

Riflessioni sul pugilato
e la biblioteca di Bruce Lee

**Giorgio Vespignani
Moreno Barbi**

**RIFLESSIONI SUL PUGILATO
E LA BIBLIOTECA DI BRUCE LEE**

*Appunti per un approccio filosofico-scientifico
all'allenamento coi pesi*

**BOOK
SPRINT**
EDIZIONI

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2012
Giorgio Vespignani Moreno Barbi
Tutti i diritti riservati

per Margherita, Diana e Caterina

Premessa

di Giorgio Vespignani e Moreno Barbi

La coscienza sportiva nella nostra società è molto variegata e spesso si confonde il tifoso, colui che partecipa passivamente da spettatore a un evento sportivo, o con lo sportivo che pratica un'attività fisica agonistica o amatoriale. Bevendo una tazzina di caffè al bar il mattino successivo ad un evento sportivo, ci si imbatte in decine di allenatori della nazionale di calcio o di basket che elargiscono gratuitamente i loro consigli.

La diffusione dell'educazione fisica e dello sport in Italia è stata tardiva rispetto altri paesi europei: sino al 1884, data della creazione della Reale Società Ginnastica, l'attività fisica era propria della ginnastica militare. In Gran Bretagna si praticavano gli sport già dagli inizi del 1700 e nel secolo successivo nascevano la *pedagogia sportiva* e lo *scoutismo*; contemporaneamente, in Svezia si elaborava la *ginnastica svedese*, madre della moderna ginnastica medica e in Francia si introduceva la pratica sportiva nelle scuole pubbliche.

La lenta affermazione dello sport nell'Italia unita è passata attraverso l'aristocrazia, che è stata la prima a interessarsene quando nobili snob che praticavano scherma, lotta, pugilato, canottaggio, nuoto, hanno dato

vita per primi a società sportive con scopi filantropici.

La grande divulgazione dello sport è avvenuta nel 1909 con la nascita del Giro d'Italia voluta da *La Gazzetta dello Sport*: questo evento ha entusiasmato milioni di italiani. Negli anni seguenti, grazie alle vittorie di straordinari campioni come Alfredo Binda, Fausto Coppi, Gino Bartali, Primo Carnera, ciclismo e pugilato sono diventati popolarissimi.

Dagli anni Cinquanta il calcio è stato il catalizzatore dei mezzi finanziari e dell'attenzione mediatica sino a monopolizzare tutto il movimento sportivo italiano e diventandone il principale finanziatore con i proventi del Totocalcio.

La legalizzazione delle scommesse sportive e il diffondersi di nuovi giochi statali ha decretato la crisi del Totocalcio, riducendo la potenzialità economica del Coni e, di conseguenza, a tutto il dilettantismo sportivo italiano sono state tolte le sovvenzioni.

Le Federazioni sportive, per motivi di visibilità e prestigio, sostengono solo le attività di vertice delle varie discipline; il settore dilettantistico, che rappresenta il 94% dello sport italiano, spesso è retto dall'attività di volontariato.

Il risvolto delle copertine dei tipi della Collana *Per Sport* delle Edizioni della Meridiana di Molfetta (BA), ha presentato da subito questo problema delicato che la cultura e la diffusione dello sport in Italia anche oggi si trova ad affrontare come conseguenza della troppo rapida diffusione a livello superficiale e quindi della sua mercificazione e conseguente banalizzazione; «lo sport per tutti è diventato un grande business...»¹,

¹ Così, ad es. in *Vibrazioni nella Forza. Storia critica delle discipline orientali*, a cura di S. RAIMONDO, Molfetta (BA), Edizioni della meridiana, 2007.

esattamente come quello dei viaggi, per cui un *battage* pubblicitario imposto dodici mesi all'anno attraverso una infinità di guide turistiche più o meno colorate ed aggiornate e la facilitazione del poter disporre di voli *low-cost* finiscono per autorizzare a considerarsi grandi conoscitori del paese visitato nella concitata fretta imposta dallo spazio di un ponte festivo.

In altre parole, tornando allo sport: a quale livello effettivo di crescita di cultura sportiva e di relativo guadagno in benessere fisico e formazione personale corrispondono, ad esempio, le mode per l'una o l'altra disciplina che crescono e calano nel momento in cui un campione si impone all'attenzione del grande pubblico a livello mediatico?

Alcuni casi eclatanti. Le sempre più seguite trasmissioni delle regate di vela della prestigiosa *America's Cup*, e la conseguente diffusione negli ultimi venti o venticinque anni di negozi di articoli per velisti, il correre da parte di case di abbigliamento ad apporre su maglioni o magliette un logo con la sagoma di una barca o di una singola vela, fino allo stemma della Marina italiana, non sono certo direttamente proporzionali alla diffusione dello sport della vela, né, tanto meno, significa che sempre più italiani hanno tratto vantaggio da questa crescita di popolarità della vela per acquisire una *allure* da *gentleman* formatosi nei circoli velici... né la diffusione delle trasmissioni di partite dei professionisti USA di basket e la vendita sempre più massiccia di canottiere e calzoncini originali delle squadre stanno a significare che gli italiani si siano trasformati in un popolo di giganti del basket, anzi!

