

Associazione Sportivo Dilettantistica Rievocativa

ARMIS ET LEO

TORINO

www.armisetleo.org - e-mail armisetleo@gmail.it 3382978687

ACCADEMIA DI SCHERMA STORICA E RIEVOCATIVA

INTRODUZIONE ALL'ARTE DELLA SCHERMA

INDICE

Premessa

Preparazione fisica

I colpi

I tagli

Le parate

Le poste

Tavola di spada

Tagli principali

Poste in sequenza didattica

PREMESSA

Nell'apprestarci ad imparare quella che è l'Arte sull'uso della spada nel XV secolo, oltre alla pratica, fondamentale per comprenderne pienamente il significato, è necessario, oggi come ieri, possedere un minimo di basi culturali.

Cercheremo, sulla base dei manoscritti storici sopravvissuti e pervenutici, con il supporto di un un confronto costruttivo con studiosi e ricercatori contemporanei e sui risultati ottenuti in anni di pratici allenamenti, di fornirvi quel minimo indispensabile adatto a meglio comprendere quello che si sta facendo, fornendovi anche utili indicazioni bibliografiche per un approfondimento della ricerca qualora lo si desideri. Quello offerto da Armis et Leo , non è un corso ordinario, ma tende a riprodurre, pur con mentalità ed abiti moderni, quella che poteva essere una Sala d'Arme del XV secolo e di trasmettere quello che veniva allora insegnato con la maggior fedeltà possibile.

Me è anche l'equivalente oggi di una disciplina sportiva, che noi definiamo non competitiva (dilettantistica), nella quale il percorso può portare, se lo si desidera e ci si applica con costanza e dedizione, alla formazione delle basi dell'insegnamento. Per avvicinarci il più possibile a questi obiettivi, abbiamo scelto quello che a nostro avviso, è un dei manuali storici più completi che sia giunto fino a noi: il "Flos Duellatorum" scritto nel 1410 c. dal Maestro Fiore de Liberi da Cividale (zona delle Venezie).

Questo manuale, commissionato al Maestro da Filippo II d'Este per i suoi figli, fu scritto il primo di suo pugno, poi, come succedeva in mancanza della stampa, copiato o da copisti o da Maestri di altre Scuole. In quest'ultimo caso ogni Maestro, per adattarlo alle proprie esigenze, potrebbe averlo variato introducendo piccole differenze su tecniche particolari: era naturale, variando gli strumenti, adattare le tecniche ritenute più corrette.

Il Flos Duellatorum fu scritto, dice Fiore, al termine della sua carriera, con 50 anni di esperienze ricavate frequentando diverse Scuole di Scherma in tutta Europa. Per cui è lecito supporre che le tecniche del Flos fossero utilizzate già verso la metà del XIV secolo.

Per evitare confusioni, ci attesteremo quindi, sulla base del Flos Duellatorum, che indica le tecniche usate in Italia Settentrionale per l'uso della spada e di altre armi nel secolo XV.

Queste tecniche tramandate, così come voluto dal Maestro Fiore, facendo attenzione, come lui stesso suggerisce, a "usare amore" in certe "prese" o "colpi" che possono arrecare morte.

Il discorso sull'uso della spada, è un fatto che ha un inizio ma, come tutte le forme dinamiche è sempre in evoluzione e non ha un termine.

PREPARAZIONE FISICA.

E' questo un argomento che non si troverà in nessun manuale di scherma storica. Volendo fare un breve salto all'indietro nel tempo di circa 700 anni, troveremo una società nella quale anche per le classi più agiate le comodità erano poche se rapportate ad oggi. Ci si muoveva molto a piedi (i più fortunati a cavallo o con carri), vi era per ogni azione quotidiana molto movimento fisico. A questo dobbiamo aggiungere una naturale "selezione biologica"; già dalla nascita, sopravvivendo solo i più forti geneticamente. Tutto questo, era considerato naturale, non essendovi altre possibilità.

Ci rimane difficile oggi rapportarci a quel modo di vivere e di pensare e non è questo il nostro obiettivo.

Oggi, non essendo più obbligati a svolgere determinati tipi di attività fisica e spesso costretti ad una vita sedentaria, abbiamo perso in parte alcune delle naturali capacità di movimento fisico richiesto per affrontare in modo onorevole la materia in oggetto. Tenteremo in queste sessioni, di fornire alcune indicazioni su movimenti utili al nostro organismo, che ci metteranno in grado di affrontare gradualmente il problema. Gli esercizi che suggeriamo e che faremo regolarmente ad ogni inizio lezione, introdurranno in noi sane abitudini naturali che ci consentiranno di meglio muoverci ai fini dell'attività schermistica.

