

La Perro Academy, che opera a Torino, si occupa di arti marziali e tecniche di riequilibrio psicofisico, in particolare di Tai Ji Quan e di Nei Gong / Qi Gong.

Insegnante:

Mauro Perro

Facebook:

mauro.perro.14

Indirizzo:

Via Vidua 1 (angolo Via Galvani) - Torino

Telefono:

348.711.68.22 - 331.811.50.98

Sito web - Home page:www.perroacademy.it**INTERVISTA**

Ti presentiamo un'intervista al M° Mauro Perro; oltre ad essere molto interessante aiuta a meglio comprendere il suo approccio al Tai Chi e le particolari caratteristiche della sua scuola. Buona lettura!

Cos'è il Tai Ji Quan?

Il Tai Ji Quan (o Tai Chi Chuan, secondo un'altra grafia molto diffusa) è un'arte marziale cinese interna, che appartiene alla grande famiglia delle arti marziali cinesi che possiamo raggruppare sotto il nome di Kung Fu (anche se Wu Shu sarebbe più appropriato). Arte marziale significa che esso è nato per il combattimento. Interna significa che quest'arte dà particolare importanza alla gestione dell'energia più interna del nostro corpo, che deriva dal benessere e dall'armonia di tutto il corpo, piuttosto che alla forza fisica della muscolatura esterna. Il Tai Ji Quan nasce e si sviluppa in Cina a partire da tempi molto antichi. Ci sono più versioni, tra storia e leggenda, sulla nascita delle arti marziali cinesi interne. Secondo una di queste, esse deriverebbero dagli insegnamenti del monaco indiano Bodhidharma; secondo un'altra versione, sarebbero nate dalla fusione della conoscenza del maestro taoista Zhang San Feng che viveva sul monte Wudang con le pratiche dei monaci Shaolin. A volte le due tradizioni si intrecciano: Zhang San Feng avrebbe "corretto" e fatto evolvere la forma primitiva che Bodhidharma avrebbe creato a Shaolin. In realtà il Tai Ji Quan come lo conosciamo oggi è stato codificato nel 18° secolo e deriva soprattutto dall'operato della famiglia Chen, prima, e della famiglia Yang, subito dopo. A queste famiglie si devono gli attuali stili Chen e Yang, che sono i due più importanti per diffusione in tutto il mondo. Poi ne esistono diversi altri e diversi sottostili ed interpretazioni diverse.

Cosa significa Tai Ji Quan?

Ci sono diverse traduzioni possibili. A noi piace "Pugilato della Suprema Polarità". Secondo la visione taoista del Mondo, all'inizio, prima di ogni cosa, esisteva soltanto il Wu Ji (la Suprema Vacuità). In questo grande vuoto iniziale si sono andati a delineare due poli fondamentali, opposti e complementari: lo Yin e lo Yang. Questi due poli, combinandosi tra di loro in proporzioni diverse, hanno dato origine a tutte le cose del Mondo. Quando questi due poli si legano tra di loro in un'armonia perfetta di Yin e di Yang si ha la Suprema Polarità (Tai Ji). Questa Suprema Polarità è rappresentata dal simbolo universalmente noto della sfera con le due parti, bianca (Yang) e nera (Yin) che si evolvono l'una nell'altra.

Qual è il miglior stile di Tai Ji Quan?

Non esiste uno stile migliore. Esistono buoni maestri e cattivi maestri (e buoni allievi e cattivi allievi). Gli stili sono diversi tra di loro, ma si rifanno a principi comuni. Sono solo sentieri diversi per raggiungere la cima della montagna, secondo un detto cinese. Nella nostra scuola si studiano due stili: uno che si ritiene essere un "antenato" dell'attuale Stile Sun e che è stato tramandato al mio maestro dal Gran Maestro Shin Dae Woung e lo stile Chen, che è stato tramandato al mio maestro da Guo Ming Xu. Ambedue questi maestri, in modo radicalmente diverso, sono stati e sono della massima importanza per quello che è stato lo sviluppo del Tai Ji Quan (e del Kung Fu in generale) in Italia. Del M° Shin sono tuttora allievo diretto ed incontro il M° Xu alcune volte l'anno, quando viene in Italia.

Com'è arrivato a questa disciplina?

