

## Approfondimenti

### **PRIMO VIAGGIO IN THAILANDIA**

*La volpe conosce molti trucchi. L'Istrice, uno solo...ma buono!"*

- [Foto dei Maestri Thonglor e Manoon Trairat](#)
- [Foto del Maestro Wa Hoen](#)
- [Foto della Cerimonia del Wai Khru](#)

Un giorno capitò tra le mie mani una rivista di Arti Marziali, proveniente dagli Stati Uniti, l'articolo che ha incriminato la mia mente, lasciandomi senza sonno per molto tempo, era titolato così: "Krab Krabong, la più micidiale tecnica di combattimento del Sud Est Asiatico", all'interno, la disciplina veniva descritta come mortale e troppo pericolosa persino da praticarsi. Il giornalista ne aveva visto alcune dimostrazioni in Thailandia ma, seppur appassionato di sport da combattimento, aveva rinunciato all'idea di tentare di apprenderlo, limitandosi a descriverlo sommariamente.

Per me, sangue barbaro, trentino-celtico, la cosa sembrava esercitare un fascino tremendo; pensatevi, nientemeno che l'ultima Arte Guerriera sopravvissuta fino ai giorni nostri intatta nello spirito e nella sua pratica.

Da grandissimo amante del Kung Fu, convinto di avere tra le mani il "santa sanctorum" dell'efficacia e dell'imbattibilità, non pareva possibile potesse esistere qualcosa che potesse tecnicamente superarlo e, considerando poi che sono sempre stato un grande appassionato di combattimento libero, pronto a misurarmi con tutti, questa pareva una sfida quasi ineluttabile. Fu così che, avanzando moltissimi giorni di ferie, decisi di mangiarmeli in un viaggio laggiù, dove parevano aggirarsi ancora le ultime tigri del combattimento estremo.

Quando in Palestra dissi ai miei studenti quali erano le mie intenzioni, le risposte furono le più svariate: qualcuno mi chiese se avevo esagerato con le canne, un altro mi disse che in tal caso era meglio che cambiassi il fornitore ( N.B. io non ho mai fumato in vita mia e me ne vanto! ).

Qualcuno mi prese le misure per darle alle pompe funebri, altri mi passarono indirizzi di buoni psichiatri. In mezzo a questo marasma di idiozie, due decisero più semplicemente di seguirmi nell'avventura. Così fu che ai primi di Marzo 1992 assieme al sottoscritto si unirono anche Marco Bettini e Vito Cavallaro, vi posso garantire che trio di sderenati più ben assortito di questo non si poteva davvero mettere insieme. Giunti a Bangkok, la mancanza di ossigeno nell'aria, appestata di idrocarburi fino all'inverosimile e il famoso Jet Lag, si fecero subito sentire. La testa ci girava come una trottola e il rincoglionimento aveva raggiunto livelli di allerta.

Alloggiammo per tre giorni all'Hotel Royal, uno splendido posto, sito vicino al centro storico della città, vicinissimo al Parco Sanam Luang e al Wat Phra Keo (Tempio del Buddha di Smeraldo). Dopo il consueto giro per i principali monasteri della città, ci

concentrammo sullo scopo principale della nostra visita: Cercare un valido Maestro di Krabi Krabong. La cosa parve fin dall'inizio non semplice da realizzarsi; tutti sapevano cosa era questo termine, ma nessuno sapeva darci indicazioni in merito.

Alcuni si mettevano a ridere e ci invitavano a ripiegare sulle numerosissime palestre di Muay Thai, facendoci capire che la disciplina richiesta era troppo "over" per dei "Farang". Farang è il termine con il quale in genere vengono designati tutti gli stranieri, e può essere tradotto con Barbari, ma non necessariamente questo per i Thai ha un valore dispregiativo. Andammo naturalmente a vederci un sacco di incontri allo Stadio Lumpini, ma non mi stupirono.

Gli incontri erano senz'altro durissimi, su questo non si può certo obbiettare, ma la tecnica sembrava essere davvero povera. I Boxer erano athleticamente molto preparati e molto determinati a vincere; in una serata vedemmo cinque o sei K.O., ma non fu certamente la strategia o l'intelligenza che vidi all'opera, quanto la forza bruta e la sopportazione dei colpi, questa sì davvero impressionante, ma io cercavo qualcosa di più... Avevamo assoldato un tassista che, per pochi soldi, ci faceva scorazzare per la città, portandoci a vedere musei, scuole di Muay Thai e quant'altro, ma di Krabi Krabong niente, lui affermava di non saperne niente.

Presso l'Hotel Royal vi era anche una sede di un'agenzia viaggi e facemmo conoscenza del direttore, che parlava un italiano davvero accettabile, fu così che gli esponemmo il nostro desiderio.

All'inizio rimase perplesso, ci squadrò ben bene, ci soppesò a lungo e quindi prese un pezzo di carta e scrisse un indirizzo con quei caratteri Thai, così comprensibili ai fessacchiotti come noi. Serissimo ce lo consegnò, dicendoci che se fossimo stati accettati, cosa di cui lui dubitava fortemente, avremmo avuto la fortuna di apprendere con il più grande Maestro del paese.

Un uomo che era un autentico genio delle Arti Marziali tradizionali, che aveva sconfitto centinaia di lottatori a mani nude e con le armi, che era stato nominato patrimonio vivente della Nazione per le stesse, che addestrava i reparti Forze Speciali Thailandesi e le stesse guardie del corpo del Re. Un uomo anziano che insegnava a casa sua gratuitamente, per un voto fatto al padre, ufficiale dell'esercito, quando era in vita e che per questa ragione selezionava attentamente gli allievi prima di accettarli nella sua Scuola. Diceva che c'erano persone che provenivano da tutto il paese, chiedendogli umilmente di essere accettate come studenti, ma questi sovente li rifiutava, allontanandoli con la scusa che "non aveva tempo". La realtà, scoprimmo poi, superava di gran lunga la leggenda; questo Maestro anziano era anche l'allenatore della squadra nazionale di Scherma ed insegnava anche agli Ufficiali della Marina Militare e ai cadetti della Scuola Ufficiali di Polizia, vederlo muovere suscitava ammirazione e timore, si aveva la netta sensazione di avere davanti a sé un'autentica forza della natura, ma procediamo per gradi..... Dopo averci consegnato questo striminzito foglietto in mano, ci

fece promettere solennemente di non riferire a questo Maestro il nome di chi ci aveva dato l'indirizzo, voleva mantenersi anonimo per rispetto verso l'insegnante. La cosa sembrava farsi interessante e anche l'aspetto romantico necessario per la "suspance", sembrava starci bene, ma ci si poteva fidare? Cosa sapevamo noi di costui? Come sempre la curiosità ebbe la meglio, dopo soli cinque minuti eravamo già in Taxi, con il nostro amico, in viaggio verso un destino incredibile. Dopo aver a lungo girato, ci infilammo per un vialetto stretto, in un quartiere decentrato e ci fermammo davanti ad un portone metallico chiuso. Il tassista guardò un'ultima volta il foglietto, poi ci rassicurò, quello era proprio il posto che cercavamo.

Suonammo il campanello e trattenemmo il tassista, che se la cavava con l'inglese, per una eventuale necessità di triangolazione verbale. Ci aprì la porta un'anziana signora, così, tramite l'autista, gli chiedemmo se era quella la casa di un Maestro di arti marziali, di cui avevamo sentito parlare. Senza battere ciglio, la vecchietta ci rispose che ci eravamo proprio sbagliati: nessuno in quella casa praticava arti marziali, anzi, finse di non capire nemmeno di che cosa stessimo blatterando.

Gentili insistemmo, ma lei altrettanto risoluta insistette nel negare tutto, poi con un sorriso fece per chiudere il cancello e liquidarci. Vito iniziò una sequenza geometrica esponenziale di parolacce, contro l'imbecille dell'Agenzia Viaggi e più in generale con santi e patroni delle sfere celesti e molto di più. Marco dal canto suo, si limitò meglio meglio a dire che ci eravamo sbagliati ed era meglio tornarcene in albergo a meditare, io invece dubitavo ancora della vecchietta.

Avendo studiato a lungo con maestri cinesi e vietnamiti, sapevo che tante volte anche questa poteva essere una forma di selezione "a priori". Fu così che, mentre la signora si apprestava a sbatterci la porta in faccia, con un movimento rapido cercai di guardare all'interno del cortile, alla ricerca almeno di un qualche indizio e...Bingo !!!! Nel garage, proprio alle sue spalle, ci stava una rastrelliera dalla quale pendevano appese sei o sette sciabole Mi Dab.

Ma brava la nonnetta, e adesso che il mastino si è attaccato all'osso, sei davvero convinta che molli? Tornammo all'attacco, più decisi che mai; per essere qualcuno che non sapeva nulla di arti marziali, questo signore collezionava oggetti alquanto sospetti no?!? Alla fine esausta cedette ed ammise la ...colpa. Ci disse tuttavia che il signore che cercavamo, ossia suo marito, non era a casa in quel momento, ma si trovava al Parco Sanam Luang ad arbitrare le gare di Wau, di aquiloni. A quel punto gli chiedemmo in quale punto lo potevamo trovare, dal momento che il parco non è esattamente piccolo, ma lei, sfuggente ci disse solo di andare là e di chiedere. Perfetto! Più o meno come cercare un ago nel pagliaio, come andare in un mercato domenicale a chiedere del signor Mario Rossi.

Oramai che eravamo in ballo, tanto valeva ballare fino in fondo! Pigliammo l'autista e ci facemmo portare nuovamente al Parco

Sanam Luang che, guarda caso era esattamente di fronte al nostro Hotel; dicono che partendo di qua e andando sempre dritti attraverso l'universo alla fine si ritornerebbe al punto di partenza, in Thailandia ne ebbi la prova! Chiesi perplesso a Marco chi dovessimo fermare per primo a chiedere, laconico mi rispose, ma dai uno qualunque! Così fermai un signore a caso in mezzo alla folla pazzesca che ci attorniava e, in inglese chiesi se conosceva il Maestro Thonglor Trairat. Subito questi, senza nemmeno mezzo secondo di esitazione, ci indicò un anziano signore che, seduto in mezzo al parco e armato solo di carta e penna, prendeva nota di chi vinceva la gara di aquiloni.

Attoniti ed inebetiti ci avvicinammo e, dopo il rituale saluto a mani giunte in uso in Thailandia (Wai), ci presentammo. Il Maestro era troppo occupato con gli aquiloni, senza quasi degnarci di uno sguardo disse frettolosamente - lo so! lo so chi siete, sapevo che dovevate arrivare, ma ora sono occupato, tornate domani per le ore 15.00 a casa mia! - così dicendo ci congedò. Dopo averlo ringraziato e salutato, ce ne andammo ancora più stupiti e perplessi, il mondo pareva perdere le coordinate, come faceva a saperlo già? In Thailandia, all'epoca non vi erano telefonini, nè lui ne possedeva; chi poteva averlo avvisato, visto che eravamo appena usciti da casa sua, senz'altro non sua moglie! Il mistero ora si infittiva, ma imparammo ben presto a fare come fanno i Thai, mai porsi troppe domande, accetta quel che capita così come viene, non darti pensiero.....l'Asia è anche questo! La mattina dopo decidemmo di iscriverci ad un corso di massaggio tradizionale Thailandese (Nuat Paen Boran), che si teneva presso la più prestigiosa Scuola del paese, che si trovava all'interno del Wat Poh (Tempio del Buddha Reclinato).

