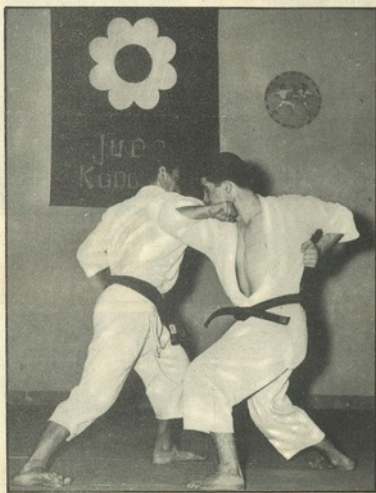


UNA NUOVA ARTE MARZIALE E' NATA A FIRENZE, SI CHIAMA KARATE', di Robledo Veltroni

GIORNALE DEL MATTINO

LA CINTURA NERA NON ATTACCA BRIGHE



Nella foto in alto: le cinture nere Bettini (in proiezione) e Piccini impegnate in uno dei più pericolosi colpi del karaté, il « calcio volante ».
Foto in basso: il « colpo di gomito ». La cintura nera Picci ha sferrato un pugno al pari-grado Campolmi il quale, spostatosi velocemente verso sinistra colpisce col gomito destro l'avversario alla schiena.

di ROBLEDO VELTRONI

IN una palestra fiorentina venti uomini si stanno allenando. Non sono calciatori, o ciclisti non fanno dell'atletica o del basket o del rugby. La lotta è la loro specialità. Ma non si tratta di greco-romana o di libera. Sono « karate-men », imparano cioè il karaté. I loro nomi certo non li troverete nelle cronache sportive dei quotidiani specializzati o no. Non sono celebri, né in fondo tengono ad esserlo. Sono semplicemente degli operai, degli impiegati, dei professionisti che a lavoro terminato vanno in palestra e si sottopongono ad ore ed ore di estenuante lavoro, mettendo a durissima prova i loro nervi ed i loro muscoli.

Ben pochi in verità sanno che cos'è il karaté. In Italia si è arrivati al massimo a conoscere il judo soprattutto grazie alle esibizioni, talvolta per la verità anche piuttosto modeste, che la TV sovente ci regala. Il karaté invece era sconosciuto fino a circa tre anni fa e lo è praticamente tuttora anche se qua e là si vanno formando delle società volute dai pochissimi appassionati di questo sport. Firenze è stata un po' la culla del karaté: questo in virtù dell'instancabile lavoro del maestro Malatesti una cintura nera di III « dan » di judo e di karaté l'unico insegnante autorizzato dalla Federazione giapponese e che ricopre anche la carica di vicepresidente della Federazione europea che ha sede a Parigi.

Il karaté (la parola significa letteralmente in giapponese « mani nude ») è un connubio tra judo e boxe cinese. Si combatte con le mani ed i piedi che divengono vere e proprie armi micidiali. E' considerato in Giappone un'arte marziale a somiglianza dello stesso judo, del tiro con l'arco e del kenô (scherma con la katana, la pesante sciabola ricurva, l'arma delle leggendarie imprese del Samurai).

Nacque il karaté in Cina, circa millecinquecento anni or sono. Lo crearono i missionari buddisti che per difendersi dai continui assalti dei predoni che infestavano il paese, studiarono i punti vulnerabili del corpo umano (sono circa quaranta) e finirono col mettere a punto un metodo di lotta atto ad abbattere un avversario cansanone con appropriati colpi di piede o di mano, paralisi locali o gravi fratture. Tale sistema di difesa e offesa fu poi perfezionato dagli abitanti dell'isola di Okinawa.

Semplicissimo è il principio sul quale si basa il karaté. E' a tutti noto infatti, che il corpo umano presenta tre superfici dette « di getto ». Esse sono: la mano, il ginocchio e la pianta del piede. Ecco le armi del karateista. Più specificatamente, mentre col ginocchio si può colpire in una sola direzione, cioè in avanti, con la pianta del piede si può colpire sia in avanti come indietro. La mano invece presenta diverse superfici: una appunto è il pugno proteso, un'altra il pugno laterale, in modo cioè da colpire con i lati della mano, poi il taglio della mano, infine

l'estremità delle tre dita, indice, medio e anulare nel cosiddetto « colpo di picca ».

I combattimenti si svolgono in due maniere: convenzionali (ovvero i due allievi abbozzano le mosse senza portare a compimento il colpo) oppure liberi, cioè colpendo effettivamente con forza. In questo caso i contendenti hanno l'obbligo di indossare sotto il costume tradizionale, il judogi (è lo stesso del judoka) una speciale armatura con la superficie interna in gomma piuma e quella esterna in vimini o cuoio. Le probabilità di incidenti sono così assai limitate. Certo lividure ed ematomi sono un po' all'ordine del giorno anche in allenamento.

