

# 手型: 勾

*Shǒu xíng: gōu*

**La forma della mano: il gancio**

勾 *gōu* – uncino, gancio

chiamato anche 勾手 *gōu shǒu* - **mano ad uncino** e 刁手 *diāo shǒu* o 刁勾 *diāo gōu* – **mano o gancio a presa**.



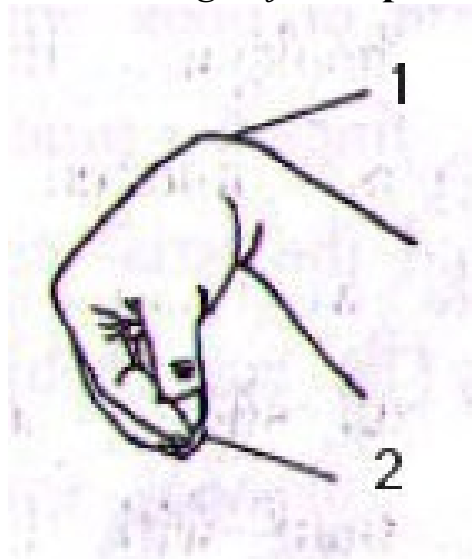
勾手的部位名称

*gōu shǒu de bùwèi míngchēng*

**i nomi delle parti della mano ad uncino**

1. 勾顶 *gōu dǐng* – **cima del gancio**

2. 勾尖 *gōu jiān* – **punta del gancio**



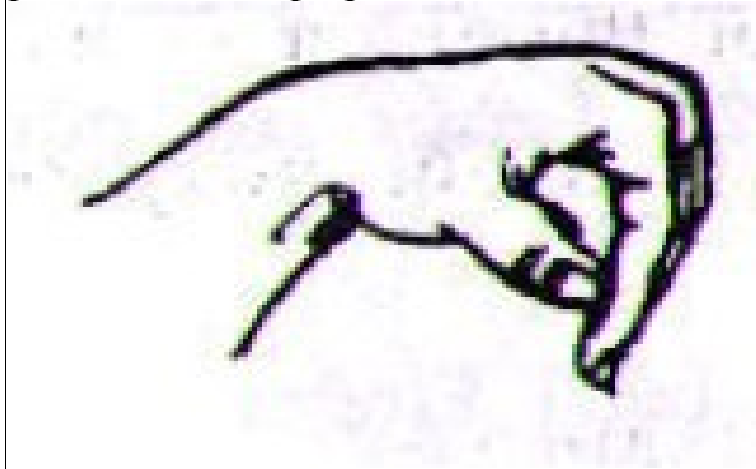
Forma della mano in cui le 5 dita serrano al polpastrello verso il cuore del palmo, il polso piegato con forza verso il basso, il cuore del palmo è cavo, la forza sulla

勾尖 *gōu jiān* – **punta del gancio** e sulla 勾顶 *gōu dǐng* – **cima del gancio**.

1

风眼勾 *fèng yǎn gōu* - **gancio dell'occhio della fenice**

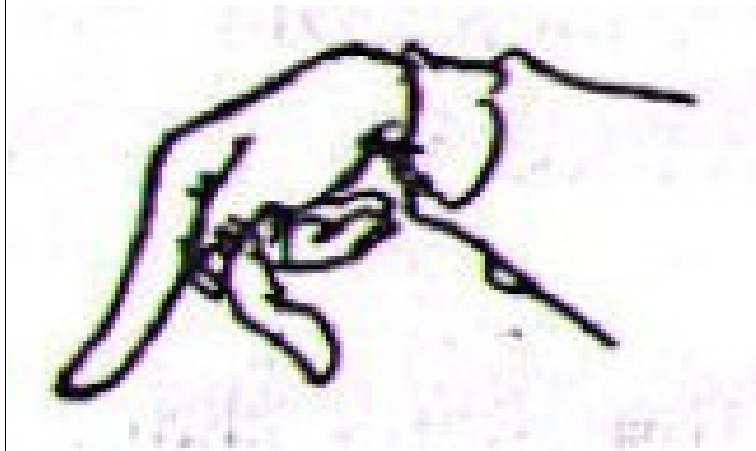
forma del gancio con le tre dita lunghe curve verso il cuore del palmo, con il polso piegato, con il pollice che preme e serra al polpastrello tutte le dita



2

螳螂勾手 *táng láng gōu shǒu* - **mano ad uncino della mantide**

forma dell'uncino in cui le due dita lunghe mignolo ed anulare si curvano verso il cuore del palmo, il pollice, l'indice ed il medio si estendono toccandosi e serrandosi assieme