Tutte le mattine, per una decina di giorni, saremmo stati impegnati in questo studio, ma prima volevamo avere un assaggio di questa tecnica. Il costo era davvero irrisorio, all'interno della sala vi era una trentina di pedane e, massaggiatori e massaggiatrici esperte, lavoravano su innumerevoli pazienti. Ad attenderci c'erano tre operatori, due ragazze, una carinissima ed un'altra un cesso, poi un uomo dalle tendenze all'apparenza non eccessivamente maschie. Tutti mentalmente facemmo le corna augurandosi di non finire proprio con lui, ma il destino è spietato: a Marco il cesso, a Vito la superfigona, al sottoscritto il superculattone. Vidi la tensione scaricarsi subito dal viso dei miei compagni, la mia invece era destinata ad aumentare vertiginosamente e.....che tormentone che mi fecero passare. Imprevisti a parte, il massaggio fu davvero splendido; per gli altri due, specie per Vito fu ancor più splendido, ma tant'è, si sa, la fortuna è cieca ma la sfiga ci vede benissimo. Di ritorno dal tempio, decidemmo di cambiare Hotel.

Perchè dovevamo pagare quasi ventimila lire, per un pernottamento e prima colazione, quando nel vicino quartiere di Banglampoo, c'erano Guest House più economiche? In quattro e quattr'otto, preparammo i bagagli e via! Trovammo un posto che faceva al caso nostro: Banglampoo Guest House, un nome, un programma. Lì con settemila lire avevamo una stanza con tre

letti, un televisore ed un bagno: nel quartiere di Banglampoo si trova anche la famosa Khao Sarn Road, visibile anche nel film con Di Caprio, "The Beach". Chi ha scritto il romanzo dal quale è stato tratto il film, doveva trovarsi là esattamente nel periodo che c'eravamo anche noi, infatti, questi ha soggiornato lì in marzo del 1992 e lì ha iniziato a scrivere il libro. Tutti i Globe Trotter del mondo, che girano con pochi soldi finiscono inevitabilmente in questo posto. In questa via, lunga circa un chilometro sono concentrate tutte le Guest House per poveri disgraziati giramondo, gente che abbonda di sogni e scarseggia di "money". Gli ultimi dinosauri superstiti della generazione Hippy, ex ragazzi anni 70, gente anche anzianotta, attrezzata di monili, tatuaggi, trecchine e pelle conciata come il cuoio, si muovono con disinvoltura a proprio agio tra un pub ed un bar, bevendo birra e raccontandosi le proprie avventure, per tre quarti inventate naturalmente. Alle ore 15.00 in punto noi eravamo puntualissimi davanti al portone del Maestro. Suonammo. Venne ad aprirci un inserviente e ci accompagnò all'interno. La casa è una classica costruzione in legno di Teak, bellissima ed antica, davanti ad essa c'era un piazzale di cemento abbastanza vasto, con in un angolo la classica casetta degli spiriti alla quale, anche noi, come consuetudine, portammo rispetto con un inchino a mani giunte. Per i Thailandesi è molto importante questo gesto di rispetto, gli spiriti tutelari della casa dovevano accettare, accogliere e proteggere l'ospite, diversamente potevano diventare anche permalososi. Sul piazzale, una ventina di persone si addestrava con le spade, alcuni combattevano, altri ripassavano il Ram Awut (Danze Sacre Guerriere), altri provavano i fondamentali. All'apparenza, tutti sembravano estremamente concentrati in quello che facevano.

Il Maestro ci accolse gentilmente, ci invitò ad entrare in casa con lui: Ci togliemmo le scarpe, come consuetudine e lo seguimmo. Parlava un inglese stentato ma tuttavia abbastanza comprensibile. Ci fece sedere, la domestica portò dei bicchieri d'acqua che bevemmo avidamente dato il caldo, poi iniziò l'intervista. A dire il vero non fummo noi ad intervistare lui, ma esattamente l'opposto. Volle sapere chi eravamo, da dove venivamo, che intenzioni avevamo, che arti marziali avevo studiato e quali stili. Dopo avergli raccontato praticamente tutto, parve soppesare con calma quanto appreso per meglio assimilarlo.

Ad un tratto si alzò e mi invitò a dimostrare la mia abilità. Preoccupato ed intimidito mi alzai a mia volta, ma le previsioni del tempo segnavano grandine ed un mare di merda per il sottoscritto. Gli altri due fetentoni stavano lì, seduti con un ghigno malefico stampato in faccia. Il Maestro non è molto alto, ma il suo fisico magro e muscoloso prometteva un sacco enorme di problemi. Gli feci il saluto e mi preparai a combattere; abituato alle subrettistiche posizioni del Kung Fu, mi aspettavo che anche lui assumesse qualche atteggiamento difensivo, che ne so, magari la guardia in uso nel Muay Thai. E invece no, stava lì, in piedi a guardarmi, con un sorrisetto sarcastico, le braccia completamente

distese, le spalle rilassate. La cosa non mi piaceva, non avevo dubbi sul fatto che, se lo avessi centrato con uno dei miei colpi, a potenza piena, lo avrei steso all'istante.

A guardarlo bene sembrava persino inoffensivo, come si fa ad attaccare qualcuno che ti ride in faccia e all'apparenza indifeso? Ad un certo punto capii che non aveva senso stare lì come un cretino, se voleva la guerra io avrei fatto il mio meglio per dargliela. Iniziai a descrivere un cerchio attorno a lui, camminando basso e con la guardia delle mani aperta come si usa nello stile Pa Kwa. La mia mossa lo incuriosì davvero, mise le mani sulle ginocchia e si abbassò con la testa per osservarmi meglio. Ma dai! Mi sentivo già un coglione totale! Ad un tratto finii la sceneggiata "napuletana", presi la posizione tipica del Wing Chun al che lui mi chiese: "Non è per caso, che stai facendo quello stile che ha inventato una donna?". "Sì!" - risposi io orgoglioso e lui di rimando: "ma tu sei una donna? Non è che per caso..." e seguì un gesto internazionale comprensibilissimo. "No maestro, non lo sono assolutamente". "Allora perchè ti metti a scimmiotare quel che fanno le donne?" Ora da orgoglioso mi sentivo solo "orgoglione". Lui imperterrito riprese. "ma perchè sti cinesi devono per forza andare sempre ad imitare qualcun altro, un uomo è un uomo, non è una Tigre, non è un Drago od un serpente e tanto meno una Mantide, come si fa a giungere a se stessi, andando sempre a cercare di immedesimarsi in qualcosa che non si può essere, che è diverso da noi? Perchè l'uomo non può cercare di studiare l'unico stile possibile, quello di un solo animale: l'uomo! Penso proprio che i cinesi non li capirò mai!". Io capivo tutto quel che diceva, ma non potevo attaccarlo diversamente dal tipo di programmi che avevo appreso in così tanti anni, così tanto valeva farla finita e partire con forza e decisione.

Aprii con un calcio improvviso che avrebbe abbattuto all'istante un toro. Quel che accadde poi, me lo rivedo come fosse al rallentatore. Il Maestro scivolò di lato, fluido e veloce come un lupo, eseguendo una rotazione con le gambe, poi inforcò la mia gamba con il braccio sinistro, la destra mi afferrò saldamente la testa e con un'altra rotazione, questa volta in senso opposto mi scaraventò rapido a terra come un povero sacco di merda di cui, schifati, ci si vuol liberare. Evvualà! Tutti a ridere ed io a piangere! Non era tanto la rapida sconfitta, o la caduta, a farmi male, io soffrivo dentro. Tutto il mio orgoglio, tutti gli anni spesi a fare sacrifici, tutti gli allenamenti, tutte le "Forme" che avevo ripetuto come un ossesso, credendo di diventare Bruce Lee, mi passavano per la mente.

Non mi aveva sconfitto la sua forza fisica, lo avrei accettato molto più facilmente, mi deprimeva l'eleganza e la semplicità magnifica di quello che aveva fatto. Questo era diverso dagli incontri di Muay Thai sportiva che avevo visto, non gli assomigliava proprio. Era la tecnica pura e semplice, la strategia e l'intelligenza di una persona, che aveva appreso l'arte di scegliere il ritmo ed il tempo giusto per muoversi, sfruttando come nel principio dell'Aikido, la mia forza a suo favore. Ero allibito, bloccato ed incapace di

formulare un qualunque pensiero, me ne stavo lì a terra, con un sorriso ebete in faccia, mentre tutti gli altri ridevano a crepapelle. Le emozioni dentro di me erano come un mare in tempesta, credetti di essere giunto ad avere una piccola illuminazione, un piccolo Nirvana. La mia mente capiva di aver incontrato l'eccellenza, la Madre di tutte le Arti Marziali, la loro quintessenza. Ricordo ancora le sue prime parole: "per combattere ragazzo, bisogna prima imparare a camminare!". Dopo avermi schiantato, il Maestro ci spiegò la ragione per la quale il mio modo di combattere era completamente sbagliato. "Quello che hai appreso finora, non è per combattere, ma solo per fare spettacolo. Tutti quei movimenti fioriti non servono assolutamente a nulla e la posizione delle tue gambe non conferisce al tuo corpo nè stabilità, nè velocità. Lo rende solo più aggraziato, flessibile; quando in realtà dovresti combattere, tu danzi. Esegui un'interpretazione teatrale di quello che l'ideale estetico del combattimento; il messaggio che intendi trasmettere non è sostanzialmente diverso da quello che intendono dare gli attori dell'Opera di Pechino, la differenza è che loro fingono, non devono scontrarsi realmente. Se lo facessero non potrebbero assumere quegli atteggiamenti. Il perchè i cinesi abbiano elaborato sistemi basati su movimenti inapplicabili e perfettamente inutili, mi è oscuro, certamente in battaglia non potevano fare così..... Lo stesso concetto naturalmente vale anche per il Tai Ch'i Chuan, chi ne ha compreso veramente i principi che lo regolano, capisce che non c'è assolutamente nessun bisogno di praticarlo!". Come? - state pensando voi! Ma è semplice, bisogna solamente essere onesti, come tecnica di difesa personale è a tutti gli effetti pressoché inutile, chi sostiene il contrario mente: venga e me lo dimostri pure, visto che credo di conoscerlo un pochino anch'io avendolo praticato per ventitre anni; punto secondo, chi crede che praticandolo può giungere ad unificare mente e corpo, deve sapere che al medesimo traguardo vi può arrivare anche pulendosi il sedere, come affermò una volta un mio amico. Il principio del Tai Ch'i, infatti, è quello di eseguire movimenti lenti, basati naturalmente sugli animali, coordinandoli con la respirazione e mantenendo la mente ferma, presente nel gesto. Beh! se è per questo lo faccio tutte le volte che vado al cesso, ma non solo, posso eseguire qualsiasi movimento al mondo, tagliare l'erba, mangiare gli spaghetti, giocare a scacchi, scopare, ecc.....praticamente tutto, mantenendo questo atteggiamento mentale, ed otterrei comunque gli stessi benefici. Quindi bene per chi vuole studiare il Tai Ch'i, può essere importante da un punto di vista antropologico, per comprendere i rituali ginnici di una grande civiltà come quella cinese, insomma uno sfizio culturale che possiamo oggi soddisfare in una miriade di palestre, ma utile come qualsiasi altro lavoro, se il nostro fine è solo quello di unificare mente e corpo, comprendere che cos'è l'energia interna. Ricordatevi poi che c'è una grande mistificazione sotto, perché gli asiatici, non avendo alle spalle una religione come quella cattolica, che nel medio evo sancì la superiorità della mente sul corpo provocandone la frattura spirituale tra i due elementi, non

