

# L'OMBRA DI YANG SHAO HOU

Ovvero l'originale stile Yang Tai chi chuan di Yang Lu Chan

Questa è una intervista tratta da " China Wushu " che Mr. Hu ha avuto con il maestro Chang Yiu Chun, verso la metà degli anni '70. Chang fu un allievo di Yang Shao Hou. Si tratta di un raro documento estremamente interessante che si spera possa far riflettere i praticanti di Taijiquan

- **Da quanto tempo pratica il Tai chi Chuan ?**

Dal 1911.

- **Chi fu il suo primo insegnante e per quanto tempo ha studiato con lui ?**

Il mio primo maestro fu Yang Shao Hou, nipote del fondatore dello stile Yang, Yang Lu Chan; rimasi con lui dal 1911 fino alla sua morte nel 1930.

- **Molti hanno praticato la natura a volte brutale dei metodi di allenamento di Yang Shao Hou....**

Si, spesso si terminava una fase di allenamento con sangue sui vestiti e molte contusioni, a volte ci si rompeva qualcosa.....Yang non aveva molti allievi.

- **Qual è il suo punto di vista su questo tipo di allenamento ?**

Era buono per me, perché ero molto indisciplinato nei miei primi anni, volevo sempre combattere e con Yang si combatteva parecchio. Questo ci insegnava che se non avessimo praticato correttamente Tai Chi ci saremmo potuti fare male, e alla fine la maggior parte di noi così faceva, altrimenti abbandonava.

- **In Occidente la maggior parte delle persone ritiene questo tipo di allenamento nel Tai Chi abbastanza brutale, ma lo stile Yang, oggi, non lo è per niente.**

Non conosco molto quello che fanno in Occidente, ma quello che si pratica in Cina è una forma modificata di Tai Chi Chuan inventata dal fratello di Yang Shao Hou, Yang Cheng Fu. Questo stile è una creazione propria di Yang Cheng Fu, tale che sia anziani che malati lo possano praticare.

- **Quello che sta cercando di dire è che vi sono realmente due tipi differenti di stile Yang ?**

Si, lo stile che fu creato da Yang Lu Chan non è quello di Yang Cheng Fu.

- **Quali sono le differenze ?**

Quando il mio maestro era solito praticare il " suo " Taijiquan, noi spesso, lo paragonavamo all'esplosione di un colpo di cannone in un secondo, e al grande fiume ( il

grande Fiume Giallo ) subito dopo. Aveva molta energia. Lo stile di Yang Cheng Fu è invece morbido e fluido, senza colpi esplosivi.

- **Non ho mai sentito parlare di questo e lo trovo molto interessante; perché nessuno sa che vi sono due stili Yang di Tai Chi Chuan ? Yang Cheng Fu praticava lo stile Yang originale ?**

Prima di Yang Cheng Fu, era consentito insegnare il Tai Chi Chuan esclusivamente ai membri della famiglia e ad amici molto stretti, che erano quasi degli appartenenti alla famiglia. Io sono uno di questi, un secondo cugino della famiglia di Yang Shao Hou. Yang Cheng Fu, fu il primo ad insegnare a tutti, divenne molto famoso in tutta la Cina e per ciò noi sentiamo parlare di questo stile soltanto. Sì, Yang Cheng Fu praticava lo stile originale del nonno verso il 1915, poi lo cambiò. Molti lo guardavano praticare lo stile originale, deve anche averlo insegnato a pochi, ma quando creò il proprio stile, modificandolo dopo alcuni anni, tutti i suoi studenti si dimenticarono lo stile originale.

- **Da quello che conosce su di lui, Yang Cheng Fu era bravo nella difesa personale, come si dice oggi ?**

Sì, era molto bravo nella difesa personale, era abbastanza grosso e forte, e poteva essere abbastanza feroce nel suo " Pushing hands ", ma aveva imparato lo stile originale, all'inizio.

- **Secondo altri stili di Tai Chi Chuan, lo stile Yang non è adatto alla difesa personale, perchè ?**

Sì, non è adatto alla difesa personale se ti stai riferendo al Tai Chi Chuan di Yang Cheng Fu, ma se ti riferisci a quello di Yang Lu Chan e invece estremamente valido a questo scopo. Al di fuori della famiglia nessuno conosce questo stile, così tutti pensano che sia inutile.

- **Quanto è valido lo stile originale Yang di Tai Chi Chuan ?**

È il migliore.

- **Perché ? E come viene utilizzato per la difesa personale ?**

Si utilizza il Tai Chi Chuan in due modi, posso parlarti del primo perché oggi molti lo conoscono. Ci si muove al di fuori di una forza che sta arrivando e, appena essa parte, viene scaricato l'attacco, con cui sono rotte ossa, gambe, braccia. Questo è il primo livello di difesa personale Tai Chi Chuan; il secondo è troppo sinistro e dannoso per parlarne.

