

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 1 (1999)
Heft: 2

Artikel: Molto più di una corona d'alloro!
Autor: Schläpfer, Ernst
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1001798>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Il significato rituale di uno sport di combattimento tradizionale

Molto più di una corona d'alloro!

Gli sport di combattimento tradizionali svolgono una funzione che va ben al di là del puro e semplice confronto di forza tra adolescenti o giovani. La storia ci insegna che in ultima analisi il risultato di un combattimento (di una battaglia) è un obiettivo parziale di scarsa importanza in un grande cammino. Anche nella lotta svizzera determinare chi è il «re» dei lottatori è in secondo piano rispetto ad altri fattori.

Ernst Schläpfer

Nella nostra società occidentale non viene attribuita la stessa importanza allo sviluppo del corpo, della mente e dello spirito. Invece di una educazione equilibrata di queste tre componenti essenziali dell'essere umano, si tende a privilegiare lo sviluppo unilaterale di una sola di esse, generalmente,

nel nostro mondo «sviluppato», l'intelletto. Il sostegno di questi aspetti domina nell'educazione scolastica, e nella nostra società prestazioni intellettuali straordinarie godono di grande stima. Vivere conflitti su un piano diverso da quello verbale o mentale, quindi anche su quello fisico, è ampiamente vietato, viene addirittura trasformato in tabù. Già da tempo sarebbe opportuno abbandonare questa strada. Però, se non si riesce a raggiungere lo stato del «vuoto» non possono sprigionarsi le necessarie forze primordiali.

Il più forte dei «cattivi»

Abbiamo detto abbandonare? Piuttosto si tratta di un'inversione, di un ritorno alle antiche tradizioni, anche del nostro Paese. Nessun altro tipo di sport come la lotta (nella sua forma originaria), il sumo o altri sport tradizionali di combattimento riesce a ricomporre

l'unità tra corpo, mente e spirito. Questi sport di combattimento nella loro essenza più profonda non si differenziano gli uni dagli altri, se non per il fatto che le arti marziali asiatiche hanno elevato consapevolmente questo stato di equilibrio interiore ad elemento cosciente della formazione di chi le pratica. Da noi invece, pur essendo riconosciuta l'importanza di fattori mentali e psicologici, tale «armoniosa riunione» dei vari aspetti non è stata ancora teorizzata, e viene perseguita solo sporadicamente. In Svizzera la lotta si è evoluta attraverso secoli ed infine si è venuta definendo come un tipo di lotta a mani nude, nel quale i combattenti indossano un costume composto da camicia e pantaloni, paragonabile al judo. Alle sue origini la lotta era chiaramente una competizione a squadre, nella quale il singolo non contava molto. La squadra degli abitanti di una valle si batteva con quella delle altre valli, cominciando dai principianti, per poi continuare con i più esperti, ed infine con il combattimento tra i più «cattivi», i più «grossi». Decisivo quindi non era tanto il risultato dei



singoli contendenti, ma di tutta la squadra della valle, anche se già alle origini non si escludeva che un onore particolare fosse attribuito al più forte dei «cattivi».

Saper accettare le sconfitte

In questo sport, un lottatore arriva ai massimi livelli solo se è disposto ad alle-

Regole di un rituale tradizionale

I contendenti seguono sempre un preciso rituale tramandato per decenni: ad eccezione del combattimento finale, non si incontrano mai due lottatori della stessa società. Per indicare che essi confrontano pacificamente le loro forze, prima di iniziare si danno la mano, e si affermano poi secondo una presa prescritta. Quindi cercano di atterrarsi. Il massimo dei riconoscimenti non va a chi atterra l'avversario, facendogli toccare terra con le spalle, grazie alla sua maggiore forza, ma a chi, malgrado sia chiaramente inferiore per la sua corporatura, riesce ad atterrare il suo «compagno» di combattimento con le tecniche più semplici. Alla fine dell'incontro i due contendenti, come segno di stima reciproca, si ridanno la mano e, cameratescamente, il vincitore ripulisce dalla segatura la camicia dello sconfitto.