sanno che cosa significhi avere mente e corpo divisi. Essi danno già per scontato che, anche nell'uomo occidentale, questa non sia che l'unica condizione dell'esistenza possibile. In Thailandia per esempio, quando parlavo loro di mente e corpo come di due entità diverse e divise, da riunire armonicamente in una, letteralmente non capivano di che cosa stessi parlando. Pensavano che stessi vaneggiando: e che altro modo di vivere potrebbe mai esserci? E che vita è quella nella quale il corpo va da una parte mentre la mente va da un'altra? Per essi era un assioma, qualcosa di acquisito dalla nascita, erano nati in una religione, quella Buddista, nella quale la mente non è che una modalità fine della materia e la materia non è che una modalità grossolana dello spirito, sostanzialmente identici. Come noi in definitiva faticiamo a addentrarci nel mondo simbolico ed allegorico degli orientali, così per essi è molto oscuro il mondo delle categorie rigide, delle divisioni e delle suddivisioni, catalogazioni, razionalizzazioni e codificazioni, così care alle menti logiche e schematiche dell'uomo occidentale. Gettare un ponte non è facile, ma non è nemmeno impossibile, occorrono tuttavia due doti: l'onestà e l'umiltà; qualità purtroppo in via di estinzione da noi. "Il Kung Fu dal mio punto di vista" diceva il Maestro Thonglor, "ha smesso da più di un centinaio di anni di essere un problema. Ricordo che, quando ancora ero bambino, lo stato doveva rimodernare il suo esercito, ma i soldi scarseggiavano. Così fu indetta una gara di Arti Marziali: Thailandia sfida il resto del mondo. Vennero mandati inviti a tutti i paesi asiatici, molti accettarono il confronto, che si tenne proprio in Sanam Luang. Da tutto il paese arrivarono migliaia di persone e pagarono un biglietto per assistere. Anche mio zio, arrivò da Chang Mai per vedere, e prese me bambino con lui, per fargli un po' di compagnia. Lo zio aveva serbato per l'occasione un costoso sigaro ed aspettava l'incontro clou della serata per accenderlo. Dopo aver sgominato gli avversari, rimasero sul ring il campione Thailandese e quello Cinese. Ora toccava a loro due contendersi il titolo. Presero le distanze e, mentre l'arbitro dava il via, mio zio tirò fuori il suo sacro sigaro. Si girò da un lato con il fiammifero e gli diede due pipate, quando voltò nuovamente la testa, l'incontro era già giunto al suo triste epilogo. Il Thailandese era infatti partito subito all'attacco e con una secca gomitata aveva ucciso il Cinese; mio zio tristissimo si era perso l'incontro e ce ne tornammo a casa. La domanda che io mi posi fino da allora, è semplice: perchè? su questo dobbiamo riflettere, solo su questo, perchè? perchè? Quello che io insegno è un perfezionamento di quanto ho appreso da mio padre, e mio padre da suo padre, e l'arte non è mai stata per più di una generazione uguale; io l'ho modificata, aggiungendo o cambiando le tecniche affinché fossero più micidiali, mio padre a suo tempo fece lo stesso con quello che aveva appreso dal nonno. Non l'ho fatto in segreto, con mio padre facevamo le ore piccole, discutendo assieme sull'efficacia o meno di una tecnica che avevo deciso di modificare per migliorarla, qualche volta litigavamo anche, ma alla fine ogni dubbio veniva risolto e il cambiamento veniva effettuato. Mio padre era

orgoglioso di me, felice nel vedere che suo figlio rendeva più efficace, più mortale lo stile di famiglia di Krabi Krabong. Le vittorie continue che ho ottenuto, misurandomi in gioventù contro tutti i più forti combattenti di Muay Thai e di Krabi Krabong del paese, fino ad essere stato scelto dal re in persona per addestrare le sue guardie del corpo; le continue vittorie fino ai giorni nostri dei miei allievi ai Campionati Mondiali della specialità, ma anche alle gare di scherma internazionale che si tengono ai Giochi Panasiatici, sono la dimostrazione più evidente che questa scelta di perfezionare l'arte era più che mai giusta. Di questo lavoro continuo di perfezionamento ne vado fiero, deve essere così, l'arte deve cambiare, migliorare, liberarsi di tutto quello che non è veramente valido, in questo processo di continuo miglioramento c'è il segreto, se così lo possiamo chiamare, dell'imbattibilità del popolo thai nelle arti marziali. Questo il segreto per il quale non siamo mai divenuti una colonia nelle mani di qualche potenza straniera, come invece è accaduto a tutti gli altri paesi che ci sono limitrofi. Anche la Cina ha dovuto chinare il capo agli Inglesi ai primi del novecento; la rivolta dei Boxers (1912) fu un autentico fallimento, finirono trucidati tutti quanti, le loro filosofie mistiche sull'Energia Interna Ch'i, che avrebbe dovuto proteggerli dai proiettili del nemico si dimostrarono false; fu una mattanza, una inutile carneficina che si sarebbe potuta evitare. Nelle arti cinesi invece vige l'opinione opposta, essi vanno fieri di poter affermare che lo stile, la forma o la tecnica è rimasta inalterata, identica a come veniva fatta migliaia di anni fa. Perché? Che vantaggio c'è in questo? Se un Maestro cinquecento o mille anni fa, ha creato una stupidaggine, magari perché era zoppo e combatteva meglio su una sola gamba, essi in onore alla tradizione, la ripetono ancora, tramandandola ai posteri pressoché inalterata. Ti dicono: vedi, è lo stile della Gru, se quel grande patriarca che l'ha inventato lo ha insegnato e trasmesso così, ce ne sarà pure una ragione no? Chi mai sono io per permettermi di modificarlo? Come posso permettermi di dire che è inefficace... dovrei perdere vent'anni di pratica prima di poter affermare una cosa del genere! Ma io non posso buttare via vent'anni della mia già corta vita per capire se una cosa va bene o no, non sono un immortale. La risposta sul perché i cinesi facciano così, me la fornisce in modo semplice e chiaro il grande Confucio, il fondatore di quella filosofia ritualistica basata sul rispetto per gli antenati che ha permeato per migliaia di anni la cultura della Cina fino ai giorni nostri, superando perfino la grande rivoluzione culturale, imposta da Mao Tze Tung e le sue Guardie Rosse al loro martoriato paese. Confucio diceva testualmente: "Io non sono venuto per cambiare; io trasmetto, non innovo; tramando e basta!". Ecco ciò che veramente conta nella cultura cinese, quella che loro considerano una forza: tramandare, non innovare, cambiare, migliorare o perfezionare. Ma purtroppo, come afferma una pubblicità: "Non vincerete le battaglie di domani con la tecnologia di ieri!", e i fatti dicono che le cose stanno esattamente così. Vedete ciò che conta è imparare a ragionare da soli, a non credere ciecamente in quello che ti insegnano, dovete invece

imparare ad essere critici, e a chiedere spiegazioni ogni qual volta il vostro maestro vi insegna qualche tecnica che non vi convince, inoltre badate bene che le sue spiegazioni siano convincenti, mettetelo alla prova, non dovete esitare. Se tu avessi fatto così, certamente non avresti eseguito quei movimenti così palesemente inutili e scontati." "Maestro!" risposi - "io non mi sono mai permesso di criticare i miei insegnanti, anche quando capivo che qualcosa non andava bene o non poteva funzionare, mi sembrava una mancanza di rispetto". "Anche qui hai sbagliato, un vero maestro non si deve offendere, anzi deve ringraziare l'allievo poichè gli dà l'opportunità di dimostrare la validità del suo insegnamento. Chi si offende o si irrita, dimostra solo di non conoscere la risposta al quesito ed in definitiva prova anche la sua malafede; insegna senza sapere se quello che trasmette è efficace o no e, anche se è consapevole della sua inutilità, sfrutta questa conoscenza stupida per farci i soldi con quelli come te. Ma sono proprio tutti così gli insegnanti di arti marziali nel vostro paese ? Fai anche tu come loro ?" "No, Maestro, finora tutti i miei allievi si sono fidati ciecamente di me e del mio insegnamento, non mi hanno mai posto domande, ma certamente io non avrei avuto una risposta valida da dare loro. E' il dubbio invece che si è impadronito di me, sono io che non credo più nel Kung Fu, ed è questa la ragione per la quale oggi sono qui da lei". "Mi fa piacere l'onore che mi dai, ma io non ho tempo per voi, sono troppo occupato, il mio solo interesse è insegnare a coloro che desiderano veramente apprendere la strada del "Guerriero"; solo a questi impartisco le mie lezioni, a patto che siano disposti ad apprendere tutto ciò che è necessario con pazienza e costanza. Le mie lezioni sono gratuite, questo per volere di mio padre che, prima di morire mi chiese di trasmettere l'arte a beneficio delle prossime generazioni, per questo io mi seleziono coloro che desiderano apprendere questo cammino ed è giusto che sia così perché, se un giovane ha nella vita uno scopo così grandioso e magnifico da indurmi ad investire il mio tempo nel suo addestramento, sarebbe immorale ed ingiusto che pretendessi da lui anche un solo Bath. Alla fine egli dovrà comprendere che in realtà gli insegnamenti che ha ricevuto provengono da una fonte più alta, non da me, ma attraverso me. Io alla fine non sono che un intermediario, uno dei veicoli attraverso i quali gli Dei aiutano i giovani a raggiungere il loro scopo; e aveva ragione mio padre: io non posso far pagare quello che loro donano con o senza il mio contributo. Inoltre ora stiamo organizzando i Campionati di Krabi Krabong, tutt'al più, se siete ancora qui, potrete venire a vederli". "Maestro, con rispetto, non ho fatto quindicimila chilometri, solamente per assistere a delle gare, è nostro preciso desiderio essere accettati come allievi nella sua scuola". "Mi dispiace" - rispose risoluto e serio: " io non ho davvero tempo e comunque nessun occidentale è mai stato accolto in questa scuola, non siete seri abbastanza, per un addestramento come questo, non posso davvero, magari un'altra volta...". "Sì ! ma forse", pensai io, dentro di me, questo non sa che razza di testa dura ho io, lui sarà il genio delle arti marziali, ma io posso garantire due palle grandi