3

芍手 *sháo shǒu* - **mano a peonia**

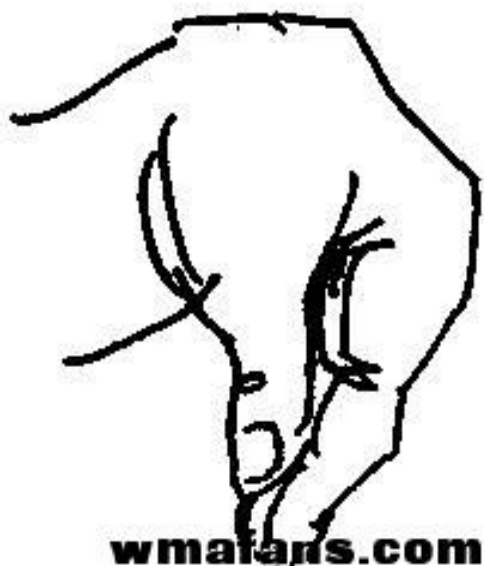
forma della mano a gancio con il dito anulare ed il mignolo giustapposti, molto piegati ed incurvati verso la base del palmo, il pollice fortemente aderente al fianco interno del palmo, l'indice disteso e prominente ed il medio piegato ad arco e proteso verso l'esterno



4

**鹤顶手 *hè dǐng shǒu* - mano a cresta di gru**

forma della mano ad uncino, dal pollice e dalle 4 dita lunghe serrate fortemente assieme ai polpastrelli, dal polso ricurvo



<http://www.wmafans.com>

5

**鹤嘴手 *hè zuǐ shǒu* - mano a becco di gru**

forma della mano ad uncino, con le 4 dita e con il pollice fortemente serrate assieme all'altezza dei polpastrelli, con il polso disteso

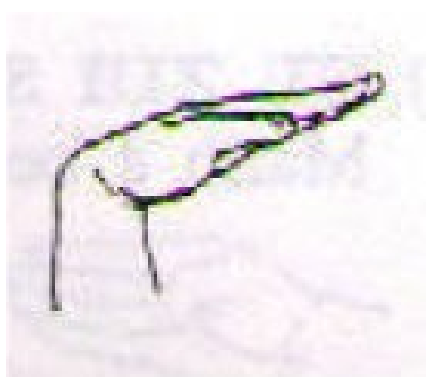


<http://www.wmafans.com>

6

**蛇形掌 *shé xíng zhǎng* – palmo a testa di serpente**

forma della mano dal pollice e dalle 4 dita lunghe strettamente serrate e protese, non completamente distese, col centro del palmo concavo



N.b.: ivi inserito rispettando la classificazione delle forme della mano di 段平 Duan Ping, 郑守志 Zheng

Shouzi et al., 2007. Personalmente preferirei pensare 蛇形掌 *shé xíng zhǎng* come facente parte del gruppo 手型 *Shǒu Xíng* – La forma della mano 掌 *zhǎng* – il palmo

7

**鹰嘴勾 *yīng zuǐ gōu* - palmo a becco di aquila**

forma della mano ad uncino dalle dita lunghe serrate ed inarcate verso il basso, pollice e mignolo fortemente serrati tra loro e serrati all'altezza dell'ultima falangina delle tre dita lunghe. Polso piegato verso il basso e forte.

Detta anche 飞鹤勾 *fēi hè gōu*



<http://www.wmafans.com>

# 手型: 指

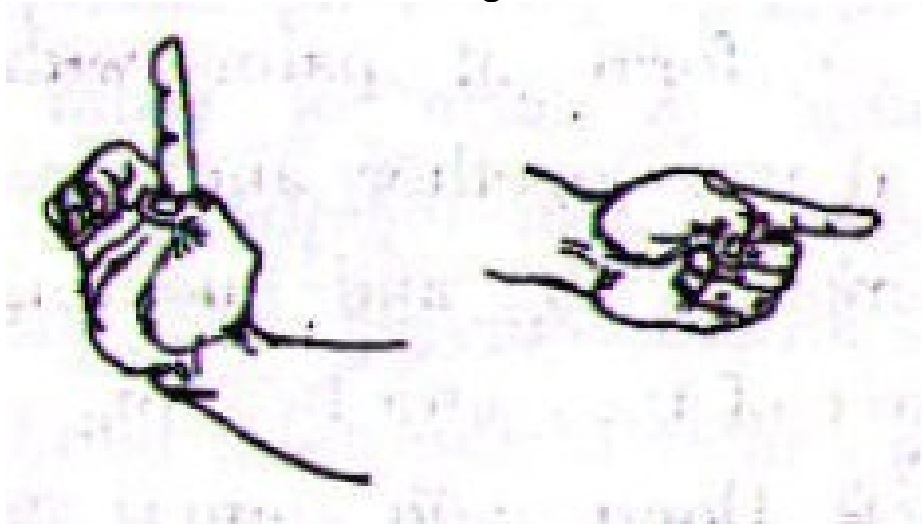
*Shǒu xíng: zhǐ*

La forma della mano: le dita

1

**一指梅** *yì zhǐ méi* – **dito a fiore di susino**

forma della mano in cui il dito indice è disteso, le altre dita sono fortemente piegate all'altezza della seconda nocca, ed il pollice si piega e serra con forza il dito medio all'altezza della falangetta.