- **Perché ?**

Mi dispiace, ho fatto giuramento di non parlare di questo metodo di difesa personale.

- **Il " Pushing hands " gioca una parte importante nel suo Tai Chi Chuan ?**

Oggi sì, non i primi tempi. Era data più importanza al combattimento, ma non appena avevamo imparato di più, il " Pushing hands " era utilizzato per insegnare equilibrio e la teoria Yin e Yang.

- **Perché era considerato feroce ?**

Noi eseguivamo lo " San Shou " in tre maniere. La prima per imparare i movimenti di attacco e di difesa; la seconda per eseguire questi movimenti in maniera più veloce e con molta più potenza, ed è quella in cui ci si può provocare contusioni. La terza, in cui si cerca di colpire l'altro per davvero, tentando di porsi in equilibrio l'uno con l'altro cosicché i movimenti siano eseguiti non necessariamente in maniera corretta.

- **Se Yang Lu Chan fosse vivo, cosa direbbe del suo Tai Chi Chuan ?**

Intanto non riconoscerebbe il nome, perché la disciplina non veniva chiamata così, e neanche quello che viene insegnato con questo nome oggi, a meno che non vedesse lo stile di Yang Shao Hou, anche se sono certo che nel corso degli anni, anch'esso sia cambiato, come tutto, del resto. Ma non così tanto come lo stile di Yang Cheng Fu.

- **In Occidente molti hanno modificato anche lo stile di Yang Cheng Fu, e anche in Cina abbiamo chi modifica gli stili cercando di integrarli tutti e tre. Qual è il futuro del Tai Chi Chuan ?**

Non voglio dire nulla circa il modo in cui il nostro governo sta modificando gli stili e non mi importa di quello che succede in Occidente. Ma se il Tai Chi Chuan cambia ancora e nessuno inizia ad insegnare lo stile Yang originale, vorrà dire che avevamo una capra ed oggi abbiamo un'anatra...

- **Così pensa che il Tai Chi Chuan sia stato modificato in maniera tanto rilevante, da quando fu creato da Yang Lu Chan ?**

Sì, ho girato parecchio in Cina e vedo ovunque gente che pratica Tai Chi Chuan, ma non molti stanno "praticando " Tai Chi Chuan.

- **Cosa intende dire, che non importa quale stile stiano praticando perché tutto, comunque deve essere Tai Chi Chuan ?**

Non sto parlando della differenza degli stili, ma dal modo in cui le persone imparano Tai Chi Chuan oggi; pensano che basti imparare alcuni movimenti lenti per praticare Tai Chi Chuan. In realtà occorre lungo tempo e molta dedizione per apprenderlo in maniera appropriata.

- **Ma di certo coloro che non desiderano praticare Tai Chi Chuan per il combattimento, vorranno apprenderne soltanto i movimenti lenti per una buona salute**

Alcuni di loro otterranno qualche minimo beneficio per la loro salute, certo, ma una reale utilità può essere ottenuta solo attraverso la pratica del Tai Chi Chuan eseguita nel modo corretto.

- **Si è avvicinato al Tai Chi Chuan per un problema di salute o per il combattimento ?**

Molti di noi, iniziando a praticare molti anni fa, conoscevano il Tai Chi Chuan come una cosa sola, e la sua finalità era il combattimento; nessuno ha mai saputo che questa

grande arte potesse avere dei benefici anche per la salute fino a quando Yang Cheng Fu rese popolare questa sua versione.

Anche praticando combattimento miglioriamo automaticamente la nostra salute, tuttavia non prendiamo parte alle lezioni con questo scopo.

- **Ma di certo molti hanno necessità di costruire il proprio corpo all'inizio, prima di fare combattimento. Può essere questo uno dei motivi per cui le forme più lente possono entrare in gioco ?**

La gente non si rende conto che quando io stavo imparando il Tai Chi chuan, e ancora prima, quest'arte era poco conosciuta perfino in Cina, se non tra le famiglie principali, come la Chen, la Wu e la Yang, che mantenevano la pratica all'interno del loro ambito.

Soltanto dopo che il Tai Chi Chuan divenne utile per la salute, allora in molti cominciarono ad imparare; molti di noi erano già buoni praticanti di altre forme di Wushu.

Io conoscevo la " boxe della tigre " e, per aver dovuto lavorare molto duramente, io e molti altri eravamo già abbastanza robusti da non dover praticare il Tai Chi Chuan lento. E comunque, anche se non lo fossimo stati, non c'era modo, in ogni caso, di praticare lentamente il Tai Chi chuan !