Come si diventa « karate-man »? L'allievo scelto dopo una minuziosa selezione (il karaté viene insegnato solo a persone degne della massima fiducia e moralmente ineccepibili) sostiene per un paio di settimane allenamenti atletici soprattutto miranti a far fiato, ad irrobustire il fisico ed a snellire l'adome. Successivamente apprende le cadute, le proiezioni, i colpi di piede volante.

Poi per ore ed ore, l'allievo si sottopone ad un duro lavoro al sacco, una specie di manichino in gomma piuma, sabbia, segatura, e vimini. Deve colpire con le sue superfici « di getto » in tutte le direzioni fino a rendere mani e piedi duri come il ferro. Occorrono almeno due anni prima di passare alla conoscenza dei colpi mortali. Infine gli esami per le « cinture ». Prima quella marrone; dopo almeno un anno, quella nera. A questo punto l'allievo diventa maestro ed è in grado a sua volta di insegnare il karaté. Si calcola che su dieci allievi uno solo riesca a conqui-

stare l'ambita cintura nera tanto è difficile il lavoro da compiere. Conoscere l'arte di immagazzinare e sviluppare in un'infinitesima parte di secondo tutta la forza che uno possiede per trasferirla in un colpo rapidissimo, nella maggior parte dei casi mortale, non è certo da tutti. Sono necessari tra l'altro dei riflessi prontissimi che si possono acquistare solo a prezzo di un accuratissimo allenamento e di una vita senza vizi.

« Non dia retta » ci ha confidato il maestro Malatesti. « Non dia retta a coloro che le dicono come sia facile per un « karate-man » spezzare con un colpo di taglio un'asse di quercia dallo spessore anche di quindici centimetri o frantumare con un colpo di piede dieci tegole di argilla. Ci sono di questi fenomeni, sì, ma son fenomeni da baraccone. L'insegnamento del karaté non deve mirare a questo esibizionismo. Deve soprattutto sviluppare nell'allievo, oltreché la forza e la sicurezza in sé stesso, che è la base del successo nella vita, anche un senso di autocontrollo. In una parola: fuori di palestra un karateista deve essere un uomo normalissimo come tanti altri. Non deve esibire né attaccar briga. Quel che sa deve tenerlo per sé. Le cinque cinture nere che sono uscite dalla mia scuola — ha concluso il maestro Malatesti — sono bravissime. Io stesso non vorrei incontrarmi sul tappeto sul serio con loro. Ma in palestra. Paesi ognuno sa stare al suo posto. E se per caso litiga non mette in atto un solo colpo che da me ha imparato ».

Serietà ed obbedienza sono dunque alla base di questo sport. Dello sport, più micidiale e nel contempo più misterioso che esista.

(Ringraziamo il maestro Giordano Giacomelli che ha messo a nostra disposizione questo articolo, apparso sul Giornale del mattino verosimilmente nei primissimi anni 60. Esso getta luce sui romantici e leggendari esordi del karate in Italia).

In una palestra fiorentina venti uomini si stanno allenando. Non sono calciatori o ciclisti, non fanno dell'atletica o del basket o del rugby. La lotta è la loro specialità. Sono «karate-men», imparano cioè il karaté. I loro nomi certo non li troverete nelle cronache sportive dei quotidiani specializzati o no. Non sono celebri, né in fondo tengono ad esserlo. Sono semplicemente degli operai, degli impiegati, dei professionisti che a lavoro terminato vanno in palestra e si sottopongono ad ore ed ore di estenuante lavoro, mettendo a durissima prova i loro nervi ed i loro muscoli. Ben pochi in verità sanno che cos'è il karaté. In Italia si è arrivati al massimo a conoscere il judo soprattutto grazie alle esibizioni, talvolta per la verità anche piuttosto modeste, che la TV sovente ci regala. Il karaté invece era sconosciuto fino a tre anni fa e lo è praticamente tuttora anche se qua e là si vanno formando delle società volute dai pochissimi appassionati di questo sport. Firenze è stata un po' la culla del karaté: questo in virtù dell'instancabile lavoro del maestro Malatesti, una cintura nera di III «dan» di judo e karaté autorizzato dalla Federazione giapponese e che ricopre anche la carica di vicepresidente della Federazione europea che ha sede a

Parigi.