Raccomandazioni

- non eseguite esercizi che affaticano il fisico quando siete ammalati o debilitati fisicamente;
- eseguite gli esercizi con calma, seguendo il ritmo respiratorio indicato (dove non indicato rimane quello naturale);
 - quando si è stanchi ci si deve fermare un attimo;
 - non abbiate fretta;
 - seguite le istruzione dell'Istruttore.

Esercizi.

- a).- riscaldamento generale
- b).- flessione delle gambe
- c).- torsione del tronco
- d).- flessione del tronco
- e).- rotazione del tronco e del collo
- f).- riscaldamento delle spalle e dei polsi
- g).- riscaldamento delle gambe e delle caviglie.
- h).- defaticamento.

Come si muovo i piedi

Mettetevi in posizione eretta con il piede destro in avanti la punta verso l'avversario; il sinistro indietro con un angolo di circa 90°. La distanza tra il destro e il sinistro varia seconda la lunghezza individuale della gamba. Con l'esercizio ognuno troverà quella adatta. L'importante è tenere le gambe leggermente flesse, ma non troppo, in modo da consentirvi un naturale rapido movimento. Il movimento potrà essere quello di portare il sinistro in avanti, lasciando il destro dietro; oppure viceversa. Oltre a spostamenti avanti-indietro, vi possono essere spostamenti diagonali sia avanti che indietro, Questo vi permetterà di muovervi comodamente e rapidamente sul terreno dello scontro, mantenendo l'equilibrio per essere sempre pronti all'azione. Con questi movimenti, quando vi sposterete per un attacco o una difesa, farete quello che in termine tecnico si chiama PASSO.

Il MEZZO PASSO, è considerato come un movimento per consolidare la posizione o di transizione per raggiungerne un'altra. Si effettua con il destro o il sinistro in avanti trascinando il piede dietro il tallone di quello avanzato, in caso di avanzamento; oppure al contrario per arretrare; può essere fatto anche in diagonale o per recuperare una posizione altrimenti instabile.

SALTELLI E PASSI ROTATORI. In particolari circostanze, vengono usati piccoli saltelli, quasi sempre per movimenti all'indietro: non sono storicamente credibili i grandi balzi o piroette che ci ha tramandato la tradizione cinematografica. I piedi sono sempre ben saldi per terra, e quando si muovono rimangono il più possibile aderenti al piano. I passi rotatori vengono in prevalenza usati in tecniche in cui ci si avvicina all'avversario per la "chiusura" dei giochi.

Il tempo

Nella scherma storica è considerato "tempo", lo spazio che intercorre tra una "posta" iniziale l'azione che si svolge ed il ritorno in una "posta".

La misura

La misura è la distanza di combattimento che intercorre tra noi e l'avversario. Essa viene presa tenendo la spada in pugno ed allungando il braccio, senza portarlo in tensione, sino a toccare con la punta la spalla di chi ci sta di fronte.

E' necessaria, unita al passeggio corretto ed alla precisione del colpo, per un buon combattimento che dia risultati e sia tecnicamente valido.

Inizialmente è bene prendere questa misura fisicamente; verrà spontanea successivamente.

La velocità

La velocità di esecuzione, completa il trio tempo-misura-velocità basi fondamentali per ogni attività schermistica.

Se si è troppo lenti, il rischio è di venir anticipati dall'avversario. Se si è troppo veloci, oltre al pericolo per la sicurezza, le tecniche non risultano efficaci e la presentazione del combattimento risulterà poco comprensibile.

Occorre il giusto equilibrio che deriva dall'esperienza e dalla costanza di voler apprendere.

I COLPI

La lama della spada è fornita di sue "fili": filo dritto e filo falso. Il filo dritto è quello che, impugnando la spada, guarda l'avversario. Questo filo è quello che normalmente dà il maggior numero di colpi in attacco. Il "filo falso" è quello che rimane verso di noi, detto anche "controfilo".

Colpi.

Sono i modi di offendere con un'arma bianca e si dividono in TAGLI e PARATE.

Caricamento del colpo.

Nel tipo di scherma storica da noi proposto (XV secolo), il colpo veniva dato muovendo tutto il braccio e la spada con una "rincorsa" (caricamento) all'indietro e con un passo in avanti spostando contemporaneamente il braccio di spada in avanti, in modo da imprimere la forza necessaria a "rompere" l'avversario. Infatti, più che tagliare, le spade (che avevano filo da taglio solo sulla punta), quando il colpo andava a segno, "spezzavano" le ossa. Per questo era anche detta "scherma da botta".