- **Quale fu la prima area in cui si è allenato quando, all'inizio andò a studiare con Yang Shao Hou ?**

Come ho detto, ero già ad un ottimo livello nella " Boxe della tigre ", ed ero molto orgoglioso della mia abilità; Yang Shao Hou portò fuori di me questa vanagloria.

- **Come accadde ?**

Ero molto più giovane di Yang Shao Hou e mi sentivo molto forte, ma non appena arrivai alla scuola di mio cugino fui obbligato a combattere con lui...

- **Cosa successe ?**

Pensavo di poterlo sorprendere con una tecnica chiamata " La Tigre è spinta in un angolo ", utilizzata portando molti attacchi per uscire da un angolo.

Quando ho attaccato Yang, ho pensato che fosse immediatamente scomparso, ma più tardi ho capito che al momento giusto, si era mosso così veloce e nel medesimo istante in cui anch'io mi ero mosso, da essere di fronte a me prima ancora che io potessi in qualche modo reagire.

I miei colpi erano mirati ad una distanza maggiore di quella in cui Yang realmente era e mi sono trovato a colpire il terreno privo di conoscenza.

- **Come la mise " Knock out " ?**

Utilizzò una tecnica molto avanzata di cui in questo momento, però, non posso parlare.

- **Si fece molto male ?**

No, nel momento in cui colpì il terreno, soltanto la mia parte posteriore era dolorante. All'inizio non ho sentito nulla, più tardi spuntarono alcune leggere tumefazioni nei punti in cui mi aveva colpito.

- **Alla fine imparò queste tecniche ?**

Pur essendo un membro della famiglia, soltanto dopo essere stato con Yang per molti anni dovevo provare di essere una persona degna di stima.

- **Cosa intende per persona degna di stima ?**

Che non sarei mai andato fuori ad utilizzare queste tecniche con il fine di vantarmi o mettermi in mostra. Yang insegnava che, in caso di provocazione, noi avremmo dovuto comportarci da codardi; se ciò non avesse funzionato, allora avremmo dovuto agire così rapidamente da non consentire agli attaccanti di rendersi conto di quali tecniche stavamo utilizzando.

- **Ha dovuto difendersi molte volte ?**

Come migliorai nella pratica, divenni uno degli studenti avanzati e il mio lavoro fu di insegnare agli allievi più giovani, che erano soltanto tre alla volta, tanto era feroce l'allenamento. Capitava che ci trovassimo con praticanti provenienti da scuole diverse che si vantavano della loro abilità: ci era detto di ignorarli. Soltanto quando essi entravano nella casa di Yang ci era concesso di combattere con loro.

- **E il risultato qual'era ?**

Non si vantano più. Dico solo che in tutti gli anni passati con Yang non ho mai visto nessuno dei suoi studenti colpito e sconfitto.

- **Cosa successe dopo che Yang Shao Hou morì ? Lo stile sembrava scomparire ?**

Sì, i pochi allievi avanzati di Yang Shao Hou decisero che sarebbe stato meglio non insegnare a tutti ciò che conoscevano. Così ognuno andò per la propria strada ad insegnare solamente a pochi selezionati studenti.

- **Quanti studenti ebbe ?**

Ho insegnato soltanto a sette persone ciò che conoscevo, ed essi a loro volta non insegnarono che a pochi. La scuola più grande di Yang Shao Hou fu a Taiwan, dove Mr. Chen Pan Lin fondò la sua scuola, anche se non penso che abbia insegnato a molti le tecniche interne di Tai Chi Chuan.

- **Esiste ancora quella scuola ?**

Penso di sì. Dopo che Chen morì, verso il 1964, i suoi studenti gli succedettero, ma come nel caso di molti grandi maestri, la scuola non sopravvive come era una volta.

- **Quali sono i suoi punti di vista riguardo agli altri stili di Tai Chi Chuan ?**

So solo dello stile Wu, e Chen e che c'è anche lo stile Sun. Penso che tra questi lo stile Wu è il più simile al primo Yang proprio perché da esso deriva.

- **Come appare lo stile Yang a quello Chen ?**

Molti sanno che lo stile Yang nacque in parte dal Chen. Questo è vero in un senso perché Yang Lu Chan iniziò il suo allenamento a Chen Chia Gou ( il villaggio Chen ), ma

occorre ricordare che Yang non era soddisfatto del suo allenamento con i Chen e iniziò così a cambiare lo stile in quello che conosco come stile Yang.

Si dice che Yang avesse trovato un'antica scrittura relativa all'originale Tai Chi Chuan e dopo averla letta, pensò che non era quello che aveva imparato....