

- ASSOCIAZIONE SENEGALESE DI Taishinjutsu (AST)

MOCRAD

Riconoscimento Ministero dello Stato senegalese:

RC : n° 14332/MINT/DAGAT/DEL/AS in data 11 février 2010

Sito internet ufficiale: www.taishin-jutsu.com e-mail : contact@taishin-jutsu.com

1 - LA MOCRAD ovvero Taishinjutsu

La MOCRAD é un'arte marziale di origine senegalese fondata dal Maestro Serigne Mbaye Gueye verso la fine del 1999; è stata ufficialmente riconosciuta in data 11 FEBBRAIO 2010 DALLO STATO SENEGALESE:

RC : n° 14332/MINT/DAGAT/DEL/AS.

E' un'arte marziale originale, autentica, e completa, connotata da un alto livello tecnico e spirituale che contribuisce a delineare la disciplina quale una approfondita sintesi tra le arti marziali tradizionali (BUDO) e gli sport da combattimento moderni in cui si inserisce, degnamente, anche la lotta tradizionale senegalese.

La MOCRAD presenta tecniche e metodi di autodifesa, e, nella sua valenza di arte marziale completa, unisce tecniche di pugno e di gambe a proiezioni, combattimento a terra e uso e controllo delle armi (bastone, coltello, machete, pistola).

L'acronimo MOCRAD significa: Méthode Opérationnelle de Combat Rapproché Diambaar. Metodo operativo di combattimento ravvicinato Diambaar (Diambaar significa, in Woloff, guerriero).

2 - Nascita della LA MOCRAD

La Mocrad presenta una raffinata commistione di tecniche proprie di altre arti marziali tradizionali, di sport da combattimento e di una scienza del combattimento definibile «africana» (lotta tradizionale con o senza colpi).

Il suo Fondatore, Maestro Serigne Mbaye Gueye, nato a Dakar il 13 febbraio

1976, proviene da una famiglia cultori di arti marziali, ha debuttato molto presto nelle discipline da combattimento praticando karate e tecniche di auto difesa con suo padre Khalifa GUEYE, nato nel 1945 a Dakar e anche lui esperto di arti marziali. Quest'ultimo si è dedicato all'applicazione di tecniche tradizionali ai combattimenti da strada, vivendo in quartieri definiti "difficili";

Serigne Mbaye GUEYE, rappresenta l'erede di questa tradizione familiare. Appassionato di combattimenti, ricerca, fin da subito, una filosofia che possa condurre alla creazione di una tipologia di combattimento diretta alla "sopravvivenza" in ogni possibile circostanza.

Fin dall'età di 15/16 anni Serigne comincia ad allenare gli amici più stretti al fine di meglio identificare e mettere in pratica nuove tecniche e libertà di disciplina. Allo stesso tempo continua, tuttavia, a frequentare palestre e ad allenarsi con migliori maestri senegalesi, e non solo, specializzandosi nel karate, nella boxe inglese e nel Taekwondo (Grandi maestri, quali O'Sensei Mame Souka Diouf per il Karaté, Sensei Matar Cissé karaté, Maestro Tony pour la Boxe Anglaise, Maestro Djiba, Maitre Sy, Maitre Diédhiou);

Tra il 1992 e il 1996 comincia a proporre lui direttamente corsi di karate, impiegando tecniche di calcio e pugno, gomito e ginocchio, corpo a corpo, proiezioni, insomma, una serie di nuova metodologia di combattimento che mantiene, per il momento, ancora la denominazione di karate.

In effetti l'idea di Serigne era quella di impiegare tecniche mutate da diversi arti marziali quali il karate il Taekwondo, judo, e la lotta, riunirle ed utilizzarle per l'autodifesa in possibili combattimenti reali;

Dopo qualche anno di ricerca in diverse discipline, tra cui si annovera lo Judo, l'aikido e anche la scherma, e a seguito di anni di addestramento intenso fisico e psicologico, Serigne apre nel 1998 il suo primo DOJO dove poter insegnare proprio il suo nuovo e rivoluzionario concetto di arte marziale. Il primo corso vede la luce il 26 novembre 1998 a COCADI, nella periferia « Niéttii mbaar » nei pressi di Malika.

In un primo tempo la disciplina viene chiamata Karaté Gueye-ryu (karaté della scuola Gueye), qualche tempo dopo, la chiama: Tai ki jutsu.

Tai : corpo; **Ki** : energia; **Jutsu** : arte. Si poteva così così definirla; l'arte dell'armonia del corpo e dell'energia

Solo nel 1999 dopo lunghe riflessioni viene adottato il nome di TAISHINJUTSU

TAI: corpo; SHIN: spirito; JUTSU: arte

TAISHINJUTSU vuole dunque significare: l'arte dell'armonia nell'espressione del corpo e dello spirito.

L'acronimo MOCRAD fu finalmente adottato al fine di meglio identificare lo spirito di filosofia guerriera e tecnica che animava e continua ad animare la disciplina

3 -la tecnica della MOCRAD

La **MOCRAD** costituisce un'arte ispirata al combattimento reale senza regole né restrizioni. Il suo concetto primario è: cavarsela in ogni situazione: contro ogni tipo di avversario, armato o no, di qualsiasi livello tecnico esso sia o quale che sia la sua prestanza fisica.