I TAGLI

Sono i colpi tirati con il filo della spada e si dividono in colpi di filo dritto (o mandritto) che vanno da destra a sinistra, e colpi di filo falso (o riverso, rovescio) che vanno da sinistra a destra.

Fendente.

Colpo dall'alto verso il basso; se da destra mandritto (che cala sulla testa o sulla spalla sinistra del nemico); rovescio se caricato sulla spalla sinistra (che cala sulla testa o sulla spalla destra del nemico).

Squalembro.

Colpo di taglio potato in diagonale dall'alto verso il basso; se da destra dritto o mandritto, se da sinistra rovescio o roverso.

Mezzano

Colpo di taglio portato in modo orizzontale al collo o al gomito avversario. Mandritto se destro, rovescio se sinistro.

Sottano (o basso).

Colpo di taglio portato in basso a colpire il ginocchio o la caviglia dell'avversario. Mandritto se destro, roverso se sinistro.

Falso.

Colpo portato diagonalmente da basso verso l'alto. Mandritto se da destra, roverso se da sinistra.

Montante

Colpo portato dal basso verso l'alto in mezzo alle gambe dell'avversario in modo da provocarne lo squartamento.

Punte.

Colpi portati con la punta della spada e si dividono principalmente in punte dritte e roverse, disendenti (sopramano o soprane) e ascendenti (sottomano o sotane).

Stoccata.

Punta dritta ascendente (soprana).

Imbroccata.

Punta dritta discendente (sotana).

Punta falsa.

Colpo di filo falso ascendente, che tende a diventare una punta orizzontale.

Punta di montante.

Colpo di montante che diventa punta ascendente verticale.

LE PARATE

Coverta.

Termine indicante un'azione difensiva. Di solito una parata, ma anche un'evitazione o schivata.

Finestra

La spada è portata orizzontalmente all'altezza della testa appena sopra gli occhi. Può essere mandritta o roversa. La posizione dei piedi è in mandritto il destro avanti, in riverso il destro indietro. **Para i fendenti**.

Corona

La spada è portata verticalmente in fronte al centro a breve distanza dal corpo. A seconda del taglio d'attacco che si riceve, da sinistra o da destra, può muoversi con movimento semicircolare da destra o sinistra. **Para i tagli medi**.

Porta di ferro (in piovere).

Parata effettuata portando la punta della spada in basso.

Parata di croce (incrosare).

Parata stabile tesa a bloccare il colpo avversario. In particolare gli sgualembri e i sotani, possibilmente contro il forte dell'avversario. Le due spade devono formare una croce.

Parata di filo falso.

Parata effettuata urtando in fuori il colpo avversario (spazzata) con il filo falso della propria spada. Adatto per i bassi e per i montanti.

Quelle fin qui presentate, sono alcune delle posizioni di attacco o difesa con la spada. Acquisita un po' dimestichezza, scoprirete che esistono infinite varianti.

LE POSTE

Posta.

Atteggiamento preparatorio per un attacco o una difesa. Possono essere utilizzate come passaggio intermedio, o brevi momenti che consentano di meglio studiare l'avversario, o, in alcuni casi, come sfida o provocazione.

All'inizio e al termine di ogni azione di attacco o di difesa, ci si ritrova in una posta. Nell'avvicinarci al loro studio possiamo considerare alte due suddivisioni:

- statiche, usate nella fase di apprendimento iniziale,
- dinamiche: usate nel combattimento e, come accademia, come azione coordinata di gruppo.

GUARDIE FONDAMENTALI.

(La presentazione qui proposta è studiata a scopo didattico e rappresentativo: I numeri tra parentesi, sono i riferimenti al Il fior di battaglia di Fiore de Liberi da Cividale - Codice Ludwing XV 13 del J, Paul Getty Museum - Ed Ibis 2006)

- 1. ordine
- 2. spada a lato
- 3. sguainare
- 4. finestra destra (139)
- 5. donna sinistra (140)
- 6. ferro mezzana (142)
- 7. tutta porta di ferro (137)
- 8. donna destra (138)
- 9. breve (143)
- 10. coda lunga (145)
- 11. longa (141)
- 12. corona (147)
- 13. dente di cinghiale (144)
- 14 dente di cinghiale mezzano (148)
- 15. bicornio (146)
- 16. ordine