2

**单指** *dān zhǐ* – **dito singolo**

vedi 1 一指梅 *yì zhǐ méi* – dito a fiore di susino.

3

**单指筷** *dān zhǐ kuài* – **dito singolo a bacchetta**

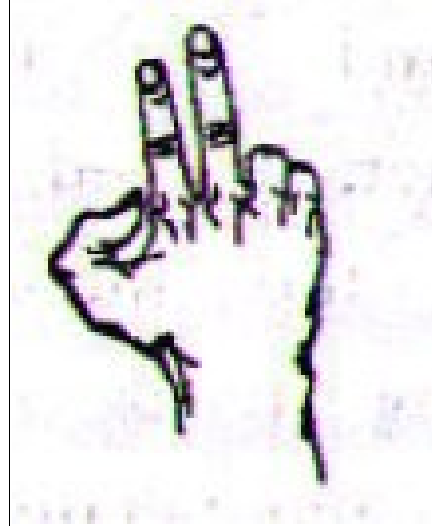
vedi 1 一指梅 *yì zhǐ méi* – dito a fiore di susino.

4

**剪刀指** *jiǎn dāo zhǐ* – **dita a forbice**

forma della mano con il dito indice e medio allungati, le

altre dita piegate e curvate verso il cuore del palmo, il pollice fortemente piegato verso la porzione di palmo compresa tra il pollice e l'indice, oppure serrato sopra le falangine dell'anulare e del mignolo.



5

**双指** *shuāng zhǐ* – **doppio dito**

dita indice e medio distesi e forti. Le dita possono essere non giustapposte e leggermente divaricate, e dunque vedi 4 剪刀指 *jiǎn dāo zhǐ* – dita a cesoia.

Se le dita sono serrate e giustapposte, allora la mano

assume la forma detta 剑指 *jiàn zhǐ* – dito a spada, vedi

11. 剑指 *jiàn zhǐ* – dito a spada

6

**双指筷** *shuāng zhǐ kuài* – **dita delle due bacchette**

vedi 4 剪刀指 *jiǎn dāo zhǐ* – dita a cesoia.

7

**金枪手** *jīn qiāng shǒu* – **mano della lancia d'oro**

vedi 4 剪刀指 *jiǎn dāo zhǐ* – dita a cesoia.

8

**跪指** *guì zhǐ* – **dita genuflesse**

forma della mano dalle 4 dita e dal pollice serrati assieme, esercitando forza sulle seconde nocche delle 4 dita lunghe.

9

**双龙指 *shuāng lóng zhǐ* – dita dei due draghi**

forma della mano dall'indice disteso, con il dito medio piegato e le altre dita incurvate.

10

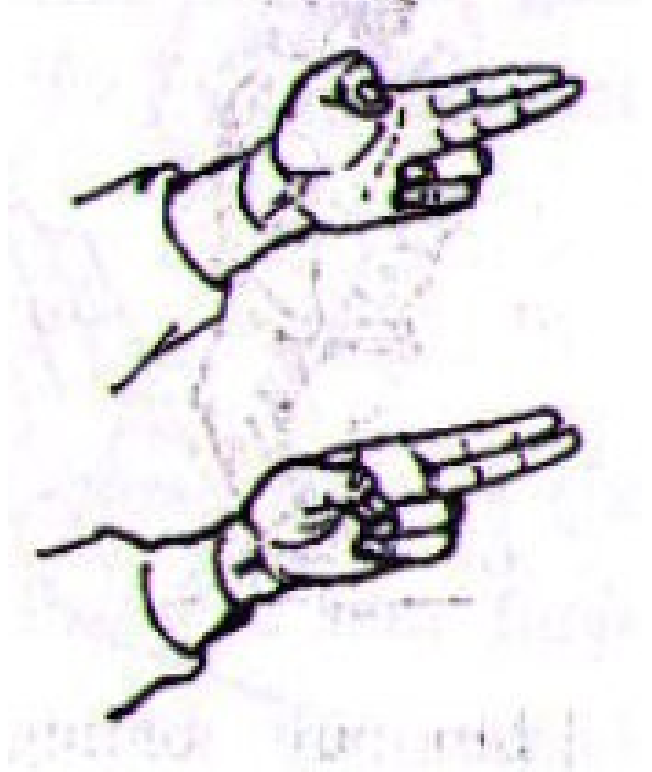
**鼎足指 *dǐng zú zhǐ* – dita a piedi di tripode**

forma della mano in cui il pollice, l'indice ed il medio sono distese con forza a formare un triangolo equilatero, mentre le dita anulare e mignolo sono piegate verso il cuore della mano.

