



## Le tecniche della Muay Boran: dalla tradizione ai giorni nostri

### Descrizione

Ai giorni nostri la Muay Thai tradizionale si è sviluppata fino a diventare un popolare sport da ring, diffuso in tutto il mondo. Nonostante il nome quest'ultimo differisce molto dalla Muay Boran; che andremo oggi proprio ad analizzare.

Questo grande sviluppo ha fatto sì che si creasse confusione tra il Muay ancestrale e lo sport della Thai, non tutti ricordano che la Box Thailandese, professionale o dilettantistica, deriva dalla applicazione di regole e limiti tecnici imposti alle forme di combattimento studiate in passato in Thailandia come Arti di guerra.

Un chiaro esempio delle azioni pericolose bandite dal contesto sportivo sono tutte le tecniche in stile marziale impiegate nella Muay Boran, come ad esempio i calci nelle parti basse, i pugni a martello, i pugni con le nocche e il dorso della mano, le pressioni sulle parti molli (occhi- gola-genitali), i colpi di gomito alle vertebre o alla nuca, gli attacchi frustati a mano aperta, i colpi di palmo, le testate, molte prese di lotta come quelle alle gambe, numerosi tipi di proiezioni, le leve agli arti, al collo e gli attacchi alla spina dorsale, i soffocamenti ecc ...

## **In un remoto passato, i Maestri di Muay dell'antico Regno del Siam misero a punto un sistema di lotta adattato alle diverse esigenze locali**

Nel combattimento sportivo pur estremamente duro e impietoso, per fini di salvaguardia dei contendenti, "solo" i colpi di pugno portati con il guantone da pugilato, i calci, le gomitate e le ginocchiate ed un numero limitato di prese e proiezioni sono attualmente ammesse come azioni offensive, ritenendo molte tecniche praticate nella Muay tradizionale troppo pericolose e potenzialmente letali.

In un remoto passato, i Maestri di Muay dell'antico Regno del Siam, pur se sparsi in regioni del Regno lontane tra loro, grazie alle occasioni di incontro pubbliche, misero a punto un sistema di lotta basato sui principi comuni, adattato alle diverse esigenze locali con il risultato di ottenere uno stile di

combattimento molto variegato e sofisticato.

## **Gli stessi nomi dati alle tecniche di combattimento potevano differire perché assegnati ad un dato movimento da Maestri provenienti da diverse regioni, ma in realtà si riferivano a principi ed azioni analoghe**

I pilastri su cui si fondava ogni corrente stilistica e conseguentemente l'intero "corpus" della disciplina erano e sono tuttora rappresentati dalle forme base dette Mae Mai Muay e le forme accessorie dette Look Mai Muay.

Tutto il bagaglio fondamentale di principi, strategie, tattiche ed azioni offensive e difensive del Muay è contenuto nelle forme suddette codificate nel corso dei secoli nel numero standard di 15 Mae Mai e 15 Look Mai, le forme base ed accessorie vengono sempre studiate con un gran numero di varianti estremamente importanti, portando il numero totale a 108 tecniche.

## **Oltre alle fondamenta del sistema, ogni Maestro del passato remoto più recente ha nel tempo affinato, testato ed in seguito codificato un numero variabile di tecniche indispensabili per apprendere l'uso delle armi naturale del corpo, dette Chern Muayed**

Un numero in continua evoluzione di difesa e contrattacco avanzate, dette Kol May Muaythai, il livello più alto da raggiungere per ogni praticante di Muay Boran è rappresentato dallo studio e dall'applicazione delle Kon Mai Muay, attraverso le quali è possibile raggiungere le radici di ogni corrente stilistica, sia sotto l'aspetto teorico che sotto quello dell'aspetto pratico.

I colpi particolari portati con varie parti della mano, chiusa o aperta, gli attacchi portati con le anche, le spalle, gli avambracci, così come le torsioni o le rotture articolari o i colpi multipli (due o tre attacchi contemporanei) eseguiti direttamente o con salti, sono solo una parte dell'enorme bagaglio tecnico offerto dalle Kon Mai, anni di studio e di pratica appassionata sono necessari per tali movimenti complessi parte integrante degli automatismi del vero combattente di Muay.

Oltre alle difficoltà intrinseche di tali tecniche avanzate, come le forme base ed accessorie, anche per le Kon Mai la nomenclatura può rappresentare in prima battuta un notevole ostacolo all'apprendimento, i nomi complessi utilizzati traggono origine dal poema epico Ramakien (versione Thai del Ramayana indiano) o in altri casi dalle azioni tipiche degli animali reali o mitologici, o semplicemente da atti di tutti i giorni, facili da ricordare.

## **Certamente non per un thailandese, ma per un appassionato straniero la confusione creata da tali nomi non è da sottovalutare**

Inoltre, come avviene per le Mae Mai, anche nel caso delle Kon Mai ad uno stesso nome non necessariamente corrisponde la stessa tecnica, nella interpretazione di due diverse scuole , un esempio per tutte è la Kon Mai detta Narai Ban Sian che, per alcuni Maestri rappresenta un colpo di pugno alla tempia, mentre per altri indica un calcio circolare al collo.

E come detto questo non è un caso unico, da tutto ciò, quindi, deriva la necessità imprescindibile di studiare queste tecniche avanzate sotto la continua guida di un Kru Muay esperto, con il rischio in caso contrario di essere indotti continuamente in errore acquisendo difetti gravi difficili da correggere.

Ai fini di una reale completezza l'IMBA ha da sempre voluto inserire nei propri programmi tutte le impostazioni stilistiche provenienti dalle varie regioni del Siam, al fine di fornire ai praticanti di Muay Boran un panorama completo delle possibilità tecniche offerte dal Muay tradizionale, e le tecniche Kon Mai Muay non fanno eccezione a questa regola.

Come si usa dire in Thailandia, il combattimento interpretato nel Muay è come una cascata di gocce d'acqua che cade sulle foglie di loto, le gocce d'acqua seguiranno il contorno delle foglie in maniera armonica e fluida, giungendo inesorabilmente al loro obiettivo da tutte le direzioni.

È questo che deve fare il combattente di Muay, adottando tutti i micidiali mezzi tecnici di cui dispone per aggredire e sconfiggere l'avversario.

## Note

- Foto di copertina ([Wikimedia Commons](#))
- Grafica copertina ©RIPRODUZIONE RISERVATA

---

### Data

03/04/2025

### Data di creazione

19/09/2022

### Autore

paolo-algisi