

Incontri con i Maestri

di Severino Maistrello



Da sinistra
Maestro Severino
Maistrello,
Sifu Patrick Lee e
in basso seduto
il GM Sifu To Yu

Una piacevole cena a Montegrotto Terme in un ristorante tipico della zona ha fatto da cornice alla piacevole serata trascorsa in compagnia del caro amico e Maestro Severino Maistrello con un ospite importante, il Maestro Patrick Lee dello stile *Fu Style Pa Kua Chang*, invitato in Italia dal suo Si Hing (fratello di kung fu) Severino Maistrello per due seminari interessantissimi.

Come sempre il Maestro Severino è attivo nel portare avanti i programmi della propria scuola e invita spesso rappresentanti di stili tradizionali con cui offre l'opportuni ai tanti praticanti di approfondire l'arte.

Sifu Patrick Lee, ospite della *Wudang Fu Style Federation (WFSF)*, esponente di spicco dell'*Old Fu Style Pa Kua Chang*, proveniente da Hong

Il Dragone tra i nove palazzi e la Spada Wudang

Kong, ha tenuto un seminario il 28 e 29 Aprile 2012, avente come tema lo studio della pratica di due tecniche dello stile: "*Il Drago Vola tra i Nove Palazzi*" e l'approfondimento della *Spada Wudang in coppia*.

Durante la piacevole cena il Maestro Patrick Lee ci ha concesso un'intervista sul suo stile e sullo stage appena

tenuto presso la scuola del Maestro Severino Maistrello.

Due sono stati i seminari uno dei quali verteva sulla Spada Wudang che il Maestro Lee ha imparato dal suo Sifu Sun Bao Kong, e dai suoi Siba Liang Keung Ai e Chak Wing Kay. (Siba: zio di kung fu)

Attualmente il Maestro Patrick Lee e Severino Maistrello appartengono alla 12ma generazione dei maestri della Spada Wudang.

Ma quello che ci ha colpiti particolarmente è la teoria che sta alla base del seminario di Fu Style Pa Kua Chang sulla tecnica de "Il Drago Vola tra i Nove Palazzi" e di seguito riportiamo l'estratto della spiegazione che Sifu Patricik ha tenuto a darci.

Come molti stili di Pa Kua Chang quando raggiungi un alto livello di pratica accedi allo studio della tecnica dei Nove Palazzi.

Questa tecnica produce un tipo di forza simile al tornado grazie al corretto apprendimento dell'uso del gioco di gambe tipico di questa tecnica.

Tecnica particolarmente importante per imparare come difendersi da forze multiple.

La tecnica dei Nove Palazzi consiste in una camminata attorno a 8 pali posizionati in cerchio ed uno posizionato al centro del cerchio. C'erano diversi modi di camminare tra i pali creando differenti schemi in modo da utilizzare tutti i nove pali (Palazzi).

La pratica iniziale prevede dei movimenti liberi da schemi preordinati all'interno dei nove palazzi, poi una volta presa dimestichezza con il movimento tra i nove pali lo studente inizia a seguire uno schema preordinato come indicato nel diagramma a fianco.

Il senso della camminata genera un positivo o un negativo, Yang o Yin,

Nella maggior parte delle scuole di Old Fu Style Pa Kua Chang una delle pratiche più evolute è "Il Drago vola tra i nove palazzi"

Questa tecnica un tempo veniva pra-

ticata dagli studenti per comprendere un tipo di forza simile al tornado che si poteva acquisire attraverso un duro lavoro di "gioco di gambe" tipico di questo esercizio in quanto è molto utile per imparare a difendersi da più avversari.

La tecnica infatti si esegue camminando all'interno e fuori da una struttura fissa di pali posizionati a cerchio con un palo al centro di esso.

Esistono diversi schemi di pratica differenti tra loro che gli stu-

denti devono mettere in pratica durante l'utilizzo della camminata del Drago nei nove palazzi.

Tuttavia, è importante che lo studente abbia prima padroneggiato le normali forme di stile Fu come Yin Ba Gua, Ba Gua Yang, Liang Yi e Dragon Style Ba Gua. Dopo che lo studente aveva studiato il Drago Ba Gua, la pratica poteva essere con un proprio stile più libero nei movimenti utilizzando qualsiasi schema di passi.

Quando si pratica i nove palazzi, il movimento è continuo e in forma libera. A volte ci si sposterà tra i poli cercando di non toccare i pali, altre volte si colpiranno pali colpendo con le palme delle mani, con i piedi, gambe e anche il corpo, condizionando così il corpo e la potenza dei propri colpi.

I diagrammi a destra mostrano il percorso tra i pali al primo livello di formazione dei nove palazzi.

Il diagramma in basso mostra il primo percorso mentre il diagramma superiore mostra il ritorno.

In altre parole, il praticante compie un giro completo intorno al polo 1, si dirige poi verso polo 2 nell'angolo nord-est, fa in giro intorno al palo e si dirige verso il polo 3 ad ovest, e così via. Una volta che il praticante raggiunge il palo 9 come indicato nel diagramma, ritorna al palo 8, ecc come indicato nel diagramma superiore. Per poi tornare al palo 1 completando un circuito.

Ringraziamo il Maestro Patrick Lee per le preziose informazioni e la disponibilità nel concederci questa intervista e invitiamo tutti i lettori interessati ad approfondire queste teorie a mettersi in contatto con il M° Severino Maistrello, allievo interno di Sifu To Yu e suo Responsabile del sistema Old Fu Style Pa Kua Chang.



Ba Gua Nine Palace Diagrams from Fu Zhen Song's Ba Gua Zhang System