

# Chan Heung

Il gran Maestro del

# Choy Lay Fut

di Gianni De Nittis

Gli uomini saggi non muoiono, perché sanno vivere nelle cose, non cadono nell'oblio della dimenticanza, vivono nei meandri della storia. Il canto tramandato di bocca in bocca è portatore di valori, usi e costumi dei popoli antichi. Il maestro di kung fu che tramanda la sua arte è il poeta che canta degli antichi eroi. È un uomo che non muore, il suo essere è imprigionato nei movimenti che egli stesso raggruppa, per creare la sua arte del combattimento. Egli plasma le istintualità, ricreando la perfezione del movimento come mezzo che conduce alla riscoperta dello spirito.

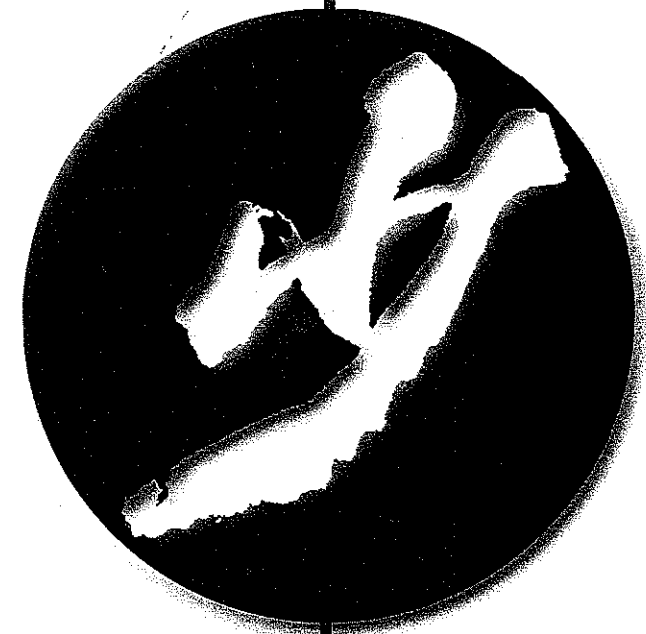
Il gran maestro Chan Heung può essere ricordato non solo come colui che ha creato uno stile di kung fu, il Choy Lay Fut, ma anche e soprattutto come una delle espressioni più complete dell'artista marziale. La sua fedeltà ai suoi maestri e la sua continua, incessante, ricerca della perfezione della sua arte ne sono un esempio.

Chan Heung nasce nel 1806 nel piccolo villaggio King Mui nella provincia di Kwangtung.

All'età di circa 7 anni inizia lo studio del kung fu sotto la guida attenta di suo zio Chan Yuen Woo, che era stato a suo tempo un famoso combattente del tempio di Shaolin.

Il giovane dimostra subito una spiccata predisposizione nell'arte del kung fu e non a caso, già all'età di 13-14 anni sconfisse diversi praticanti della sua regione. Il giovane Chan Heung si dimostra così sempre più impaziente nel suo desiderio di conoscenza del kung fu. Per questo Chan Yuen Woo capisce, avendo visto il grado di maestria raggiunta dal nipote, che ormai i suoi insegnamenti sono troppo limitati per lo spirito impetuoso del giovane. È così, allora, che lo zio manda il giovane Chan Heung, diciassettenne, ad allenarsi con Lay Yan San. Chan Yuen Woo sa che Lay Yan San, uno dei migliori praticanti, suo ex compagno di studi al tempio di Shaolin, avrebbe potuto forgiare ulteriormente il giovane Chan Heung nell'arte del kung fu Shaolin. E di fatto per altri 4 anni Chan Heung si allena incessantemente sotto la guida attenta di Lay Yan San. Il potenziale del giovane supera ormai quello di Chan Yuen San e di Lay Yan San, ed è proprio quest'ultimo a consigliargli di raggiungere il monaco Shaolin Choy Fook che vive in eremitaggio sul monte Lau Fu. Tuttavia trovare il monaco non è facile e per questo Chan Heung deve far ricorso a tutta la sua forza di volontà e al suo desiderio di conoscenza per riuscire nell'impresa. Alla fine, però, l'instancabile Chan Heung, riesce a trovare il monaco, ma la reazione di questi non è promettente. Difatti quando presenta la lettera di presentazione scritta da Lay Yan San al monaco Choy Fook, questi la getta via dicendo al giovane che avrebbe potuto insegnargli solo i principi del buddismo e non la pratica del kung fu.