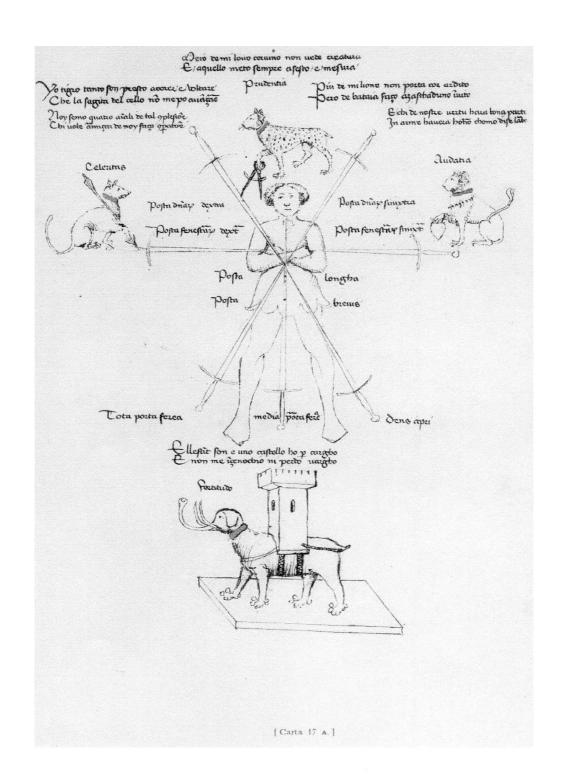


Tavola di Spada che illustra i tagli e colpi principali ma anche le virtù fondamentali per l'uso delle armi.

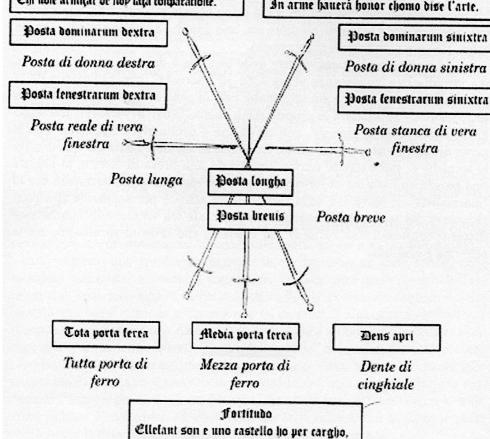
"(IPoy trouariti uno homo cum septe spade adosso cum .iiij. figure intorno; e si se porà uedere zò che à a significar le dicte figure e le dicte spade."

Prudentia Meio de mi louo cernino non nede creatura; E aquello meto sempre a sesto e mesura. Celeritas Audatia Do tigro tanto son presto a corer e noltare. Che la sagita del cello non me pò anançare.

Moy semo quatro animali de tal complesione: Chi nole armicar de nop faça comparatione.

Più de mi lione non porta cor ardito. Però de bataia faço a saschaduno inuito.

E chi de nostre nertà harà bona parte In arme hauera honor chomo dise l'arte.



Il "Segno della spada" dove sono simboleggiate le quattro virtù necessarie alla scherma, due "tecniche" e due "morali": il senso della misura e la scelta di tempo (Prudentia, il lupo cervino, cioè la lince), la velocità d'azione (Celeritas, la tigre), il coraggio (Audatia, il leone), il vigore fisico e psicologico (Fortitudo, l'elefante). Le sette spade rappresentano i sette tipi di colpi (due fendenti, due sottani, due mezzani e la punta) e, in corrispondenza, le sette guardie fondamentali che li neutralizzano.

E non me incenochio ni perdo uargho.

TAGLI PRINCIPALI

fendenti



Colpiscono dall'alto in basso, dalla testa al ginocchio.

sottani



Opposti ai fendenti, i sottani colpiscono dall'alto in basso, ossia dal ginocchio alla testa, con il filo falso della lama. Dopo aver sferrato un sottano è possibile ritornare immediatamente con un fendente.

mezzani



I mezzani tagliano orizzontalmente a tutti i livelli da destra a sinistra e da sinistra a destra. Per questo si distinguono in dritti e riversi. Fiore raccomanda di portare i riversi con il filo falso della spada.

punte



Fiore distingue cinque tipi di punte, due "soprane" che colpiscono a destra e sinistra del petto, due sottane per ferire la destra e la sinistra del ventre e una centrale per colpire al cuore. Quest'ultima può venir sferrata da una porta di ferro mezzana, da una posta lunga o una breve.

POSTE O ATTEGGIAMENTI (in sequenza didattica)

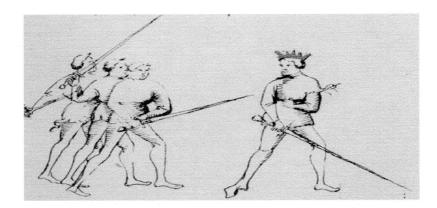
1. - ORDINE

Termine convenzionale usato da ARMIS ET LEO per segnalare l'inizio della sessione e a tutti di mettersi in posizione.