Il karaté (la parola significa letteralmente in giapponese “mani nude”) è un connubio tra judo e boxe cinese. Si combatte con le mani ed i piedi che divengono vere e proprie armi micidiali. E’ considerato in Giappone un’arte marziale a somiglianza dello stesso judo, del tiro con l’arco e del kendò (scherma con la katana, la pesante sciabola ricurva, l’arma delle leggendarie imprese dei Samurai).

Nacque il karaté in Cina, circa millecinquecento anni or sono. Lo crearono i missionari buddisti che per difendersi dai continui assalti dei predoni che infestavano il paese, studiarono i punti vulnerabili del corpo umano (sono circa quaranta) e finirono col mettere a punto un metodo di lotta atto ad abbattere un avversario causandone con appropriati colpi di piede o di mano, paralisi locali o gravi fratture. Tale sistema di difesa e offesa fu poi perfezionato dagli abitanti dell’isola di Okinawa.

Semplicissimo è il principio sul quale si basa il karaté. E’ a tutti noto infatti che il corpo umano presenta tre superfici dette “di getto”. Esse sono: la mano, il ginocchio e la pianta del piede. Ecco le armi del karateista. Più specificatamente, mentre col ginocchio si può colpire in una sola direzione, cioè in avanti, con la pianta del piede si può colpire sia in avanti come indietro. La mano invece presenta diverse superfici: una appunto è il pugno proteso, un’altra il pugno laterale, in modo cioè da colpire con i lati della mano, poi il taglio della mano, infine l’estremità delle tre dita, indice, medio e anulare nel cosiddetto “colpo di picca”.

I combattimenti si svolgono in due maniere: convenzionali (ovvero i due allievi abbozzano le mosse senza portare a compimento il colpo) oppure liberi, cioè colpendo effettivamente con forza. In questo caso i contendenti hanno l’obbligo di indossare sotto il costume tradizionale, il judogi (è lo stesso dei judokas) una speciale armatura con la superficie interna in gomma piuma e quella esterna in vimini o cuoio. Le probabilità di incidenti sono così assai limitate. Certo lividure ed ematomi sono un po’ all’ordine del giorno anche in allenamento.

Come si diventa “karate-man”? L’allievo scelto dopo una minuziosa selezione (il karaté viene insegnato solo a persone degne della massima fiducia e moralmente ineccepibili) sostiene per un paio di settimane allenamenti atletici soprattutto miranti a far fiato, ad irrobustire il fisico ed a snellire l’addome. Successivamente apprende le cadute, le proiezioni, i colpi di piede volanti.

Poi per ore ed ore, l’allievo si sottopone ad un duro lavoro al sacco, una specie di manichino in gomma piuma, sabbia, segatura e vimini. Deve colpire con le sue superfici di “getto” in tutte le direzioni fino a rendere mani e piedi duri come il ferro. Occorrono almeno due anni prima di passare alla conoscenza dei colpi mortali. Infine gli esami per le “cinture”. Prima quella marrone; dopo almeno un anno, quella nera. A questo punto l’allievo diventa maestro ed è in grado a sua volta di insegnare il karaté. Si calcola che su dieci allievi uno solo riesca a conquistare l’ambita cintura nera tanto è difficile il lavoro da compiere. Conoscere l’arte di immagazzinare e sviluppare in un’infinitesima parte di secondo tutta la forza che uno possiede per trasferirla in un colpo rapidissimo, nella maggior parte dei casi mortale, non è certo da tutti. Sono necessari tra l’altro dei riflessi prontissimi che si possono acquistare

solo a prezzo di un accuratissimo allenamento e di una vita senza vizi.

“Non dia retta” ci ha confidato il maestro Malatesti. “Non dia retta a coloro che le dicono come sia facile per un “karate-man” spezzare con un colpo di taglio un’asse di quercia dello spessore anche di quindici centimetri o frantumare con un colpo di piede dieci tavole di argilla. Ci sono di questi fenomeni, sì, ma son fenomeni da baraccone. L’insegnamento del karate non deve mirare a questo esibizionismo. Deve soprattutto sviluppare nell’allievo, oltreché la forza e la sicurezza in se stesso, che è la base del successo nella vita, anche un senso di autocontrollo. In una parola: fuori di palestra un karateista deve essere un uomo normalissimo come tanti altri. Non deve esibirsi né attaccar briga. Quel che sa deve tenerlo per sé. Le cinque cinture nere che sono uscite dalla mia scuola – ha concluso il maestro Malatesti – sono bravissime. Io stesso non vorrei incontrarmi sul tappeto sul serio con oro. Ma in palestra. Fuori ognuno sa stare al suo posto. E se per caso litiga non mette in atto un solo colpo che da me ha imparato”.

Serietà ed obbedienza sono dunque alla base di questo sport. Dello sport più micidiale e nel contempo più misterioso che esista.