come bocchie da bowling. Il Maestro Thonglor ci accompagnò alla porta per congedarci, al momento di accomiarsi io uscii con una minaccia degna dei migliori film di Shaolin: "Maestro, se lei non mi accetta, io rimarrò seduto qui fuori fino a quando avrò cambiato idea nei miei confronti". Oramai la palla era stata tratta, non ci si poteva più tirare indietro! Lui serafico: "Benissimo! ma credo che ti stancherai tu prima!", la sfida era lanciata e la tensione assieme con il silenzio, iniziava a farsi davvero sentire, ma io ero troppo determinato e non mi sarei fatto scappare per niente al mondo un'occasione del genere. Ho sempre fatto vanto della mia discreta abilità come combattente, quando uno mi abbatte dopo un secondo, prendendomi il tempo come aveva fatto lui, con quella grazia e quella semplicità, no! Sarò pure uno che ha fatto cazzate per ventitre anni, ma so riconoscere la grandezza quando la incontro e questo qua era tutto fuorchè una persona normale. Emanava fascino e aveva carisma da vendere, inoltre da ogni gesto traspariva semplicità e naturalezza, non c'era niente di costruito, lui era Lui, punto e basta, ed era proprio così! Alla fine il Maestro Thonglor scosse la testa e si mise a ridere come un bambino, ci disse. "Va bene ! Va bene ! ma ricordatevi che qui è dura e non c'è democrazia, farete esattamente quello che vi dirò di fare e voi dovrete dare il vostro meglio, queste sono le condizioni. Se qualcosa non mi soddisferà di voi, ve ne andrete senza discutere, ci vediamo domani alle 14.00 qui!". Bingo ! era fatta, ce l'avevamo fatta davvero, non mi sembrava vero! Mi venne in mente una massima che dice: quando l'allievo è pronto, troverà anche il Maestro giusto per lui. Sono ancor oggi convinto della validità di questa frase. I giorni che seguirono furono davvero di fuoco, ma non solo per la temperatura folle che c'è in questo paese, soprattutto per la durezza degli allenamenti. In Italia non eravamo abituati a questo regime forzato; non solo ci veniva richiesto di provare centinaia di volte la stessa tecnica, ma dovevamo fare anche uno sforzo notevole per ricordarci tutto quello che ci veniva insegnato. Non avevo mai lavorato in quel modo con delle spade vere: "Dovete iniziare dalle cose più semplici, avete bisogno di acquistare velocità, controllo e ritmo" diceva paziente il Maestro. Lui, tante volte ci imbastiva su una tecnica poi se ne andava, lasciandoci là, sotto il sole a 40 e passa gradi a provare in continuazione. Talvolta ci seguiva una delle figlie del Maestro, Phityù, che ci faceva sentire merdacce al suo confronto; lo scopo dichiarato di questi allenamenti non era solamente quello di farci apprendere una nuova disciplina, ma quello di forgiare il nostro carattere, indurirci, abituarci a soffrire e a spingerci continuamente a superare i nostri limiti. A me venivano in mente le parole scritte da Louis A. Tartaglia: "Cercate di forgiare il vostro carattere. Richiede disciplina mentale e coerenza di spirito. La coerenza di spirito è armonia di pensiero, parola e azione. Il bravo schermitore è sostanzialmente colui che sa controllare i propri pensieri". Altre volte ancora c'era il Maestro Wa Hoen, un vecchietto meraviglioso e paziente, anche lui allievo del papà del mio mentore, che si muoveva come una libellula. Assieme a noi, molti altri thailandesi, tra i quali anche quella che

sarebbe diventata mia moglie. Lei parlava meglio degli altri in inglese e pertanto faceva da tramite con il maestro Wa Hoen, che non lo parlava. Ci disse che l'anziano insegnante era considerato il più bravo interprete di Ram Awut (Danze Sacre Guerriere) di tutto il paese e che la brutta cicatrice che gli attraversava la faccia doveva imputarsi probabilmente ad un colpo di spada ricevuto in giovane età. Se mai avessimo avuto bisogno di un avvertimento, circa la pericolosità di quanto stavamo facendo, ora lo avevamo avuto. Le botte, gli ematomi, le contusioni, il dolore ai muscoli, diventavano ogni giorno più pesanti da sopportarsi; per gioco li contavamo e facevamo a gara chi ne avesse collezionati di più, ma è stata una fortuna anche per me avere dei compagni come questi, che non mollavano. Ci incoraggiavamo a tenere duro l'uno con l'altro e le risate che ogni tanto facevamo sulle nostre miserabili condizioni, servivano a sdrammatizzare in un certo modo la situazione. Poi arrivò il Fratello Maggiore Virat e le cose da pesanti che erano, divennero drammatiche ed insostenibili davvero. Avete presente il Sergente cattivo che si vede in tanti film americani, che ne so, tipo quello di: "Ufficiale e gentiluomo"; ecco! Quello era capitato proprio a noi. Non parlava inglese, si infuriava, sbraitava ogni qualvolta non era soddisfatto di come era stata eseguita la tecnica, e allora arrivava lui e tutti temevamo per la nostra incolumità: quello ti menava per davvero! Poi a tratti scoppiava a ridere, per tornare serio un secondo dopo quando, per simpatia, anche tu tentavi di tirare le labbra in un tentativo maldestro di sorriso. Era una roccia vivente, bravissimo indubbiamente, esattamente il tipo di persona con la quale non vorresti mai litigare in vita tua. Tuttavia anche lui, in un modo tutto suo, era gentile con noi; lo capivamo da tanti piccoli gesti. Si vedeva che aveva ricevuto l'incarico dal Maestro Thonglor, occupato in altre faccende, e voleva essere all'altezza del compito assegnatoli. Man mano che l'apprendimento proseguiva, il nostro stupore aumentava: le tecniche di Mae Mai Muay Thai della Scuola Sritairat erano incredibilmente crudeli e violente. Con una si rompeva la carotide all'avversario, con un'altra lo si storpiava a vita, un'altra ancora spezzava la colonna vertebrale in tre diversi punti, altri colpi ancora servivano a spezzare femori, ossa iliache, sfondare le costole, spezzare il collo, rompere le ginocchia, soffocare, disarticolare, smembrare, rompere, disintegrare in una miriade di modi tutti ugualmente terribili. A quel punto compresi la "bontà" del mio Maestro quando, durante il nostro confronto, si limitò a farmi cadere a terra; avrebbe potuto uccidermi in una sessantina di modi diversi e non avrei avuto nemmeno il tempo per accorgermene. E' evidente la ragione per la quale era stato scelto per addestrare i superguerrieri dei reparti Forze Speciali Thailandesi; non avrebbero potuto avere fonte più adatta per il tipo di preparazione che era loro richiesta. Nonostante l'età avanzata, il Maestro sembrava un folletto, sempre con il sorriso sulle labbra, saltava, schivava, stornava, attaccava e contrattaccava, vincendo con la stessa facilità, principianti come noi ed esperti che lo seguivano da anni; questo indifferentemente, sia che combattessero a mani nude che all'arma bianca.

L'eccellenza raggiunta sprigionava da ogni gesto, anche quello più semplice sembrava bellissimo, portava in se una carica di energia irresistibile e tutto l'ambiente nel quale si praticava era sereno, privo di tensioni. Tutti sorridevano felici di stare con lui e, senza bisogno di forzature, ognuno cercava di dare il meglio di se, di dimostrarsi all'altezza dell'insegnamento che gli veniva impartito. Anche con le armi bianche, spessissimo i colpi andavano a segno, lasciandoci contusi e doloranti, talvolta anche in maniera molto pesante, tuttavia nessuno si lamentava, non c'era posto per le "frigne", si rideva nel dolore a denti stretti e si proseguiva. Da parte mia, se gli altri thailandesi non si lamentavano, sicuramente non sarei stato io il primo a farlo! In Thailandia la disciplina del Krabi Krabong può essere appresa alla perfezione, a patto di avere il coraggio e la determinazione per resistere alla tremenda durezza degli addestramenti, e di avere la pazienza per assimilare con calma, senza fretta, le basi ed i principi geometrici che lo governano. Chi come me, Marco e Vito, è stato fortunato, ha potuto apprendere l'arte presso la scuola del Maestro Thonglor Trairat, lo Sritrairatana Fencing Club, che è erede di un'antica tradizione, paragonabile a quella del Tempio cinese di Shaolin. Anche in Thailandia, come in Cina, alcuni monaci sono esteti e guerrieri, l'insegnamento del combattimento è la loro forma di azione giusta e retta. Sebbene le armi da fuoco abbiano sostituito le spade e lo scudo, i soldati dell'esercito thailandese, come già accennato, studiano ancor oggi gli antichi metodi di combattimento, sotto la guida del patriarca Maestro Thonglor. "Le pistole vanno bene fino a quando ci sono munizioni, ma cosa fate quando le munizioni terminano?" Il Maestro può fare questa domanda, perchè è forse l'unico in grado di insegnare una risposta valida. Il fondamento del Krabi Krabong è comunque il combattimento disarmato, il Mae Mai Muay Thai. Prima di prendere la spada, infatti, devi sviluppare ed addestrare le armi naturali del corpo. Devi badare attentamente al concatenamento dei colpi, alle rotture e agli attacchi sviluppati sui punti di pressione, che rendono l'arte del Krabi Krabong così mortalmente pericolosa. Dopo aver acquisito una buona mobilità sulle gambe, attraverso gli spostamenti tattici Sam Liang, ed aver appreso il modo corretto di colpire e bloccare con potenza, sei pronto ad impugnare la sciabola. Sebbene le varie armi si possano usare sia singolarmente che in coppia, i principi del combattimento thailandese rimangono gli stessi: ruotare, scaricare la forza all'avversario, potenza e velocità estreme nella risposta. Poichè anche nell'allenamento i tagli con le spade e gli attacchi con le altre armi vengono eseguiti a piena potenza, il difensore è costretto a bloccare o ad evadere completamente l'attacco. Per aumentare la potenza del colpo, inoltre, viene usato il movimento di tutto il corpo in coordinazione con il lavoro dei piedi in Sam Liang : si caricano i colpi spostandoci sugli avampiedi, sui tarsi, e nel movimento in avanti portiamo l'attacco. Le parate devono essere precise al millimetro e, se non si para con la giusta angolazione e con la tensione corretta, l'attacco nemico esploderà all'interno della nostra guardia. Con l'aumentare del livello di

abilità, le combinazioni tecniche ( i Khrom) diventano sempre più complesse e meno strutturate, fino a quando l'azione diventa così veloce da risultare quasi indistinguibile per chi osserva. L'enfasi è posta sempre sulla velocità estrema e sulla potenza esplosiva dell'attacco o del contrattacco, anzi andrò oltre dicendo che, difesa ed attacco arrivano a coincidere. Sono le due facce della stessa moneta, quella moneta che consente di comprare il dominio assoluto sull'avversario. La difesa è l'alito vitale che si inspira, mentre l'attacco è il respiro che viene emesso. Proprio come non si pensa ad inspirare ed espirare, così non bisogna mai dividere, separare la difesa dall'attacco. Come già detto, la lotta Krabi Krabong è nata allo scopo di esercitare i guerrieri e prepararli alla battaglia, al combattimento reale in maniera quanto più verosimile possibile e sviluppare così le qualità di un buon guerriero: destrezza, forza, coraggio e determinazione. Come dice il mio maestro, dovete diventare imbattibili in difesa, micidiali in attacco. Uno degli elementi che contribuivano a schiantarci era la sete, tutti i thai presenti si dissetavano da una secchia di ferro riempita d'acqua, tutti lì ci mettevano la bocca, compresi due cani rognosi, con le piaghe aperte sul corpo, che il maestro aveva accolto in casa sua. Perfino le galline che circolavano nel piazzale andavano a rifocillarsi in questo secchio. La cosa faceva indubbiamente schifo, ma chi avrebbe avuto il coraggio di fare il fighetta, presentandosi all'allenamento con delle bottiglie d'acqua acquistate lungo la strada? Così mettemmo da parte ogni indugio e ci buttammo anche noi a bere come facevano tutti, dalla stessa fonte; in fondo se non faceva male a loro, perchè mai avrebbe dovuto fare qualcosa a noi ? Anche questo, scoprimmo poi a nostre spese, non era vero, perchè i Thai hanno degli anticorpi grandi come scarafaggi, con il loro sangue si potrebbero studiare nuovi vaccini. La cosa più impressionante poi, era la quantità enorme di acqua che bevevamo: calcolai all'incirca diciotto litri al giorno. La sera inoltre eravamo così stanchi, che qualche volta andavamo a letto senza neppure mangiare, non ci era rimasto neppure l'appetito. Nel mese e mezzo che mi fermai a Bangkok nel 1992, persi più di dieci chili, tornai a casa che ero ridotto ad uno stupido e buffo scheletrino. Una sera decidemmo di darci una mossa, così andammo al "Paradise", una megadiscoteca, vicino al ristorante Chao Phraya dove nel 1995 avrei fatto il pranzo di matrimonio. Ci sedemmo a dei tavolini, più come degli osservatori antropologici che altro, per vedere cosa facevano i Thai, scoprimmo così che i Thai non fanno assolutamente niente di diverso da quello che fanno milioni di imbecilli da noi in Italia, unica differenza, ogni tanto c'era anche spazio per qualche lento. Vito insisteva per un abordaggio selvaggio, io e Marco, più distesi ci guardavamo le bellezze locali, impegnate in danze scatenate. Alla fine, un gruppetto di tre, si staccò dalla pedana e si avvicinò a noi; essere abordato era un'esperienza che mi mancava ed ero perciò curioso. Una di "queste " mi prese per mano e quando si presentò, fu chiaro a tutti che si trattava di travestiti; risate a crepapelle, con io che tentavo di scappare da questi, mentre gli altri facevano strane insinuazioni