Per queste ragioni, la MOCRAD spinge alla libertà in ogni tipo di pratica di difesa. Essa è in perpetua evoluzione in quanto il modo stesso evolve e muta. La disciplina non impone al combattente uno specifico stile, ma si sforza di insegnare e di aiutare il praticante a "ritrovarsi" e ad adattare le tecniche che gli vengono insegnate alla sua personalità, carattere e morfologia.

La MOCRAD tende, dunque, a far acquisire automatismi semplici e un sviluppo fisico e psicologico che tenga conto delle proprie capacità e dei propri bisogni.

L'efficace reazione ad ogni situazione di pericolo resta l'aspetto principale e fondamentale della pratica della disciplina MOCRAD.

Per arrivare ad un alto livello di automatismo nel corso degli insegnamenti vengono sempre ricreate situazioni reali a cui poter fornire delle risposte adeguate ed efficaci. La MOCRAD deve permettere al praticante di sottrarsi, con successo, a qualsiasi aggressione.

Il suo obiettivo non è quello di combattere con regole in uno spazio delimitato e con un tempo stabilito. Si tratta, sempre, di poter preservare la propria integrità fisica nel rispetto, tuttavia, di un codice morale e delle leggi che ci guidano;

La MOCRAD riposa il proprio spirito sul postulato secondo cui l'arte marziale, nel suo senso più nobile, ha, quale fondamento, il dittico **corpo / spirito**

La forza e l'efficacia di un'arte marziale può essere misurata tramite un paradigma che preveda e organizzi l'espressione del corpo sotto l'egida ed il controllo dello spirito.

La MOCRAD attribuisce un posto assai rilevante alla dimensione morale, psicologica, spirituale riservando un grande spazio nel profondo del proprio insegnamento.

La MOCRAD è, in definitiva, l'esternazione di una mentalità e di un'arte di vita e si propone di coinvolgere tutti quei soggetti che desiderano preservare l'etica del BUDO. In ogni caso lo spirito non può essere "autonomo" ma, deve essere sostenuto da un fisico che abbia raggiunto una preparazione atletica intensa e presenti un alto livello tecnico che permetta di preparare l'atleta e il combattente ad ogni eventualità. Tutte questi aspetti manifestano l'inevitabile dualità degli elementi «psichico e fisico».

La MOCRAD si caratterizza, dunque, per la propria **libertà**

La pratica della disciplina non si trova relegata all'aspetto di mero combattimento (colpi, proiezioni, combattimento a terra). È un metodo di combattimento che può essere applicato nelle situazioni reali in cui il praticante è chiamato a controllare il corpo a corpo e il combattimento a terra e deve poter esprimere e ad utilizzare al meglio le tecniche apprese e realizzate con l'impiego di tutte quelle armi naturali che sono messe a sua disposizione (dita, mani, braccia, spalle, gomiti, piedi, ginocchia, bocca).

Questa totale libertà determina la ricchezza e la completezza della MOCRAD.

Tuttavia, essa non è una MMA (mixed martial arts), è, invece, un'arte marziale completa con una sua filosofia, i suoi codici, le sue tecniche di base, i suoi programmi e i suoi gradi.

Uno dei principi, su cui riposa la pratica della MOCRAD è il concetto di **fluidità**.

Tale nozione fa riferimento alla flessibilità e alla leggerezza nonché alla scioltezza dei movimenti. L'utilizzo della scioltezza è diretta all'utilizzo ed allo sfruttamento della forza dell'avversario al fine di poterlo di disequilibrare, controllare ed immobilizzare o renderlo del tutto inoffensivo.

L'impiego della scioltezza deve intervenire negli spostamenti nel corso dell'esecuzione dei movimenti o delle tecniche.

La fluidità si ritrova, anche, nelle differenti fasi di un combattimento;

La combinazione di calci e pugni arrivano a concatenarsi naturalmente, così come le relazioni tra queste ultime e i combattimenti corpo a corpo, proiezioni, e combattimento a terra.

L'azione e i movimenti del Mocradista, sostiene il Maestro Serigne devono essere come l'acqua che si versa, per terra, da un bidone: Fluida ed inarrestabile;

In definitiva, l'utilizzazione della scioltezza e della fluidità si dimostra essere molto più efficace che l'impiego della forza bruta.

La MOCRAD, nella sua versione più tradizionale, non impiega negli allenamenti alcuna protezione. La sua natura di arte marziale della sopravvivenza non prevede l'utilizzo di protezioni che non si hanno certo a disposizione all'occasione di una aggressione per strada.

Talvolta, tuttavia, nei combattimenti a contatto pieno, possono essere utilizzate protezioni alle mani come guantini da MMA che lascino libere le dita per permettere le prese, le proiezioni e il combattimento a terra.

La MOCRAD conta in Senegal circa 200 praticanti e si sta diffondendo anche in Israele grazie al maestro Perry Amiati.