Ernst Schläpfer è direttore del Centro di formazione professionale artigianale, industriale ed agricolo del Cantone di Sciaffusa. Negli anni 1980 e 1983 è stato per due volte «re» dei lottatori svizzeri. È Direttore tecnico nella Federazione svizzera di lotta. Indirizzo: Berufsbildungszentrum des Kantons Schaffhausen, Hintersteig 12, 8201 Sciaffusa.





Le gare di lotta sono soprattutto feste popolari tradizionali, più che competizione.

Foto: Hans Zürcher. Fotomontaggio: Isabelle Stutz

narsi per anni. Allenarsi significa in questo caso apprendere molte tecniche che, contemporaneamente il lottatore cercherà di applicare contro l'avversario. C'è però una fase in cui, nel combattimento, si apprende unicamente ad accettare la sconfitta; solo chi impara ad avere un rapporto positivo con le sconfitte subite, sarà in grado di ricavare da esse la forza necessaria per continuare ad esercitarsi.

Nella fase successiva il lottatore deve apprendere che può battere l'avversario solo se lo studia. Infatti deve intuire in anticipo e con precisione quale sarà l'azione dell'avversario, che altrimenti ogni volta sarà più rapido. Il lottatore imparerà che per vincere non bastano alcune tecniche: deve continuare ad esercitarsi e, contemporaneamente, apprenderà quale «colpo» può usare contro questo o quell'avversario. Se riesce a fare ciò, infine, dovrà imparare che potrà raggiungere grandi successi solo se riesce anche a dominare le proprie emozioni.

Dal punto di vista di chi combatte avrà successo solo chi riuscirà a concentrare completamente le sue forze nel momento giusto e a realizzare una proiezione perfetta. Chi non riesce a controllare le

emozioni, perderà, come chi si lascia trascinare, cioè permette alle sue forze di agire in modo incontrollato ed impetuoso, offrendo così all'avversario l'opportunità di sfruttarle per una contromossa perfetta. Per cui è necessario soprattutto concentrare completamente la propria aggressività e le proprie forze su se stesso e sulle proprie azioni, e non sull'avversario.

« In Svizzera la lotta si è evoluta nel corso dei secoli ed infine si è venuta definendo come un tipo di lotta a mani nude, nel quale i combattenti indossano un costume composto da camicia e pantaloni. »

Un evento tradizionale

I valori essenziali della lotta tradizionale si sono conservati: essa è anzitutto festa e non competizione, un incontro pacifico dei migliori lottatori di una società locale e dei loro sostenitori, un appuntamento in cui per uno o due giorni si assiste a centinaia di combattimenti. Chi ha vissuto una volta l'atmosfera di una festa del genere si meraviglierà di quanto sia grande la differenza tra essa e, ad esem-

pio, una partita tra due nazionali di calcio. Non è necessario un servizio d'ordine da parte della polizia, persone delle più diverse regioni e delle più diverse estrazioni sociali siedono pacificamente le une accanto alle altre, parlano tra loro, si emozionano con i loro atleti, accettandone la vittoria o la sconfitta.

Le feste di lotta, grandi o piccole che siano, sono un evento di cultura, un avvenimento nel quale la degna cornice in cui si svolge è importante quanto la gara. La famiglia dei lottatori non è solo una espressione quasi proverbiale, è qualcosa che viene vissuto; a una festa di lotta non si fischia o si urla per disapprovare. Ci si scambiano ricordi ed impressioni, si parla con il vicino di posto ed allo

stesso tempo ci si godono i combattimenti dei più giovani. Si sta seduti tutto il giorno accanto ad una persona mai vista prima, un perfetto sconosciuto, ma è impossibile non scambiare qualche parola, non accettare che il suo cuore batta per un altro lottatore, e contemporaneamente, che - lui o lei che sia - conosca, capisca ed accetti un altro piccolo mondo.

m