Altri esempi ancor più eclatanti non cambierebbero il filo del ragionamento: basti pensare al caso dello sci

(chi ha dimenticato l'aumento vertiginoso delle vendite di abbigliamento e di prenotazioni presso stazioni sciistiche favorito dalla Tomba-mania tra gli anni '80 e '90?), della crescente popolarità più da rotocalco (o da calendario) che da campo di periferia del rugby o delle alterne fortune del nuoto, legate ai risultati di qualche protagonista la cui fotogenicità e il cui *appeal* trendy sono sfruttati e alimentati in modo calcolato dalle case produttrici di costumi. Aldo Grasso, sul *Corriere della Sera*, il giorno seguente (15 novembre 2009) il *test match* di rugby giocato dalla nazionale italiana contro i "mitici" All Blacks neozelandesi in uno stadio San Siro di Milano stracolmo di 80.000 spettatori, notava, in un acuto commento intitolato *Noi italiani specializzati in passioni provvisorie*, come per un sabato, in seguito ad una onda mediatica dalle origini misteriose, tutti si sono sentiti grandi rugbisti, esperti ed appassionati: «abbiamo in fretta e furia imparato alcune regole dello sport (...) abbiamo cercato di eseguire la tradizionale *haka*, tanto per entrare nel clima della sfida (...), abbiamo teorizzato la bellezza del terzo tempo (...), abbiamo smesso di credere che il rugby sia uno sport caro a pochi eletti e indifferente ai più. Tutti pazzi per il rugby. Siamo fatti così, prigionieri di spasmi mediatici, di passioni provvisorie»: quella per Azzurra, la barca a vela che nel primo 1980 trasformò gli italiani da «diportisti del pattino» nel tanto vagheggiato popolo di navigatori, per l'Italia pallavolistica di Velasco, per le fioretteste e le nuotatrici, irresistibilmente tutte «fidanzate d'Italia» quando vincono medaglie. Spericolati motociclisti dietro Valentino Rossi e piloti invincibili con la Rossa di Maranello.

Qui interessa arrivare a rivolgere la attenzione alla maggior discrezione del "chiuso" delle palestre. Per

quanto riguarda le palestre di arti marziali, di discipline orientali in generale o di pugilato, il dibattito è tutt'ora aperto ed acceso quanto spinoso; ad esso è stato di recente dedicato un volume della Collana di cui si diceva all'inizio. Le palestre in generale, quelle attrezzate, per intenderci, per la pesistica e per l'attività aerobica, costituiscono un caso ulteriormente complesso, reso ancor più spinoso proprio dal fatto che, a differenza di quelle delle discipline orientali o pugilato, si rivolgono ad un pubblico che è il più vasto possibile, senza barriere di scelte o limitazioni di «campo», che pur lo scegliere di praticare il Judo o il Karate rappresentano.

La critica, sia attraverso la carta stampata che le rubriche radiofoniche curate dalle redazioni dei giornali-radio, ha anche assai di recente sottolineato come il fatto di iscriversi in una qualche palestra e di affollarla nelle ore successive agli orari più comuni di lavoro non abbia di certo trasformato gli italiani in un popolo di atleti, avendola essi semplicemente eletta a luogo di socializzazione, cioè, in altre parole, deputato alle chiacchiere e alla speranza di fare conoscenze, nell'epoca disperata dell'autismo da cellulare o *i-pod*. Più che altro, la cosa ha provocato l'inserimento nel vocabolario del linguaggio giovanilistico-comune di un neologismo, *palestrato*, usato in senso soprattutto ironico-spreghiativo, tanto da farlo successivamente sfumare in quello più generico di "uomo di plastica", *metrosexual*, in Spagna. Ancor peggio vanno le cose per l'appassionato praticante pugilato, la cui considerazione continua ad esser racchiusa tra gli stretti angoli dei pregiudizi (l'emarginato violento, il "suonato" patetico) e delle variamente distorte immagini trasmesse dal cinema.

Siamo, insomma, esattamente agli antipodi dello sport e della frequenza di una palestra calcolati ed imposti all'interno di un sistema scolastico ed universitario, studiato apposta per influire *realmente* sulla formazione dei giovani così come sul presente di tutti, anziani compresi; soprattutto, ci si ferma al livello di moda più o meno scombiccherata dell'apparire seguaci di un *modus vivendi* basato sulla convinzione che *mens sana in corpore sano*, più, si direbbe, in virtù di un omaggio posticcio ai Padri della nostra cultura che non dietro reale convinzione.

* * *

Le pagine che seguono vogliono essere semplicemente di stimolo e di riflessione per coloro che condividono l'idea di frequentare la palestra come momento fondamentale della propria formazione umana, spirituale ed anche professionale. Pur apparendo magari disomogenee tra loro, per via delle diverse impostazioni dategli dai due Autori, costituiscono però il davvero speciale comune frutto di oltre trent'anni di pratica sportiva quotidiana (condividendo persino la prima Tesi sperimentale italiana di *Laurea sul body building* presso la Università di Bologna, a cura di M. Barbi), da un lato, dall'altro, di letture, osservazioni e ragionamenti attorno al mondo delle palestre, in generale, della *nobile Arte* del pugilato e dell'allenamento coi pesi, in particolare, passione e curiosità, davvero mai venute meno.

Gli Autori augurano dunque ai lettori, appassionati del pugilato e della pesistica che avranno la pazienza di sfogliarle senza trovarle inutili, tanto da prenderne in