sul fatto che io mi attirassi sempre gente del genere. Un giorno, constatammo che le nostre riserve economiche erano in crisi: il portafoglio iniziava a piangere, così decidemmo di cambiare ancora Guest House, ci trasferimmo al World Guest House, un brutto edificio in cemento gestito da dei thailandesi mussulmani, lì si pagava circa cinquemila lire al giorno; a voi potrà sembrare un gesto da "peociosi", da pitocchi, ma con le duemila lire risparmiate, laggiù si può mangiare una giornata, pertanto, viste in quest'ottica, le cose assumono un valore molto diverso. Giorno dopo giorno progredivamo nella disciplina e molte cose che all'inizio ci parevano oscure, iniziavano ad acquistare un significato nuovo. Il Krabi Krabong è una specialità complessa, con tutta una serie di cerimoniali atti a preparare la mente per un duello dal quale teoricamente, solamente uno ne uscirà vivo. Le pratiche per favorire la concentrazione e l'ingresso in stati alternativi di coscienza sono pertanto molto importanti. Attraverso queste pratiche il combattente accede ad una forma superiore di consapevolezza che è diversa da quella quotidiana. In questo stato chiamato Sati, la mente è presente nel gesto mentre nel contempo si modificano i parametri della percezione spazio - temporale. I movimenti rapidi dell'avversario vengono percepiti soggettivamente, come se si svolgessero al rallentatore, mentre i processi metabolici dell'organismo subiscono in contemporanea un'accelerazione. Questi elementi comportano, da un lato la possibilità di poter parare in tempo reale i colpi che ci giungono, dall'altro di poter assorbire, apparentemente senza danno quelli che invece giungono a segno. Chi osserva dall'esterno rimane sconvolto dalla velocità paurosa con la quale i due contendenti si attaccano e nello stesso tempo, dalla resistenza alle botte ricevute che dimostrano. Sembrano quasi essere indifferenti agli ematomi e alle contusioni, anche sanguinolente, che si producono sul corpo quando vengono colpiti. Sembra di aver di fronte una razza di super cyborg, un po' come nel film "Terminator". Questo stato della mente è davvero importante, perché crea le condizioni giuste per aumentare le probabilità di portare a casa la pelle, seppur un po' danneggiata. Questa sorta di Ch'i Kung siamese, si chiama Kam Lang Pai Nai, che può essere tradotto come: "Esercizi di fortificazione interna"; fanno parte dei segreti che ogni scuola trasmette ai suoi adepti. La Forza Interna viene chiamata Phalang Chit, ma di essa sono restii a parlarne, non perché sia un segreto, ma perché è più importante studiare le possibilità, che filosofeggiarne la natura. Queste pratiche esoteriche di tipo sciamanico sono racchiuse nei movimenti del Ram Awut, ossia delle Danze Sacre Guerriere, che sono basate sulle gesta degli eroi dell'opera epica Ramayana di Maharishi Valmiki. L'opera è considerata uno dei testi più antichi del mondo ed è di origine indiana. La versione Thailandese, che è più o meno uguale all'altra, si chiama Ramakien. Di essa danno splendide esibizioni gli attori dell'Opera Nazionale, vestiti con maschere bellissime. Le loro danze sono fra le più incantevoli del mondo, i movimenti sono nel contempo aggraziati e ieratici. Il settimo Avatar ( Avatar è colui che è sceso nel mondo con sembianze umane) del Dio

Vishnu, fu il principe Rama, la storia racconta della sua avventura alla ricerca della sua amata e promessa sposa Sita e per sconfiggere Ravana, un potente demone determinato alla conquista del mondo. La donna viene rapita dal perfido Re Ravana ( Tosakan), che ha dieci teste e dieci braccia; egli la tiene prigioniera nel suo palazzo sull'isola di Lanka. Il Principe Rama parte per salvare Sita, aiutato nell'impresa da suo fratello Luksaman e da un esercito di scimmie capitanate dal coraggiosissimo Dio Scimmia Hanuman. Superando pericoli e difficoltà di ogni tipo, i salvatori costruiscono una strada elevata che raggiunge Lanka. Dopo una terribile battaglia campale, un dardo, scoccato dall'arco di Rama, uccide Thosakan, mentre Sita viene finalmente tratta in salvo. Gli alleati di Tosakan sono un esercito di demoni, chiamati Asuras, Rakshas e Yakshas. Questi ultimi sono giganti dalle sembianze feroci e dai lunghi denti appuntiti. Nel Palazzo Reale e nel Wat Arun, si possono trovare statue che li rappresentano, alte anche sei metri, ma in questo caso il loro compito è quello di impedire l'ingresso nel tempio alle forze del male, degli spiriti cattivi. La storia di per se potrebbe apparire quasi banale, ma il simbolismo che nasconde è profondissimo. Rama è l'incarnazione di Dio e del Sé (che ne ha la medesima natura), Sita, la donna più bella del mondo, simboleggia l'uomo, il nostro io ordinario. Thosakan, il Re dei demoni rappresenta le nostre debolezze, i nostri vizi, i nostri desideri stolti: la fama, la ricchezza, il potere, la bellezza, il prestigio, la cupidigia, la lussuria ecc..... Hanuman, il Dio Scimmia rappresenta la Virtù per eccellenza. Se noi ora rivediamo la storia, vedremo che non ci sembrerà più così banale. Rama (Dio) ama Sita (l'uomo) e viceversa, ma essi non possono vivere insieme come unità, poichè divisi da Thosakan (i vizi e le debolezze) che la rapisce. E' infatti l'uomo che cede alle tentazioni, non Dio, essere compiuto ed in se perfetto. Tuttavia Dio ama l'uomo e lo cerca, così come anch'esso cerca Lui. Dio si serve della Virtù (Hanuman) per liberarci dalla schiavitù; ci offre la possibilità di conoscerLo. Il praticante di Krabi Krabong, eseguendo le danze a mani nude (Ram Muay) o con le armi (Ram Awut), ripercorre un cammino iniziatico che lo deve condurre alla liberazione. Da questo punto di vista le Danze Sacre Guerriere sono un autentica forma di meditazione, che può essere aggiunta alla lista delle tecniche a disposizione di chi intraprende questo cammino spirituale. Esso viene pertanto definito anche "Meditazione Attiva" o in movimento, ma si differenzia tantissimo dal Tai Ch'i Chuan. I movimenti vengono sì, eseguiti lentamente e con la mente presente nel gesto, ma allo stesso tempo devono essere sincronizzati con il ritmo respiratorio che, a sua volta deve essere sincronizzato con il ritmo della musica da guerra Sarama, che è costruita in scala pentatonica, mentre le mani compongono i Mudra del Cuore - Senza - Paura. Tutto ciò poi deve essere associato con la recitazione mentale di alcuni Mantra il cui scopo è schiudere le porte della percezione sensoriale, acuendo in modo incredibile tutti i sensi, la resistenza del corpo, modificando la percezione dello spazio e del tempo. In effetti ci sono suoni

potenti nel provocare la trasposizione improvvisa della coscienza da uno stato di cecità a uno di luminosità soffice ed interiore. La musica delle onde, il canto di una cicala, il rombo di un torrente di montagna, l'urlo del vento che soffia in una gola, il suono dei tamburi, il risuonante OOOOMMMM...di un maestro di Krabi Krabong. Sono rituali sciamanici antichissimi che, eseguiti perfettamente nella sequenza giusta, ci permettono di affrontare e sopravvivere alle condizioni più avverse ed estreme, che un guerriero può trovarsi a fronteggiare. Lo scopo è solamente quello di affilare la mente, irrobustire il corpo attraverso lo spirito e non ha alcuna pretesa di avere anche un qualunque significato marziale in se. Scatenare a volontà la trance estatica, il grande viaggio dell'anima, è più facile da dire che da concepire... a meno che non lo si intenda come il superamento totale di sé: la Danza Sacra Guerriera come lo strumento per spazzare via il nostro io limitato. Possiamo inoltre immaginare che le Danze Sacre Ram Awut ricalchino la vita del Guerriero, di cui ogni movimento ad un certo punto, diventa un potere supplementare acquisito sul mondo. Come dice in modo appropriato Carlos Castaneda, se danza davvero bene, il Guerriero può trattenere la morte per un attimo: " Ogni guerriero possiede una forma speciale, una posizione particolare di potere che ha sviluppato durante la vita. E' questa una danza, un movimento che compie sotto l'influenza del potere. Un guerriero morente, con poco potere, fa una danza breve, ma colui che ha un potere notevole esegue una danza prodigiosa. Comunque sia la danza, breve o grandiosa, la morte deve fermarsi per assistere allo spettacolo dell'ultima Danza del Guerriero. La morte non può catturare un Guerriero che ripete, per l'ultima volta, i fatti della sua vita, almeno fin quando non ha finito la sua Danza.... ....Di conseguenza, alla tua morte, tu danzerai su questa collina verso il finire del giorno. E nel corso della tua ultima Danza, racconterai dei tuoi combattimenti, le battaglie che hai vinto, quelle che hai perso; parlerai delle tue gioie e della tua meraviglia quando hai fatto esperienza del tuo potere personale. La tua Danza Sacra esprimerà i segreti e le meraviglie che tu avrai immagazzinato. E la tua morte, qui seduta, ti guarderà. Il sole morente t'illuminerà senza bruciarti, come ha fatto oggi. Il vento sarà mite e caldo, e la tua collina tremerà. Nel terminare la Danza Sacra tu guarderai il sole, perchè nè da sveglio, nè in sogno, lo rivedrai mai più. E allora la tua morte ti mostrerà il meridione, l'immensità". Il Ram Awut spezza le catene della ragione e del corpo. E' una danza di potere che organizza lo spazio e cadenza il tempo in maniera che l'anima, dopo il corpo, si metta in movimento. Dire che le Danze Sacre Guerriere inducano a un'alterazione dello stato di coscienza, rientra nel campo di un'evidenza inspiegabile. Tutte le danze sono espressione di una sublimazione, dai dervisci alla Danza di Shiva degli Yogin, al Chod tibetano, alla danza degli spettri dei Sioux ecc...Nel pensiero antico, il ritmo dei movimenti ed il ruotare, erano una riproduzione della volta del cielo e del ciclo delle esistenze. Queste danze segnano anche la comunione sacra dell'uomo con gli spiriti dei grandi guerrieri vissuti in passato quali

