



## [PRATICHE DI LOTTA] Le Arti Marziali: ed in Oriente?

### Descrizione

**Secondo la leggenda fu Bodhidarma, nel 520 d.C. a portare in Cina una serie di esercizi che fondevano aspetti di pratiche per la salute a movimenti di lotta**

Secondo la leggenda fu il monaco indiano [Bodhidarma](#), nel 520 d.C., a portare in Cina presso il tempio dei Monaci Shaolin ad Honan una serie di esercizi (**18 per la precisione**) che fondevano aspetti di pratiche arcaiche per la salute ed il vigore fisico a movimenti di lotta e pugilato.

Questi primi 18 esercizi vennero in seguito sviluppati in vari altri movimenti e forme dando origine a diversi metodi di lotta disarmata, con strumenti e armi bianche.

L'ipotesi ulteriore è che dalle feconde terre del Nilo si siano formate due grandi e forse collegate linee di pratica marziale:

- **La prima in Occidente**, che ebbe come madri la cultura greca, i popoli indo europei (Celti in testa) ed i romani;
- **La seconda ad Oriente**, che ebbe come padri i persiani, gli indiani e la culla nella vastità delle terre cinesi.

Tutto ciò che venne dopo mantenne senza dubbio il patrimonio genetico iniziale, ma modellò necessariamente al proprio ambiente e condizioni, le pratiche guerriere scoperte e tramandate, che si diffusero nel corso dei secoli divenendo espressione compiuta delle diverse realtà geografiche.

## Pratiche di lotta, ed altrove?

Ad Oriente l'India, la Cina con centinaia di scuole e stili di Kung Fu, il Giappone con altrettanti stili discendenti dall'antico Bujitsu, la Corea con l'antica arte dei guerrieri Hwarang e persino la piccola isola di Okinawa con il Te-Kobudo una pratica armata e disarmata dalla quale alcuni studiosi vogliono derivi il Karate.

Nel **sud est asiatico** le arti guerriere trovarono forte sviluppo in diversi paesi tra loro vicini come la

Thailandia (Muay Thay), il Vietnam (Vo- Viet  $\hat{a}$ ??Vo  $\hat{a}$ ?? Dao), la Birmania con il Bando e all $\hat{a}$ ??estremo sud lâ??insieme di isole e arcipelaghi costituiti da Filippine Indonesia e Malesia (Bersilat-Silat, Kali) sinteticamente questa  $\hat{A}$  la mappa marziale ad Oriente.

Sono nate altre discipline, anche su studi recenti legati agli aspetti difensivi, come il Krav Maga israeliano.

## Conclusioni

Finisco questa breve carrellata dicendo che câ?? $\hat{A}$  stata una forte e straordinaria forza evolutiva nelle arti marziali, anche se in alcuni casi non si pu $\hat{A}$ <sup>2</sup> pi $\hat{A}$ <sup>1</sup> definire un $\hat{a}$ ??arte marziale, ma una lotta senza alcuna regola ed all $\hat{a}$ ??ultimo sangue!

## Note

- Foto di copertina [File \(Wikimedia Commons\)](#)
- Grafica copertina  $\hat{A}$ ©RIPRODUZIONE RISERVATA

---

### Data

19/09/2024

### Data di creazione

19/09/2022

### Autore

paolo-algisi