La reazione di Chan Heung è audace, decide di restare col monaco, sperando che un giorno si decida ad insegnargli. Così inizia a studiare il buddismo con il monaco e ad allenarsi nel kung fu di nascosto. Una mattina, mentre Chan Heung si stava allenando in un bosco di bambù a colpire pietre lanciate in aria prima che queste cadano a terra, appare all'improvviso il monaco Choy Fook che chiede al giovane di calciare un grande masso ad una distanza di almeno 4 metri.



## Articoli

Il sifu Gianni de Nittis collabora attivamente ad alcune riviste specializzate nel settore delle arti marziali e in particolare del kung fu. Diversi suoi articoli sono già stati pubblicati e molte sono state le manifestazioni di stima ricevute da parte di altri maestri e praticanti di kung fu. Gli articoli del sifu de Nittis spaziano dalla storia del kung fu e dei suoi antichi maestri alla trattazione di particolari tecniche di combattimento.

Riportiamo qui a seguito solo un paio di esempi: :

(dalla rivista Enertao)

### IL KUNG FU TRADIZIONALE E IL SISTEMA FAMILIARE

E' l'ora del tramonto nello sperduto villaggio del sud della Cina. Un vecchio muove armonicamente il suo corpo, in un silenzio di pace. Un giovane lo segue, senza parlare, senza obiettare. E' un'immagine quasi fiabesca, racchiude in sé lo spirito, le attese, i bisogni del praticante di kung fu tradizionale. Chi è quel giovane? E chi, quel vecchio? Si tratta del maestro e dell'allievo, le figure di sempre della cultura cinese. L'occidentale di oggi, le guarda con rispetto, quasi rimpianto...poi le cerca, le trova. Esistono templi di valori anche nel mondo di oggi. Sono le scuole di kung fu tradizionale, non quei luoghi in cui si tenta di ricreare a tutti i costi la piccola Cina, con un modo di vivere il passato improduttivo, non quei luoghi in cui c'è bisogno di teatreggiare gli eventi del passato, per sentirli più vicini. E' scuola di kung fu dove un gruppo si riunisce per seguire il proprio Sifu ("padre" o "maestro"), con un solo scopo: crescere. E' scuola di kung fu anche il prato, o il bosco dietro l'angolo. Nella Cina antica il kung fu era un'arte trasmessa da "padre" in "figlio", con i segreti di famiglia. Il Sifu insegnava ai suoi allievi che dovevano, innanzi tutto, essere uomini retti, rispettarlo e rispettarsi. Così imparavano gli allievi, come imparava il maestro, che doveva saper essere umile e rigoroso allo stesso tempo. Chi crede che tutto ciò sia un'illusione si sbaglia, anche oggi esistono famiglie di kung fu. Una è la "WU WEI - TRADITIONAL CHINESE KUNGFU ASSOCIATION" creata dal Sifu de Nittis, l'altra è la "LEE KOON HUNG CHOY LAI FUT KUNG FU ASSOCIATION" guidata dal Maestro Li SIU HUNG. Fratello del Gran Maestro Lee Koon Hung, il Maestro Li è diretto discendente dello stile Choy Lay Fut (Hung Sing). Non si tratta di un uomo gonfio di titoli e di onori, o di chi fa della sua arte "mestiere", chiedendo di essere ben pagato per "vendere" i suoi insegnamenti. Egli è il saggio che pratica con i suoi allievi e che insegna anche con i

suoi silenzi. Dal 24 al 29 Ottobre il Maestro Li Siu Hung, insieme al suo capo istruttore statunitense Joe Keit, sono stati ospiti del Sifu de Nittis. Per gli allievi della scuola Wu Wei è stata un'esperienza indimenticabile. Hanno tratto il loro primo insegnamento nel saluto fraterno tra il loro Sifu, il Maestro Li e Joe Keit. C'era qualcosa di più profondo che li univa, qualcosa che va al di là della nazionalità e della lingua. I tre si consideravano "fratelli di kung fu", e lo hanno dimostrato nel come vivere e praticare il kung fu. Quando il Sifu de Nittis ha consegnato al Maestro Li la targa con la scritta "good master is humble master" (un buon maestro è un umile maestro) ha colto nel centro la personalità del maestro cinese. Il Maestro Li, invece, ha sorpreso tutti consegnando al Sifu de Nittis una placca, che lo fa membro onorario della L.K.H.CHOY LAY FUT ASSOCIATION, (è la prima volta che ad un maestro italiano viene consegnata una onoreficenza di questo tipo). Questo dimostra l'eterno legame tra "padre" e "figlio", "maestro" e "allievo".

