

In Italia ad esempio sono ancora praticate danze marziali col coltello o bastone, soprattutto nel Sud della penisola, e i loro movimenti esprimono ancor oggi la loro pericolosità.

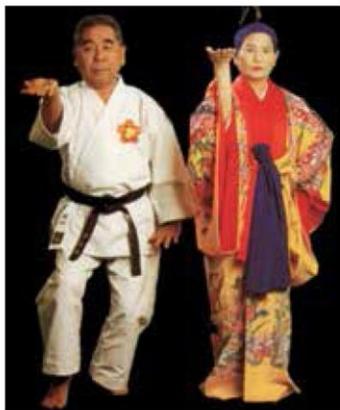
Non ci sarebbe da stupirsi se si scoprisse che molti balli a coppia rivelassero un passato marziale che nasconde leve e controleve, similmente a quanto avviene con i calci nascosti nelle spettacolari evoluzioni di gamba della Capoeira.



La danza ha sempre avuto un ruolo importante nella cultura di Okinawa ed è espressione della natura gioiale e giocosa dei suoi abitanti. Essa si è sviluppata in varie forme artistiche con specifiche caratteristiche: Koten buyo (danze classiche di Corte), Zo-udui (danze miste di estrazione popolare), Minzoku-buyo (danze folcloristiche locali), Sosaku-buyo (danze moderne), ciascuna delle quali in versione individuale o Kumi-Odori (danze di gruppo).

Un aspetto interessante riguarda il collegamento e l'influenza reciproca che si è generata tra le danze tradizionali e le arti marziali che si sono sviluppate nell'arcipelago quali il Karate ed il Kobudo.





Seikichi Toguchi e Haruko Toguchi

In questo specifico ambito si possono distinguere due correnti: da una parte forme di danza marziale molto esclusive (Meikata) che tradizionalmente erano praticate solo dagli uomini di classe aristocratica. All'interno delle movenze sinuose di queste danze sono nascoste tecniche di combattimento e manipolazioni.

Alcuni ricercatori, tra cui il M° Toshio Tamano, attuale caposcuola del Goju-Ryu Shorei-kan, ritengono che il kata di Karate sia stato influenzato da queste danze le cui tecniche sopravvivono in alcune eleganti sequenze inserite nell'intelaiatura di molte forme. Questa prerogativa artistica è uno degli elementi che differenzia i kata del Karate di Okinawa dalle forme cinesi (anche se pure queste venivano spesso esibite con sottofondo musicale durante le cerimonie e festival marziali).

La scuola che maggiormente ha conservato le tradizioni del Meikata è il Motobu Udun-Ti: arte marziale di Okinawa che trae origine dall'antico Te, dal Kobudo popolare e quello di corte che utilizzava armi convenzionali quali spada, lancia e naginata e dalle danze marziali (bu no mai). Coerentemente, le movenze dell' Udun-Ti richiamano la circolarità dell'Aiki.jutsu e la cedevolezza del Ju-Jutsu più che quelle del Karate. Tradizionalmente questa scuola veniva trasmessa solo ai figli primogeniti delle famiglie di classe nobile (Udun). Uno degli ultimi depositari della scuola, prima che venisse aperta al pubblico, fu il M° Choyu Motobu, fratello del celeberrimo Choki Motobu: il più famoso combattente del Karate di Okinawa che, essendo fratello minore, fu escluso dall'insegnamento di quest'arte. Si dice che Choki fu sconfitto solo una volta nella sua lunga carriera combattiva proprio dal fratello Choyu in un confronto amichevole di abilità.



Choyu Motobu



Choki Motobu

La seconda corrente artistica marziale di Okinawa si è sviluppata in seno alle classi popolari e si è espressa nella creazione di danze e coreografie musicali con o senza armi in cui la natura guerriera non è però celata. Queste danze sono spesso eseguite con le armi che oggi fanno parte dell'arsenale del Kobudo, come bastoni, falcetti, remi... e si sviluppano come veri e propri kata anche se a tempo di musica.