Re Tak Sin, Phraya Pichai, Nai Khanom Thom, Re Naresuan il Principe Nero; inoltre rappresenta la marcia verso il punto di intersezione dove cielo e terra si congiungono. Il Ram Awut è una preghiera che il guerriero inoltra con il corpo e con lo spirito; nella trance egli può ancora vedere e sapere ciò che avviene attorno a lui, ma il suo corpo combatte in una sfera spazio - temporale modificata. Soltanto il tamburo della musica Sarama, continua a battere, per condurre ancor più lontano un "viaggiatore" di cui nessuno può più garantire la sopravvivenza. Lì appunto comincia il grande momento religioso del duello rituale. "Chi conosce le Danze vive in Dio", diceva Rumi, grande poeta Sufi, interpretando involontariamente il significato più elevato della loro pratica in questa disciplina. Le Danze Sacre del Krabi Krabong, non sono assimilabili, per esempio alle "Forme" praticate nel Kung Fu. Quelle sì sono delle autentiche falsità che sviano il praticante, inducendolo a credere che, attraverso la reiterata pratica delle stesse, potrà accedere all'efficacia suprema. I movimenti fioriti che vengono eseguiti negli stili cinesi, giapponesi o coreani, pretendono di poter essere applicabili, ma a condizione di averne comprese le vere chiavi di interpretazione. Sono tutte cazzate, falsità su falsità ad uso e consumo degli sciocchi che ci credono. Io sto ancora aspettandone le prove e, naturalmente rimango in attesa continuamente. Poi sapete, vi rispondono pure che sono cose segrete, che non possono essere divulgate, quindi come al solito, non te le possono mostrare. Credetemi, ho appartenuto a quella "razza" per ventitre anni. Ho ripetuto milioni di volte forme e balletti vari; ne conosco a centinaia, mi sono pure state insegnate le interpretazioni, le applicazioni, e vi posso garantire che forse se ne salvano il due per cento, il resto sono frescacce inutilizzabili realmente. Ritornando precipitosamente al nostro argomento, vi dirò che in Thailandia questo testo, il Ramakien, costituisce la base della tradizione del dramma danzato e la sua comprensione permette non solo di cogliere la bellezza della storia, ma di addentrarci in un terreno di profondo simbolismo esoterico. Tutte le forme di arte thailandesi derivano da leggende indù e buddhiste. Esse probabilmente si sono infiltrate in questo paese attraverso la Cambogia. Nell'induismo ci sono tre divinità importanti: Bhrama, il Creatore (Phrom in Thai), rappresentato con quattro facce che osservano tutto l'universo, al quale si offre sempre la prima Danza Sacra (Phrom Si Nah); Vishnu il salvatore e Shiva il Distruttore (e Ricostruttore). La cavalcatura di Phrom (Bhrama) è Erawan, l'elefante a tre teste; quella di Vishnu è il Khrut (il Garuda), un mitico uccello gigante, con il corpo umano, ma con le ali e il becco da uccello. Poichè il re della Thailandia è considerato l'incarnazione di Vishnu, il Khrut è un emblema reale, nonchè il simbolo della dinastia Chakri. Potrete vedere la figura del Khrut, dal corpo rosso, appesa sulle facciate di molti palazzi governativi ed uffici (specie su quelli delle Poste e delle banche), oppure su quelli che in passato hanno avuto la fortuna di ottenere l'approvazione imperiale. Tutte le banconote thailandesi portano questo emblema, il francobollo con il Khrut troneggiava anche sul mio permesso di soggiorno. Il nemico del Khrut è il suo

fratellastro Nakha (Naga in indiano), il re dei serpenti, che vive sottoterra. Spesso si vedono Khrut e schiere di Nakha dalle molte teste dipinti in battaglie murali nei templi, in sculture o bassorilievi. Il motivo di queste lotte è l'acquisizione del potere di scacciare gli spiriti del male. Il Bhramanesimo, entrato in passato dall'India, è stato sostituito dal Buddhismo come religione, ma è sopravvissuto nel paese come rituale colto e come tale viene esercitato a molti livelli. Anche il Maestro Thonglor, quando assieme al Maestro Manoon, suo fratello, tennero la cerimonia del Wai Khru (del Rispetto verso il Maestro e Cerimonia a carattere iniziatico per l'allievo), divennero "Sacerdoti Bhraminici". Essi celebrarono il rito, accompagnati da monaci buddhisti che recitavano Mantra di protezione; su un altare troneggiavano le immagini dei vecchi maestri, oramai defunti, della scuola e le effigi di divinità indù. La cerimonia del Wai Khru è stata praticata da generazioni, ma la sua popolarità sembra essere cresciuta al giorno d'oggi. I Thailandesi mantengono sempre un grandissimo rispetto per i loro maestri, non importa quale arte essi insegnino: musica, disegno, scultura o altro. La cerimonia del Wai Khru è una dimostrazione del nostro rispetto e gratitudine per gli insegnanti, che ci hanno conferito conoscenza e saggezza, guidandoci ed aiutandoci a crescere come esseri umani. Quando fin da fanciulli si decide di essere iniziati, prima di venire accettati essi devono sottostare la fase dello Yok Khru: Ogni insegnante e ogni scuola possiede modi differenti di eseguire il rito sacro che consiste principalmente in una semplice cerimonia con la quale l'aspirante presenta alcuni tipi di offerta all'insegnante. Di solito essa consiste in bastoncini di incenso, candele e fiori di gelsomino, però possono essere date anche altre offerte, dipende dalle richieste del Maestro, che comunque non possono essere somme in denaro, ma solamente simboli semplici. Quando tutti i fanciulli hanno raccolto tutto il materiale richiesto, essi tornano dal Maestro che accetta le loro offerte e li inizia ai segreti della sua scuola. In quella del Maestro Thonglor Trairat ciò consiste nell'apprendimento delle "Geometrie della Distruzione", i movimenti di base basati sul triangolo equilatero chiamati Sam Liang con i caratteristici tipi di spostamento basati sulle uscite a 45° e rotazioni conseguenti a 90 e a 180 gradi e poi via con tutto il resto. Il Maestro illustra tutti questi tipi di movimento a beneficio dei suoi allievi che gli hanno chiesto umilmente di poterlo imitare. Alcuni insegnanti possono andare oltre, insegnando subito ai ragazzi a colpire, allenarsi a tendere tranelli per passare poi al pieno uso dei piedi, delle ginocchia, dei pugni, dei gomiti e delle armi bianche. Quando queste qualità di velocità, scioltezza, fluidità e ritmo sono state acquisite, si avanza con la cerimonia del Wai Khru. Come già detto sebbene i rituali possano essere lievemente diversi, il principale obiettivo rimane invariato, ossia consiste nel dare al ragazzo l'opportunità di dimostrare il suo genuino rispetto e la sua totale fiducia nell'insegnante. Alla cerimonia parteciparono centinaia di allievi provenienti dalle più disparate province del paese, ed anche noi fummo felici di poter essere, da quel momento, accettati a tutti gli

effetti come "figli" del Maestro e fratelli in armi di tutti gli altri. Anticamente era il martedì il giorno sacro dei Maestri, così quelli che desiderano fare il Wai Khru, inevitabilmente considerano questo giorno il più propizio, nel nome della divinità signora dell'Arte e di tutte le abilità. Furono bruciati gli incensi e rivolte le offerte al Narayana, agli altri maestri, compresi quelli già deceduti (Krab Pattai). Nel mezzo c'era un vassoio di acqua pura santificata e, dopo che le offerte rivolte agli insegnanti furono accettate, una candela venne accesa e posta sul bordo del vassoio. Il Maestro officiante disse: "Questi oggetti ci sono stati dati dal Dio e dai nostri predecessori, per conferire prosperità, e quest'acqua santificata sarà usata per bagnare il nostro corpo e bevuta per preservarci da ogni pericolo". Quel giorno fu così speciale ed importante, che non lo scorderò mai. Ci avvicinammo a turno in ginocchio dal nostro mentore che pareva quasi in uno stato di trance. Mi venne detto da un allievo, che doveva farsi vuoto, per poter essere uno strumento nelle mani della divinità e farne da tramite per l'energia che questa doveva infondere attraverso il rito. Lo vidi recitare dei brevi Mantra (formula rituale magica) e nel frattempo, intingere un dito in una pasta gialla. Poi ci segnò la fronte con tre punti posti a triangolo e quindi ci soffiò in volto, insufflandoci il Phalang Chit, la sua forza vitale e lo spirito del Dio della Guerra. Da quel momento entravamo a fare parte della "Casta dei Guerrieri" della Scuola Sritrairat. Alla fine della cerimonia fu collocata nel centro del luogo una vecchia statua del Buddha a testimonianza dell'autorità suprema. Chiesi ad un partecipante il significato dei Mantra che avevo sentito recitare ed egli mi rispose che erano degli incantesimi quali: "La tua mente non dovrebbe essere triste, preoccupata senza senso, Namo Buddhaia ti rende schiavo credendo che io sono Ong Phomma Chaya Siddhi Pawantume". C'è poi l'incantesimo di Re Naresuan il Grande, utilizzato durante la marcia del suo esercito contro i Birmani chiamato:

### **"Formula magica Phra Chao ha Phra Ong Namu Buddhaya".**

- Na Yan Bot Songkram (Na: la regione della guerra)
- Ma Tid Tam Satru (Ma: segue il nemico)
- Bud Thor Su Pai Rin (Bud: combatte i nemici)
- Dha Prab Sin Pol Krai (Dha: conquista tutte le forze)
- Ya Chok Chai Chana (Ya: vittoria gloriosa)

### **Mentre combatteva il nemico Re Naresuan usava anche il seguente incantesimo:**

- Na Dej Rukran (Na, può invadere)
- Ma Tao Harn Fan Fad (Ma, coraggio nel colpire)
- Pa Pikat Home Huek (Pa, distrugge senza paura)
- Ta Prab Suek Toi Tod (Ta, respinge senza posa il nemico)

**La cerimonia del giuramento è un gesto simile a quello di un gentiluomo; viene affermato che l'onestà è molto più preziosa della**

**stessa vita: Qualsiasi guerriero che pensa di contravvenire alla promessa fatta nel Wai Khru, dovrà affrontare la rovina conseguente alla maledizione che ha attirato su di se. Il Maestro recita e il guerriero fa il giuramento che:**

- Avrò sempre cura di me stesso, sarò forte e mi comporterò con onestà.
- Non deriderò i più deboli, né i più poveri. Ci ameremo gli uni con gli altri, saremo uniti e ci aiuteremo con tutte le nostre forze.
- Farò solamente buone azioni a beneficio degli altri e sarò leale verso la mia scuola e il mio maestro.
- Eviterò ogni tipo di disordine.