Chi apre la porta della sala dove gli allievi si allenano, troverà il "fratello minore" aiutato da quello "maggiore", il maestro consigliere gli allievi più anziani, ognuno praticare con rispetto e lealtà. Una frase del Sifu de Nittis, che gli allievi ritengono fondamentale per una giusta pratica del kung fu, è: "Ogni allievo è lo specchio riflesso del suo maestro, per questo diventare un buon maestro vuol dire essere un buon allievo".

E' uno squarcio di Cina antica? E' troppo per dirlo, chissà forse non c'è mai stata una Cina antica come la si dipinge. E' però un luogo dove il kung fu è stile di vita, via da percorrere insieme. Vedere ragazzi e ragazze, uomini e donne di ogni età, sudare ed esercitarsi con negli occhi la luce di chi crede in ciò che ha intrapreso, di chi sa che non è solo, cosciente di essere parte di un gruppo, unito dal kung fu e libero dalle ambizioni, dall'orgoglio, dalla competitività. Questa è una vera famiglia di kung fu!

Chan Heung ci riesce, ma il monaco, senza alcuno sforzo apparente, rifà lo stesso esercizio lanciando la roccia ad una distanza quattro volte maggiore. Vista la straordinaria dimostrazione di forza Chan Heung si inginocchia davanti al monaco chiedendo di insegnargli il suo kung fu. Questa volta Choy Fook acconsente alla richiesta del giovane.

Per 8 anni Chan Heung si perfeziona con Choy Fook nello studio del kung fu e nei principi del buddismo. All'età di 29 anni torna nel suo paese natale (King Mui) e decide di insegnare il suo nuovo stile, nato dalla combinazione di tutte le sue esperienze in campo marziale. Per onorare i suoi 3 maestri chiama il suo stile Choy Lay Fut, dove Choy sta per il monaco Choy Fook, Lay per Lay yann San e Fut (Budda) per onorare suo

zio e l'origine buddista dell'arte, che come disse lui stesso "mi fu tramandata da Shaolin"

Da allora il Choy Lay Fut diventa uno dei più popolari sistemi di combattimento in Cina, tanto da essere usato nella lotta contro i governi Ch'ing e nella famosa rivolta dei boxers (1899-1900).

Le caratteristiche che lo portano ad essere uno degli stili più temuti al mondo sono innanzitutto la rapidità con cui viene portato il colpo e la sua efficacia nel combattimento. Si tratta di tecniche che ai rapidi spostamenti di gambe tipici del nord, uniscono i rapidi movimenti di braccia tipici degli stili del sud.

Non a caso uno dei motti che si tramandano di questo stile è "muovi il bastone con la potenza sferzante della coda di drago. Estrai un poderoso pugno come la tigre maestosa solleva il suo corpo verso un intruso"

Il Choy Lay Fut racchiude in sé lo spirito e la materialità di un'arte marziale. La sua storia è frammento di vita nel tempo, espressione di un momento storico.

Così se l'arte del combattimento, in un primo tempo nasce dalla necessità di non soccombere in guerra, diviene poi applicazione di spiritualità e filosofia. Il maestro che insegna all'allievo la sua arte, vive in essa.

La storia di Chan Heung è storia di dedizione e ricerca del kung fu, è storia di impegno e sofferenze, è storia soprattutto di rispetto. Rispetto per i grandi maestri, rispetto per le tradizioni. È proprio questo che lo ha spinto a non chiamare lo stile col suo nome, ma con quello di chi glielo aveva insegnato, per ricordare ai posteri ciò che aveva imparato dagli antichi maestri di Shaolin.

#### Sifu Gianni De Nittis

Inizia la pratica del kung fu all'età di 8 anni e da allora continua a studiare e perfezionarsi in numerosi stili, quali: Choy Lay Fut, Hung Gar, Shaolin ecc. Nel 1999, a Parma, fonda la "Wu Wei traditional Chinese Kung Fu Academy" dove con umiltà e sacrificio prosegue la sua opera di divulgazione del kung fu tradizionale.