Avevo mal di schiena. Da troppi anni stavo seduto alla scrivania senza fare sport, le mie vertebre lombari si stavano incollando tra di loro e a volte rimanevo con la schiena bloccata. Avevo sentito parlare di questa "ginnastica dolce" e ho voluto provare. Sono arrivato alla Ligorio Academy di Torino con l'idea di fare qualche mese di ginnastica per togliermi il mal di schiena. Dopo qualche mese il mal di schiena era completamente sparito (e non è più tornato), ma nel frattempo avevo avuto modo sia di cominciare a capire la quantità enorme di arte e di scienza del corpo che è contenuta in questa disciplina, sia di apprezzare lo splendido ambiente che Tony Ligorio ha saputo creare nella sua scuola e l'enorme professionalità che mette nel suo insegnamento, e quindi ... ho proseguito. Il maestro Ligorio mi ha poi di fatto aiutato a conoscere alcuni dei suoi maestri, come Flavio Daniele, Guo Ming Xu, Liu Bo Xue, Shin Dae Woung, e sto tuttora proseguendo con lui e con questi altri maestri il mio percorso di formazione.

A chi consiglierebbe questa disciplina?

A chiunque abbia voglia di rimettersi in forma, sia mentalmente che fisicamente, magari facendo qualcosa di nuovo rispetto alla solita palestra, e poi a chiunque sia interessato alle arti marziali o alle discipline psicofisiche di tipo olistico. La pratica inizia con movimenti molto lenti e accessibili a tutti, indipendentemente dal sesso, dall'età e dalla preparazione fisica. Non richiede grandi costi di attrezzatura (per iniziare basta una tuta e scarpe da ginnastica) e gli esercizi si possono fare anche a casa in pochi metri quadri. Inoltre i corsi sono a struttura aperta (si può iniziare in qualunque momento) e sono progressivi (al termine di ogni livello l'allievo può partire su un nuovo programma e aumentare le sue conoscenze e le sue capacità. Il Tai Ji Quan nasce, come detto, come arte marziale, ma oggi è molto utilizzato come disciplina psicofisica per il benessere del corpo, difatti spesso viene indicato come "arte di lunga vita" o "meditazione in movimento". Specialmente sotto l'aspetto salutistico, quindi, si può davvero consigliare a tutti, a meno di particolari disabilità fisiche. È naturalmente accessibile anche ai minori, con il consenso scritto di uno dei genitori o di chi ne fa le veci.

Un aneddoto sul suo Tai Ji Quan?

Le racconto del posto più insolito dove ho praticato Tai Ji Quan. Sono stato sull'Isola di Pasqua nell'estate del 2010. Avevo portato l'uniforme con me ed un pomeriggio ho eseguito una delle forme presso il sito di Ahu Akivi, nell'interno dell'isola, davanti ai Moai (le enormi statue di pietra). Era un'occasione unica (molto difficilmente mi ricapiterà) e non potevo farmela scappare. È stata un'emozione particolare, era come se si sentisse, calpestando quel terreno, che lì molte persone avevano faticato e sofferto.

Progetti per il futuro?

Tanti. Il primo, in assoluto, è di continuare con una formazione continua, perché chi pretende di insegnare agli altri non ne sa mai abbastanza. In previsione per il futuro anche viaggi in Cina ed in Corea per conoscere quei maestri che, specialmente per motivi d'età, non riusciamo a portare in Italia. E poi fare crescere i nostri corsi, sia quelli diretti di Perro Academy, sia quelli che teniamo in associazioni nostre amiche, come quello dell'Hara Kai. Ricordo anche che siamo disponibili per esibizioni pubbliche e per preparare corsi su misura (come durata, costi ed obiettivi) per singole esigenze.

Cosa bisogna fare per seguire i suoi corsi?

I nostri corsi sono attualmente ospitati a Torino. Sul mio sito web (www.perroacademy.it) e sulla mia pagina Facebook ([perro.mauro.14](https://www.facebook.com/perro.mauro.14)) è possibile trovare tutte le informazioni e i dati per contattarmi. Chiunque ritenga di poter condividere la nostra visione di quest'arte può venire a fare le lezioni di prova, senza alcun impegno e poi si potrà iscrivere all'associazione se ritiene di voler continuare.

L'iscrizione all'associazione è sempre necessaria?

Sì. La nostra scelta statutaria è quella di essere costituiti come Associazione Sportiva Dilettantistica (ASD) che fornisce servizi solo ai soci. Non siamo un "negoziò" dove si compra un corso, siamo un gruppo di amici che si allenano insieme. La costituzione in ASD (e non come circolo privato) è una garanzia anche per i soci, in quanto fa sì che si sia, per legge sotto il controllo di un Ente di Promozione Sportiva (nel nostro caso, l'ASI) e del CONI (trovate la Perro Academy sul registro delle associazioni riconosciute dal CONI) e che i nostri atleti siano sottoposti a visita medica annuale.