Ogni villaggio ha sviluppato le proprie forme artistiche grazie anche al contributo tecnico di veri guerrieri che tradizionalmente si esibivano durante cerimonie e festival con grande partecipazione. Anche trattandosi

di coreografie elaborate per il piacere del pubblico, queste forme contenevano quindi vere tecniche di combattimento.

Sono le tecniche che ricercatori dell'inizio del secolo scorso come il M° Moden Yabiku e il suo erede M° Shinken Taira sono andati a ricercare nei vari villaggi e catalogare durante la codifica del Kobudo di Okinawa e che sono quindi entrate a far parte della tradizione Taira di quest'arte. Si deve quindi alla danza e allo spirito giocoso degli abitanti di Okinawa, la conservazione di molte tradizioni marziali che sarebbero altrimenti andate perdute.



Shinken Taira

Moden Yabiku

Il M° Seikichi Toguchi, fondatore della scuola Shorei-kan, estremamente sensibile alla preservazione delle tecniche marziali del Karate antico e conscio dell'importanza della musica nell'educazione e nello sviluppo psico-motorio dei bambini, ha creato un apposito programma di esercizi di Karate da eseguire a tempo di musica. Si è avvalso per questo progetto della collaborazione di

Seihin Yamanouchi un noto compositore di musica tradizionale. Sono nati così:

- Risum Karate I, II e III e Risum Bo I, II e III: kata a coppia da eseguirsi a ritmo di musica che contengono le tecniche delle danze guerriere Meikata ed alcune camminate in cerchio ad 8 passi che ricordano le forme di pakwa;



- il celebre Hakutsuru no Mai (danza della Gru Bianca) che esprime le tecniche della Gru Bianca della scuola;



- una composizione che accompagna il kata classico Seyunchin: una delle forme più "morbide" del Goju-Ryu;

Alle precedenti si aggiungono le danze Tora no Mai (Danza della Tigre) e Matsukaze (Vento dei Pini) che però non sono state inserite nel programma di Karate e che probabilmente sono andate perdute. Se si pensa al successo delle attuali discipline del fitness che uniscono musica e arti marziali, fa riflettere il fatto che questa idea era sviluppata nello Shorei-kan già a metà del secolo scorso e che era praticata nel mondo da qualche decina di migliaia di anni!

RISUM KARATE DAI SAN

Collegamento tra la parte "danzata" della forma ed il combattimento

Una movenza molto importante del kata è quella che ricorda la sequenza delle mani del Tensho che deriva dalla forma Rokkishu cinese della Mantide del Sud. Queste movenze utilizzano torsioni molto pronunciate che generano un particolare effetto frusta. Esse possono essere interpretate come tecniche di difesa o attacco balistico o come manipolazioni (Tuite) per liberarsi dalle prese o controllare l'avversario con chiavi articolari o leve dolorose.



Proponiamo alcune interpretazioni di questa sequenza per dare un'idea della multifunzionalità dei movimenti della danza e del Karate

Sequenza 1) becco della Gru, iperestensione del gomito con proiezione



Sequenza 2) Tuite con liberazione da presa al polso e immobilizzazione a terra



Sequenza 3) Tuite da spinta sul petto con controllo verso il basso e hiza-geri



Sequenza 4) Tuite con torsione verso l'alto e mae-geri



Un altro movimento caratteristico consiste nella “Camminata in cerchio a 8 passi” che viene ripetuta a destra e sinistra mentre le braccia compiono in parallelo un movimento a onda prima ascendente poi discendente.



Si interpretano spesso questi movimenti come dei controlli dinamici sull'attacco dell'avversario che viene guidato in finalizzazioni sfruttando il suo impeto aggressivo in modo simile all'Aikido.

Sequenza 4) difesa da coltello e controllo del braccio col tanden



La forma prevede anche una camminata in linea retta, anch'essa ripetuta a destra e sinistra. La posizione iniziale è caratterizzata da un movimento delle mani e da un passo incrociato che viene spesso interpretato come una schivata da calcio o da attacco alle gambe seguito dalla cattura della gamba dell'avversario che rende possibile una proiezio-



ne piuttosto pericolosa.



Sequenza 5) Difesa da calcio e proiezione.

Per info sulle attività Shorei-kan:
www.sk-budo.com
Info@sk-budo.com