

## IL WING CHUN DI PAN NAM

Se la storia ci ha insegnato qualcosa, è che spesso la verità è figlia di una incontrovertibile variabilità di opinioni, fatti e personaggi. La ricerca sulle origini e tradizioni (in qualunque ambito) assume, così, un carattere nebuloso ed amletico, facendoci scontrare tra la verità che vorremmo e la verità che abbiamo interpretato. La verità può, quindi, assumere diverse forme e dimensioni. Questo è particolarmente vero per il kung fu cinese, da secoli avvolto da una fitta nebbia di mistero, ma, proprio per questo, ancora più affascinante. Dalle sue prime apparizioni nel mondo occidentale, per mano uno dei suoi più illustri personaggi *Bruce Lee*, allievo del *GM Yip Man*, lo stile Wing Chun ha, con il tempo, assunto un carattere internazionale. Ad oggi lo stile è identificato con *Yip Man* e le figure leggendarie di *Ng Mui* e *Yim Wing Chun* che si pensa siano i soli fondatori del sistema. Il conseguente marketing sulla nomenclatura “wing chun” ha prodotto misconoscenza e superficialità, grazie anche forse ad insegnanti che a volte non vedono oltre il proprio “pugno”.

In realtà esistono differenti e distinte branche (*Lee Shim, Pan Nam, Yip Man, Yuen Kay-San, Gu Lao, Hung Suen...*) di questo antico sistema di kung fu, sopravvissute ai

grandi rivolgimenti storico-politici della attuale Repubblica Popolare Cinese. Anche se le origini reali sono sconosciute ed imperscrutabili, per diverso tempo molti di questi sistemi sono rimasti retaggio di pochi maestri, che hanno contribuito a conservare l'autenticità del sistema, ma contribuendo involontariamente a creare un enorme confusione sulle origini e lo sviluppo del sistema.

Il kung fu del *GM Pan Nam* rappresenta una delle espressioni più dirette del Wing Chun di *Siu Lam* (Shaolin).

Conosciuto anche come *Hak Min Nam* (Nam dalla faccia nera, a causa di una grossa macchia nera sul viso), Pan Nam iniziò lo studio del wing chun dapprima sotto la guida di *Jiu Chao* e successivamente divenne discepolo diretto di *Lai Hip Chi*. Visse ed insegnò per quasi tutta la sua vita a Fushan, ricevendo anche diversi riconoscimenti dal governo cinese (lo stesso Mao Tse Tung lo dichiarò depositario dell'autentico kung fu cinese) insegnando anche presso la “Jing Wu Athletic Association” di Fushan. Tuttavia, secondo le regole di una tradizione secolare fu solo a pochi allievi “a porte chiuse” (tra questi *Chong Yin-Cheung* o *Eddie Chong* suo ultimo allievo diretto) che Pan Nam consegnò le “chiavi” della propria conoscenza.

L'origine del Wing Chun di Pan Nam inizia con la formazione del “*Tian Di Hui*” (Società del Cielo e della Terra), organizzazione rivoluzionaria anti-Qing nata intorno al 1670 d.c.

Pan Nam raccontava di come nella provincia dello Hunan, sulle montagne Hengshan, una maestra di kung fu del tempio Shaolin insegnò il suo sistema senza nome ad uno studente di nome *Tan Sao Ng*, responsabile dei costumi per una compagnia di opera Hunanese, ad attività rivoluzionaria. Dopo aver completato il suo addestramento, Ng fu costretto a scappare dall' Hunan e a rifugiarsi nel Guangdong, più precisamente a Fushan. Qui fondò l' Hung Fa Wui Goon (L'unione del fiore rosso) compagnia d'Opera dove Tan Sao Ng insegnò il suo kung fu, più tardi conosciuto come “Wing Chun Kuen”.

Il nome dato allo stile deriva secondo questo tipo di tradizione da “Wing” in memoria di Chan Wing-Wah, fondatore della “Società del Cielo e della Terra”, e da “Chun”: la combinazione di tre caratteri “tai” (grande), “yat” (sole), “tien” (cielo), riferiti alla restaurazione della dinastia Ming.



Dal punto di vista tecnico le differenze tra lo stile di *Pan Nam* ed altre branche dello stesso sistema, risultano evidenti soprattutto nei principi

(es. il pugno centrale (*jik chung chui*) non parte dal centro del petto, ma segue la linea della spalla, ad alcuni livelli del chi sao il praticante non ruota le braccia ma cerca di controllare e immobilizzare l'avversario utilizzando il bagaglio tecnico sia delle forme a mani nude che dell'uomo di legno (*muk yan jong*), etc..).

La posizione di base “*yee jee kim yeung ma*” ricorda molto quella del sistema Shaolin “*sei ping ma*” (posizione del cavaliere), con le gambe distanti fra loro quanto la larghezza delle spalle e le punte dei piedi rivolte in avanti. Questo tipo di posizione permette di avere una base solida per acquistare dinamismo, velocità e potenza nei movimenti e migliorando lo sviluppo del *Qi*. Difatti ogni forma viene eseguita dapprima lentamente (circa cinque minuti ognuna) proprio per la coltivazione del “Qi esterno”. Evidenti appaiono le influenze di altri sistemi tradizionali (l'artiglio d'aquila, la mantide religiosa, tai ji quan etc...) sia nelle singole tecniche (es. “*huen sao*”, “*bong sao*”) sia nell'intero sistema costituito da:

- tre forme a mani nude (*siu nim tao, chum kiu, biu jee*)
- l'uomo di legno (*Muk yan jong*)
- il bastone lungo (*Luk dim boon gwun*)
- i coltelli a farfalla (*Fu mei seung dao* o “doppi coltelli a coda di tigre”)
- gli esercizi di *Qi Qong* (*Ng jee mui* o “cinque petali di prugno”)
- esercizi a coppie (*At yiu* “premere l'anca” e *Chi sao* “mani appiccicose”)