Mettersi in piedi in formazione spada tenuta con la mano destra la punta tenuta con la

sinistra gambe leggermente divaricate.

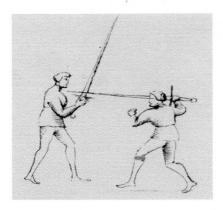
2. - SPADA A LATO



Posizione convenzionale che indica la posizione di spada come fosse infilata nel fodero. Qui indicata come "Contro lanci di spada, tagli e punte", rappresentati da tre uomini a sinistra, il Magistro si assesta in quella che sembra la classica "posizione di scherma", che simula la presa dell'arma ancora custodita nel fodero: sembra dunque la preparazione alle tecniche che stanno per essere descritte".

DESTRO AVANTI

3. - SGUAINARE



Qui presentata come minaccia di punta all'avversario. Per noi simula la posizione da assumere. DESTRO INDIETRO

4. - FINESTRA DESTRA



Essenziale per le difesa della testa che protegge tenendo la spada orizzontalmente con l'impugnatura alla propria destra è in grado di ferire di punta volgendosi rapidamente di taglio, di fendente e mezzano può ribattere i colpi come la posta di donna, da questa posizione si può rapidamente passare alle poste frontali (longa, breve, frontale, bicornio) e ingannare l'avversario. DESTRO AVANTI.

5. - DONNA SINISTRA



Come la posta di donna destra è ottima per ribattere tutti i colpi soprattutto le punte, che ribatte violentemente a terra, passando di lato ed entrando in gioco stretto.

DESTRO INDIETRO.

6. - FERRO MEZZANA



Una guardia con la spada tenuta bassa tra le gambe allargate risulta assai efficace per i suoi pericolosi attacchi di punta e i sottani.

DESTRO AVANTI.

7.- TUTTA PORTA DI FERRO



E' ottima per ogni attacco o lancio di arma ribattendo da destra a sinistra mentre si passa di lato con la gamba destra uscendo dalla traiettoria.

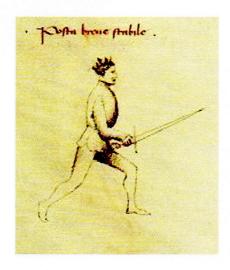
DESTRO DIETRO.

8. - DONNA DESTRA



Può ribattere qualsiasi colpo. DESTRO AVANTI IN LATERALE SINISTRA.

9.- BREVE



Simile alla longa e alla frontale longa. Più adatta ad un combattimento in armatura. DESTRO DIETRO.

10. - CODA LUNGA



Il corpo è profilato, gamba destra indietro, la spada tenuta invisibile all'avversario dietro nascosta schiena. Questa posta crea l'illusione di un facile bersaglio. Permette di avvicinarsi senza che la lama possa essere legata e offre l'esatto contrario della misura. Può colpire di fendente portando avanti la gamba arretrata e entrare poi in gioco stretto e permette di passare velocemente al bicornio o alla longa e colpire di punta.

DESTRO DIETRO.

11.- LONGA



Fiore la definisce "piena di falsità". Spiegando che può essere utile per saggiare le guardie e scandagliare le reazioni dell'avversario, probabilmente battendo la sua lama o spostandogliela.

DESTRO AVANTI.

12. - CORONA



Questa posta viene ritenuta utile per incrociare la lama avversaria. La sua posizione piuttosto alta lascia in parte scoperto il ventre e diviene un bersaglio d'invito, in caso di stoccate al viso è ottima per deviare le punte badando però di uscire dalla traiettoria passando di lato con una delle gambe. DESTRO DIETRO.

13. - DENTE DI CINGHIALE



La posizione della spada è ancora bassa ma questa volta è allineata con la gamba destra avanzata e il corpo profilato. E' efficace per colpire con i sottani all'inguine o alle mani, per ribattere con forza le punte o le armi lanciate o ferire dal basso verso l'alto. E' parabile solo con la posta frontale o la posta breve.

DESTRO AVANTI.

14.- DENTE DI CINGHIALE MEZZANO



Gli effetti sono gli stessi del dente di cinghiale anche se questa sembra più adatta a passare attaccare di lato e colpire le mani e le braccia dell'avversario.

DESTRO AVANTI.

16. - BICORNIO



Simile alla longa, tolto il modo di impugnare la spada. Può colpire al viso e alla gola con punte anche sovramano.

DESTRO INDIETRO.

17. - ORDINE

Posizione iniziale di partenza