E' opinione comune in Thailandia che chiunque non si comporterà in accordo con il giuramento prestato sarà distrutto dalle potenze divine. Ci fu un caso che mi raccontò mia moglie di un ragazzo che durante la cerimonia, prima che il cibo fosse stato offerto agli Dei, di nascosto prese un frutto dal vassoio e se lo mangiò. Il giorno dopo iniziò a stare male e sviluppò una febbre altissima. Portato in ospedale d'urgenza, i medici non sapevano trovare una spiegazione; le analisi del sangue non mostravano nulla e tutte le medicine dategli per abbassare la febbre risultavano essere inefficaci. Disperati i genitori chiamarono il Maestro per informarlo dell'evento e dirgli che ben presto avrebbe perso un allievo. Il Maestro si recò immediatamente a far visita al ragazzo e lo interrogò a lungo. Seppur f????????ebbricitante il ragazzo parlò del suo piccolo furto ed il maestro comprese subito il motivo di quanto stava accadendo. Prese il ragazzo con se e lo portò a chiedere scusa agli Dei e agli antichi maestri ai quali aveva sottratto l'offerta. Immediatamente la febbre si dissolse ed il ragazzo riprese le forze; sorpreso dalla rapidità del prodigio si limitò a rendere omaggio con tre inchini alle divinità e fece ritorno a casa dove disperati ancora lo attendevano i genitori, convinti della sua morte imminente. Increduli lo abbracciarono e festeggiarono l'evento offrendo cibo a volontà alle divinità del KrabiKrabong; il ragazzo divenne un campione della specialità ed ebbi modo di conoscerlo di persona nel marzo del 2002. Potete avere l'impressione che io balzi da un argomento all'altro, ma in un certo senso è esattamente quello che voglio: darvi una panoramica vasta da un punto di vista culturale ed emozionale, senza che la mente si cristallizzi troppo su un solo argomento, così come si usa fare tra amici. Per completare il quadro relativo a questa cerimonia, vi dirò che al termine del rito, tutti si misero a mangiare il numeroso cibo offerto agli Dei e anche a noi fu offerta una.....faccia di maiale. Immaginatevi di sfilare tutta intera la pelle dalla testa di un maiale, di farla poi lessare e quindi di mangiarla.... Io mi rifiutai, era troppo, Vito tentò senza successo, Marco invece mandava giù tutto. Poi magari cagava per una settimana di fila, ma almeno era coraggioso e si buttava. Alla sera andammo a festeggiare con tutti gli allievi e i Maestri in una sala all'interno di una scuola. Per l'occasione vennero chiamate anche

delle ballerine. Mentre si mangiava, queste cantavano e danzavano. La cucina thailandese si divide in tre tipi: piccante, molto piccante, troppo piccante, così a me fu offerto un piatto davvero speciale : le famose "Uova dei cent'anni". Trattasi di uova lessate e lasciate a marcire sotto terra, insomma una schifezza incredibile. A coronare l'evento, mi spiegarono che quando qualcuno te le mette sul piatto è perchè ti portino fortuna, sarebbe una maleducazione rifiutarle. A me le aveva servite nientemeno che il Maestro, che fare ? Ad un tratto l'illuminazione! Io che sono sempre stato un acerrimo nemico degli alcolici, questa volta mi rivolsi a loro per un aiuto. Mi riempii il bicchiere di birra Thai (circa 15°), poi misi rapido l'uovo intero in bocca e con una grande sorsata me lo sparai dritto nel gargarozzo. La cosa non fu comunque semplice, richiese molta concentrazione e decisione, rischiai di rimanere soffocato, ma almeno posso dire di non aver sentito il gusto di quella roba. Le ballerine erano davvero graziose, così, io, Marco e Vito, ci alzammo da tavola per andare a vedere più da vicino. Vito fece delle riprese con la telecamera, noi scattammo qualche foto e tutti i tre o quattrocento thailandesi presenti ridevano come pazzi guardandoci. Noi eravamo perplessi, che c'era da ridere ? Che c'era di strano ? Mica siamo cul.....Madonna mia ! Tutte le ballerine in realtà erano travestiti. Che figura di merda ! Ora tutti si spanciavano, compreso il Maestro, qualcuno faceva dei gesti comprensibilissimi con la mano, mentre sghignazzava. Stavolta c'eravamo cascati proprio tutti e tre, vi posso giurare che erano davvero indistinguibili dalle donne vere. Da veri signori fingemmo di snobbare le provocazioni, ma ci sentivamo dentro degli autentici coglioni. La mattina del giorno dopo ci recammo al Wat Poh, il Tempio del Buddha Reclinato, per concludere il corso di Massaggio tradizionale Tailandese (Nuat Paen Boran) e sostenere l'esame per il relativo diploma. Il massaggio tradizionale è una cosa serissima, non ha nulla a che spartire con il Body Massage, spacciato nei bordelli di Bangkok ai turisti in cerca di forti emozioni. Nato più di 2500 anni fa in India ad opera del mitico Jiwaka Khumarapath, medico e amico dello stesso Buddha, è basato sul principio dei 10 Sen principali o linee di energia che attraversando tutto il corpo concorrono a mantenerlo in equilibrio e quindi in buona salute. Le linee secondarie di energia possono arrivare al numero straordinario di 72000 ma, direttamente o direttamente sono dipendenti dalle 10 principali. La tecnica è molto più sofisticata rispetto allo Shiatsu di origine giapponese, infatti si compone non solo di digitopressione sui punti energetici, ma anche di manipolazioni tese a sciogliere tutti i muscoli ed i tendini del corpo e ad esercizi di stretching passivo, con i quali si stirano le ossa e le giunture e si migliora la circolazione del sangue e l'eliminazione delle tossine. Jiwaka Khumarapath è ritenuto il fondatore non solo del Massaggio Nuat Paen Boran, ma anche la fonte di tutte le arti mediche, ivi compresa la conoscenza delle erbe, dell'agopuntura e delle arti marziali. Esso è rispettato in tutte le scuole del paese come il "Padre della Medicina" e, in tutte le cerimonie di Wai Khru, non manca mai un'immagine o

una statua a lui dedicata. Nonostante le notizie che possiamo avere su di lui, si suppone che la tecnica del massaggio Thai nasca da una commistione di tecniche Ayurvediche indiane e di medicina cinese. Il massaggio è sempre stato considerato come una pratica affine all'insegnamento dell'Illuminato e pertanto le sedi nelle quali veniva studiato e praticato sono sempre stati i monasteri buddisti. Il massaggiatore davvero bravo esercita il suo trattamento sempre in uno stato di profonda meditazione. Ogni seduta si apre con una preghiera di rispetto elevata nei confronti del santo Jivaka, al quale si chiede di usare il nostro corpo e la nostra energia vitale, per conferire la guarigione al paziente. C'è una gran differenza tra l'eseguire un massaggio in questo stato di raccoglimento spirituale oppure farlo meccanicamente come un semplice lavoro. Solo chi è in grado di lavorare con la mente calma e concentrata potrà sviluppare quella sensibilità e quell'empatia con il paziente necessaria affinché il trattamento risulti davvero efficace, sintonizzandosi perfettamente con il suo flusso di energia. I punti che vengono manipolati lungo queste linee, possono essere equiparati a finestre nel corpo, che rendono possibili scambi di energia vitale tra l'individuo e l'universo. Nella concezione orientale le malattie insorgono sempre quando nasce un disequilibrio tra lo Yin (energia negativa) e lo Yang (energia positiva). E' una filosofia olistica che contempla l'uomo nella sua interezza, nella sua integrità di mente e corpo in armonia con le leggi dell'Universo; un approccio diametralmente opposto a quello cui siamo abituati in occidente. La manipolazione della testa è uno degli elementi più importanti della tecnica Thai. La testa è la sede del pensiero, il luogo nel quale si raccolgono tensioni e contratture derivanti dai problemi che quotidianamente siamo chiamati ad affrontare e risolvere. Lo stress della vita che l'uomo moderno è costretto a subire, si somatizza in emicranie, nevralgie, mal di testa, dolori cervicali e di altri ancora, che si possono manifestare anche in altre parti del corpo. Stimolare, premere, frizionare nel modo corretto la superficie del cuoio capelluto, della nuca e del collo, provoca un rilassamento di tutti i micro-fasci muscolari dell'area trattata, richiama il sangue in superficie, riequilibra la sfasatura energetica tra Yin e Yang, prevenendo l'insorgenza di possibili patologie latenti e stimola grandemente la produzione di endorfine, responsabili della sensazione di benessere generale. In una società così asettica e formale, non si può poi dimenticare anche l'effetto benefico, seppur professionale, provocato dal contatto fisico, dal calore delle mani dell'operatore sul cliente. Il massaggio al di là della tecnica specifica è anche una sorta di "carezza" che ci distende, ci rilassa, ci conforta permettendoci per un pò di abbandonarci alle manipolazioni sapienti dello specialista. In conclusione si può affermare che il Massaggio Thai alla testa è efficace nel trattamento dello stress, degli stati d'ansia o agitazione emotiva, delle tensioni, delle contratture, dei dolori cervicali, nei mal di testa anche cronici e più in generale per prevenire una svariata serie di patologie. I principi regolatori del Massaggio Thai, sostanzialmente non differiscono molto da quelli presenti in altre tecniche come ad esempio lo Shiatzu Giapponese,

il Tui Na Cinese o l'Aryurveda Indiano. La sua specificità sta nell'approccio dolce con il paziente che fa sì che si evitino pressioni eccessivamente dolorose sul suo corpo e inoltre nella gamma vastissima di tecniche a disposizione che non si limitano solamente alla digitopressione, ma utilizzano efficacemente anche il frizionamento, la percussione, il pizzicamento e numerosissimi esercizi di stretching passivo, volti a stirare muscoli, ossa e tendini così da "disgorgare" eventuali "blocchi energetici" presenti sul corpo del paziente. Perchè il Massaggio Thai sia davvero efficace poi, non dobbiamo dimenticarci anche del suo stretto connubio con la meditazione. Da sempre ed ancor oggi questa tecnica è appannaggio dei Bonzi e viene insegnata per lo più nei monasteri buddhisti. Massaggiare qualcuno è meditare. In Thailandia prima della seduta, l'operatore compie una preghiera rituale in onore di Jiwaka Kumarapath affinché conceda la guarigione al paziente per mezzo del suo corpo, si libera quindi da ogni pensiero e, in uno stato di profondissima concentrazione, esegue la sua tecnica di massaggio cercando di entrare in empatia con l'altro. Da un punto di vista spirituale, tra operatore ed operato, cessa di esserci ogni differenza, le loro energie si fondono e si scambiano sinergicamente in una lenta danza curativa. Quando viene svolto in questo stato, l'operatore non è più colui che dà la guarigione, egli non è che un tramite attraverso il quale agiscono forze superiori a lui, alla fine si realizza un'opera d'arte che ogni volta è unica ed irripetibile. Dopo aver felicemente concluso l'esame di massaggio la nostra Maestra, Kannika Piyapong ci chiese come mai eravamo così determinati ad apprendere un'arte così crudele e spietata come il Krabi Krabong, al che noi per tagliare corto rispondemmo che era per difesa personale. Kannika ci fissò incredula poi ci disse che lei non aveva bisogno di tutto ciò poiché era Maestra di massaggio Nuat. Io e Marco perplessi ci scambiammo un'occhiata per capire cosa intendesse dire. Lei si avvicinò e premendo sapientemente alcuni punti nel collo mi paralizzò completamente le braccia e le gambe. Toccandomi appena sotto le costole mi provocò un dolore esplosivo ed incredibile, toccandomi il nervo radiale, all'altezza del gomito, mi impedì di muovere ogni dito della mano. "In questo modo, se voglio posso arrivare tranquillamente anche ad uccidere un uomo o a farlo svenire, arti marziali e massaggio nascono da una radice comune, si diversificano solamente per gli scopi che si propongono!" - disse convinta la Maestra. Convinti ed eccitati dalla dimostrazione di Nuat da combattimento, andammo a casa del Maestro Thonglor, per il nostro consueto appuntamento con la pratica del Krabi Krabong e gli raccontammo l'episodio mostrato dalla Maestra di massaggio Thai, chiedendogli se conosceva quei punti vitali. "Quali?" - rispose il Maestro Thonglor alquanto divertito e, avvicinandosi a me, mi mise una mano sul collo come prima aveva fatto Kannika. "Era questo per caso?" AAH! Che dolore, ora mi premeva esattamente sullo stesso punto della Maestra - "Oppure questo?" - OHI! OHI! OHI! Ora non muovevo più le braccia e le gambe. "Sono stupidaggini!" concluse il Maestro, " Nel confronto nessuno rimane fermo ad attendere che

