



Wing Tsun

# Wing Tsun

Intervista a Sifu Laguardia Cosimo 3° T.G.

## L'arte... "Reale"

**Budo:** salve Maestro, grazie per aver accettato la nostra intervista

Sifu: Grazie a voi per la disponibilità

**Budo:** Lei oltre che essere un Istruttore qualificato a livello internazionale nel WingTsun, in seno alla EWTO (European WingTsun Organisation) di G. Master K.R. Kernspecht, è anche un esperto nella formazione di operatori della sicurezza e delle Forze dell'Ordine; come si pone il WingTsun nei confronti dell'evoluzione di "un certo tipo di violenza" che sempre più frequentemente le ultime cronache riportano?

Sifu: Innanzitutto è fondamentale specificare alcune cose: come Istruttore e formatore di WingTsun molto del

lavoro che svolgiamo è finalizzato ad aiutare i nostri studenti a comprendere appieno l'effettivo potenziale di ognuno, partendo soprattutto dalle limitazioni che ogni situazione reale naturalmente presenta, e pertanto fornire ad ognuno i mezzi per capire quanto la sicurezza è di certo un valore da perseguire ma che non esiste sicurezza senza prevenzione. In Italia la prevenzione non dovrebbe essere un problema del cittadino, almeno in forma teorica, in quanto c'è già un ordinamento che prevede che sia lo Stato a dover farsene carico, assicurando la sicurezza di ognuno; sebbene è facile comprendere che questo è più un'approccio concettuale e non realmente perseguibile, dato che l'indirizzo della nostra legislazione è

storicamente orientata alla repressione e poco o niente in senso preventivo. Basti guardare alle cronache per rendersi conto di come migliaia di individui senza scrupoli, pericolosi e brutali, nonostante siano ben noti alle forze dell'ordine, si aggirano indisturbati commettendo atti criminosi, spesso uguali e reiterati. Così come non c'è la possibilità di adottare provvedimenti restrittivi contro chi commette per esempio "reati minori" ma che per modalità e violenza, fisica e psicologica, in effetti "minori" non sono; e mi vengono in mente i casi di Stalking o le aggressioni fisiche in genere; una sorte di "fine annunciata", che sfocia spesso in un delitto o in un atto violento dalle conseguenze drammatiche. Quello che realmente manca è l'educazione



alla formazione individuale di ognuno a tenere comportamenti improntati alla acquisizione di conoscenze di base di gestione dei conflitti interpersonali, e del linguaggio paraverbale, che portano ad un livello di sicurezza evidentemente maggiore.

**Budo: il WingTsun come può aiutare in un contesto del genere e con le necessità attuali di gestire eventi spesso gravi e inaspettati, che scaturiscono sempre più frequentemente partendo da situazioni spesso banali e apparentemente non significative?**

Sifu: La mia personale opinione è che c'è bisogno di un modello rinnovato di concetto di sicurezza e di offerta di sicurezza, che deve puntare soprattutto ad una responsabilizzazione individuale, favorendo l'acquisizione di comportamenti che agiscano, nei fatti, come prevenzione degli atti criminali. Nel caso delle Forze dell'Ordine per invece, c'è bisogno di un piano di offerta formativa che deve essere inteso come percorso di "formazione continua"; un'approccio serio e professionale che internazionalmente è ormai un "modus operandi acquisito", mentre sul nostro territorio nazionale nella stragrande maggioranza dei casi manca addirittura la "formazione di base" che spesso laddove in alcuni casi si realizza, si concretizza in un formazione di poche ore, con "tecniche" esclusivamente estrapolate dal repertorio tecnico Marziale; con programmi obsoleti, e non personalizzati, che non tengono conto della realtà delle esigenze di protezione e autodifesa in contesto reale.

Come Accademia Internazionale WTOI, la sede di Livorno, grazie al professionale operato di Master Filippo Cuciuffo, è da anni indirizzata alla formazione concreta e reale attraverso l'insegnamento del WT con programmi che integrano tecniche di elevato valore pratico con l'acquisizione di competenze che siano finalizzate a implementare tutte le più moderne "tecniche" di gestione dei conflitti e di de-escalation e non da ultimo di autodifesa rapida ed efficace, contro le più frequenti tipologie di aggressione fisica. Stiamo parlando di azioni violente rivolte contro la persona che soprattutto negli ultimi anni, vede nell'alcool e nella droga uno dei suoi "detonatori" più potenti, capace di liberare i naturali freni inibitori di ognuno, lasciando libero sfogo a violenze gravissime, spesso di gruppo o come spesso riportano le cronache, casi di efferati crimini, commessi da persone assolutamente "normali" che non sono inquadrabili in nessuna categoria a rischio. Un reale percorso di sicurezza

deve quindi prevedere una corretta formazione alla prevenzione, attraverso la quale si acquisiscano le conoscenze necessarie per adottare tutte le misure, i comportamenti, le azioni, utili a ridurre il rischio di essere coinvolti in simili eventi, acquisendo la consapevolezza che spesso i comportamenti violenti altrui sono una diretta conseguenza di nostre azioni volontarie e non, più o meno consapevoli, che portano ad una escalation spesso irreversibile. Serve una cultura della prevenzione da cui scaturiscano comportamenti adeguati e finalizzati a sviluppare delle capacità già innate, ma spesso disorganizzate e non affinate in modo ottimale. La capacità di comunicare in modo adeguato sul piano verbale e paraverbale, la capacità di osservare l'ambiente e le persone, riconoscendo in tempo reale segnali che possono spesso essere l'unico elemento utile per la nostra sopravvivenza nei confronti di un'atto violento rivolto alla nostra persona. Sviluppare un atteggiamento assertivo e vigile, che deve trasparire dal comportamento e dai gesti, che sia adeguato alle circostanze, attraverso la conoscenza dei "rituali" d'attacco dell'aggressore, che consenta di fare la cosa giusta al momento giusto.

**Budo: il WingTsun come agisce in questi casi? Quali sono le sue peculiarità rispetto ad altri metodi di autodifesa o combattimento?**

Sifu: La principale peculiarità del WingTsun è il "contatto", ovvero un utilizzo della percezione tattile e cinestetica dell'azione, che permette di sentire le pressioni indotte dall'avversario a corta distanza. In questo caso attacchi e difese, azioni e reazioni, nascono dall'azione stessa del l'avversario che è in contatto su di noi, solitamente ed inizialmente con le braccia, ma in seguito anche con le gambe, spalle, busto e tutto il corpo; portano a delle reazioni che divengono geometricamente logiche ma soprattutto istintive e rapide, in misura molto maggiore di quanto lo sarebbero in relazione ad uno stimolo di tipo puramente visivo. Ovviamente tutto questo si fonde in maniera omogenea ed a seconda delle necessità con il confronto senza contatto. Compito di un Insegnante qualificato è quindi, fondamentalmente, di "riprogrammare il nostro istinto naturale" attraverso un corretto allenamento, con mezzi e metodi adeguati che sono patrimoni specifici e caratteristici del WT.