tu vada alla ricerca dei suoi punti vitali e, anche se li trovi, certamente non rimane ad attendere che tu possa esercitare la pressione nel modo corretto. Quello che la vostra insegnante di massaggio vi ha illustrato è vero, ma del tutto irrilevante quando combattete realmente. Apprendere queste cose, come per esempio a far svenire un uomo premendogli l'arteria giugulare, non serve praticamente a nulla.... e, chi crede che conoscere questi segreti gli permetta di comperare una scorciatoia, per avere una rapida vittoria sull'avversario (come fanno purtroppo anche molti maestri che temono la violenza insita in ogni conflitto), è un autentico poveraccio! Con tutto rispetto per la vostra insegnante, naturalmente, che non può essere esperta di massaggio e, nello stesso tempo, di combattimenti all'ultimo sangue!". "E' vero!" - risposi io - " Ho sentito di un americano espertissimo in questo genere di tecniche, che viene saltuariamente a tenere corsi e seminari anche in Italia". "Capisco!" - disse il Maestro - "E guardatevi bene da quei pagliacci che insegnano queste stupidaggini ammantandole di misticismo, mescolandole con la meditazione o altro ancora, sono in perfetta malafede e vi stanno ingannando!". Nel tardo pomeriggio, esausti accompagnammo il Maestro da casa sua fino al Parco Sanam Luang dove stavano per concludersi i Campionati Mondiali 1992 della specialità. Vicino all'ospedale Siriraj c'è l'imbarco per attraversare quella fogna enorme che è il fiume Menam Chao Phraya. Il maestro da vero gentilman, cedette il posto a delle signore, invitandoci a fare altrettanto ed aspettò in piedi, vicino al bordo della chiatta, il momento per saltare giù sul molo d'attracco. La barca arrivò rapida, ma con un angolazione sbagliata, così colpì il molo con violenza e rimbalzò veloce verso l'esterno. Il Maestro Thonglor, impreparato venne sbilanciato in avanti e perse l'equilibrio. Io, Marco e Vito per un momento tememmo finisse miserabilmente scagliato in acqua, ma lui, quasi indifferente, assecondò la spinta e con un balzo prodigioso, eseguito da fermo e a piè pari, saltò con agilità sul molo, coprendo una distanza umanamente impossibile da quella posizione. In un attimo aveva percorso una distanza di circa sei - sette metri ed ora, indifferente, come se niente fosse, si allontanava camminando e facendoci con la mano il gesto di seguirlo. Centinaia di persone assistettero attonite al fatto, ma noi molto più modestamente di lui dovemmo aspettare che la barca manovrasse a lungo per rimettersi in linea, prima di compiere il nostro super balzo da trenta centimetri. Subito rincorremmo il maestro che, noncurante dell'accaduto si affrettava verso l'uscita. Io lo affiancai e, tutto trafelato ed ansimante, iniziai a torturarlo con le mie domande stupide: "Maestro, come ha fatto? E' questa l'Energia Interna di cui ho sentito parlare? Come è riuscito a usarla in quel modo? Può insegnare anche a me?". Il maestro imperterrito ed assolutamente indifferente, camminando mi rispondeva: "Non lo so! Non lo so!". "Ma come non lo so !!?" dicevo io - "Lei deve sapere! Come ha fatto?". E lui: "Non lo so! Non lo so!" " Ma come non lo so!" ribattevo io fremente ed ansioso. "Non lo so! E' la prima volta che mi succede!" rispose lui

serafico continuando a camminare come se niente fosse. Bravo il vecchietto! Con quella risposta mi aveva chiuso la bocca e chiuso anche ogni possibilità di investigare oltre sul caso. Gli ultimi giorni di permanenza in Thailandia furono all'insegna della miseria. Finiti i soldi, Io e Vito iniziammo a vendere i nostri vestiti usati a dei mercanti lungo Khao Sarn Road. Vito al colmo della disperazione si vendette anche il Flash della macchina fotografica. L'operazione gli fruttò pochi soldi da un punto di vista italiano, ma moltissimi da un punto di vista thailandese. Anch'io, venduti anche i miei calzini più puzzolenti, riuscii a racimolare quanto bastava per andare a mangiarmi un bel caffelatte in un ristorantino della zona. L'ultimo giorno, il Maestro Thonglor ci portò a visitare il museo delle cere ed il Rose Garden. Un posto per turisti dove era stato ricostruito fedelmente un villaggio thai dell'antichità in legno di Teak. Lì si tenevano anche dei spettacolini per turisti idioti. Dico idioti perché è gente che parte dall'Italia o da altri paesi del mondo e viene condotta in super alberghi di lusso nei quali trascorre interamente il suo soggiorno. Per poter dire di aver visto anche l'Asia, essi vengono condotti qui per assistere a delle esibizioni pseudo culturali che dovrebbero soddisfare tutta la loro curiosità. I viaggi organizzati, specie in Asia vi mostrano un falso, cioè tutto quello che l'Asia non è. Sono confezionati su misura per rispondere ai vostri sogni e alle vostre aspettative, confermate ripetutamente e sancite dagli "Spaghetti alla carbonara" che potete mangiare tranquilli nel ristorante dell'Hotel mega - lusso nel quale siete stati alloggiati. Solerti camerieri, guide sorridenti e Bus con aria condizionata che vi prelevano all'uscita dall'Hotel, provvederanno in modo efficientissimo a che voi possiate felicemente non venire mai in contatto con la realtà del luogo. Tornerete nel vostro paese felici di aver vissuto una vacanza condita di preconcetti e falsità; potrete esibire foulard in vera seta, comperati per pochi soldi nei supermercati convenzionati con il vostro albergo, dove sarete condotti come pecore al pascolo, ignorando completamente che fuori di lì, il reale prezzo di ciò che avete appena acquistato è dieci volte inferiore a quello che avete pagato. Anche la mia ex fidanzata "Betta" era circondata da amici così, che andavano in Indonesia con i Tour tutto compreso e si limitavano a fare duemila foto del loro albergo visto in tutte le angolazioni possibili ed immaginabili; per il resto niente, il nulla. Il guaio fu che una sera ci invitarono a vedere in casa loro le diapositive ed io per poco non mi addormentai dalla noia, del paese non avevo visto nulla, ma del loro albergo conoscevo praticamente tutto. Io con il mio caratteraccio non riesco proprio a sopportare questo tipo di turisti, li manderei in Asia, li accoglierei in albergo con uno splendido buffet e poi li manderei a sturare il culo agli elefanti, almeno farebbero qualcosa di utile, culturale parlando, naturalmente. Il Parco del Rose Garden è ben curato, e scoprii con vero piacere che lì vi erano state girate le scene iniziali dello sceneggiato televisivo: Sandokan, con Kabir Bedi. Sì, proprio quella bellissima serie di puntate andate in onda nel 1976, realizzate dal bravissimo Sergio Sollima e che riscorsero un grandissimo successo. La prima puntata di

Sandokan iniziava proprio con un bellissimo duello di Krabi Krabong; una baby sister siamese armata di corta sciabola Mee Dab, difendeva due principini dai sicari inviati dal perfido James Brooke per rapirli. Lo scontro, rapido e violentissimo, si risolveva a favore della ragazza thai se non fosse che uno degli aggressori, compresa la fine che lo attendeva, non avesse usato la cerbottana per scagliare un piccolo dardo avvelenato contro di lei, uccidendola all'istante. Fin da piccolo i libri con le avventure di Sandokan e dei suoi fidi amici Janez De Gomera, Tremal Naik, Sambigliong, mi facevano sognare questo mondo esotico che è il Sud Est Asiatico. Ora nell'avventura ci ero finito dentro in prima persona ed avevo deciso di godermela tutta. Come dicevo il parco è ben curato, in mezzo ad una moltitudine di fiori di specie diverse si aggira come uno zombie qualche elefante debosciato e rincoglionito il cui scopo è recitare per i turisti appunto, la parte di se stesso. Anche gli elefanti del Rose Garden tuttavia hanno avuto uno sprazzo di vitalità, è di pochi giorni fa la notizia di un evento increscioso accaduto ad uno di questi turisti idioti. Uno degli elefanti è stato ripetutamente provocato da uno spettatore che, per farsi vanto con gli amici, giocava a far finta di dare da mangiare all'animale. Ogni volta che il povero pachiderma si avvicinava alla mano che gli offriva delle banane, questi rapido la ritraeva prima che, con la proboscide potesse afferrarle. E dai una e dai due, e dai tre, con questo imbecille che sghignazza in continuazione, ad un certo punto in Jumbo si è risvegliato un barlume di coscienza e, rotti le palle di brutto, ha iniziato a calpestare il povero disgraziato, compiendo un'opera di bene per tutta l'umanità. Non pago del trattamento riservato all'imbecille, l'elefante oramai in preda ad un delirio di onnipotenza ci ha pure cagato sopra. Rimango incredulo che la mamma non abbia mai insegnato al morto smerdato, di non scherzare con i più grandi. Il preconcetto più diffuso tra i turisti del "tutto organizzato", riguarda la presunta disponibilità sessuale delle ragazze Thailandesi, che vengono così volgarmente definite "tutte puttane". Sebbene il fenomeno della prostituzione in questo paese sia innegabile e tutt'altro che trascurabile, esso coinvolge tuttavia meno dell'un per cento della popolazione. Il fatto è che i viaggi organizzati prevedono tutti puntatine nei quartieri a luci rosse come Pat Pong, oppure Soi Cow Boy, dove il turista arrapato pensa di poter far conoscenza con la realtà thailandese e invece non fa che conoscenza di cosce e tette, che sono poi internazionali. E' vero, fare amicizia con le graziose ragazze di questo paese non è affatto difficile, ma questo è dovuto a delle incomprensioni culturali tra occidente ed oriente. Quando una ragazza ci sorride e parla con noi, immediatamente ed automaticamente pensiamo che ci stia, ma da loro questa concatenazione di causa effetto non è affatto scontata. I Thai sono un popolo gentile e educato, sorridere per loro è normalissimo, non è assolutamente un segno di disponibilità sessuale; è un tipo di socialità spontanea, aperta e cortese che non concepisce manifestazioni di freddezza e distacco così tipicamente e patologicamente normali qui da noi. Insomma, per

tagliare corto, le ragazze non sono "cagone" e con la puzza sotto il naso, sono affabili e cortesi, malgrado ciò non è affatto facile portarsele a letto. Le ragioni di questa reticenza sono sempre di carattere sociale e strettamente connesse con le tradizioni antiche che ancora imperano nella vita quotidiana. Essere integrati in un tessuto sociale, essere accettati dagli altri è indispensabile per chi vive in Siam. In questo paese, tra le persone normali e cioè la stragrande maggioranza che non si prostituisce, vive ancora un rigido codice d'onore che impone etichette e comportamenti consoni allo stile di vita.