11

**剑指 *jiàn zhǐ* – dita a spada**

forma della mano in cui le dita indice e media sono allungate, fortemente giustapposte e distese seguendo la direzione del dorso della mano, anulare e mignolo piegati e curvati verso il cuore della mano, il pollice piegato e serrato sulla falangina dell'anulare.



12

**三湮指 *sān yīn zhǐ* - tre dita oscure**

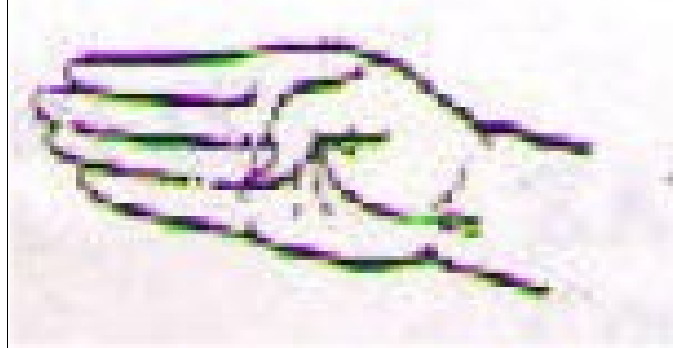
forma della mano dalle dita lunghe indice, medio ed anulare protese, distese e giustapposte, strettamente serrate. Pollice e mignolo piegati verso il cuore del palmo, il pollice preme col polpastrello la falangina del mignolo. Polso disteso e forte.



13

**鑱金指 *chán jīn zhǐ* - dita a pala d'oro**

forma della mano dalle dita lunghe indice, medio, anulare e mignolo protese, fortemente distese, giustapposte e serrate. Il pollice si piega e preme verso il cuore del palmo

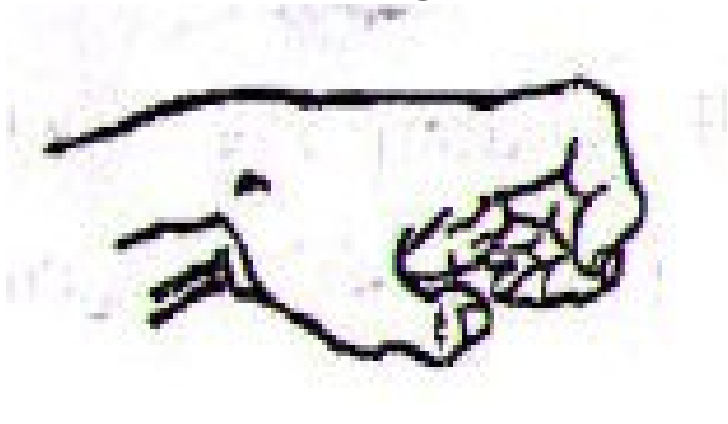


# 手型: 爪

*Shǒu xíng: zhǎo*

La forma della mano: l'artiglio

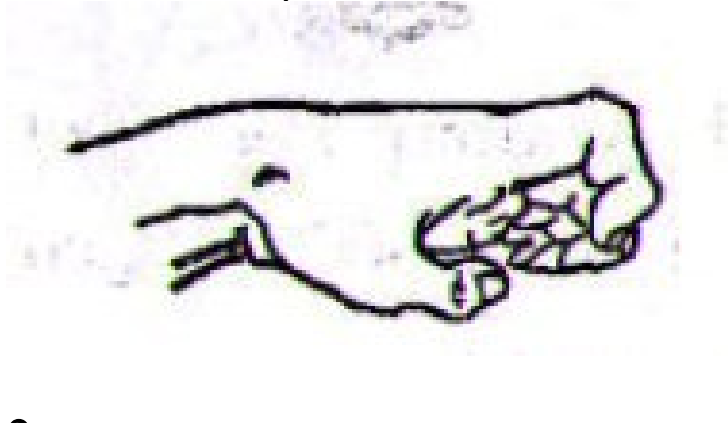
爪 *zhǎo* – artiglio



1

鹰爪 *yīng zhǎo* – **artiglio dell'aquila**

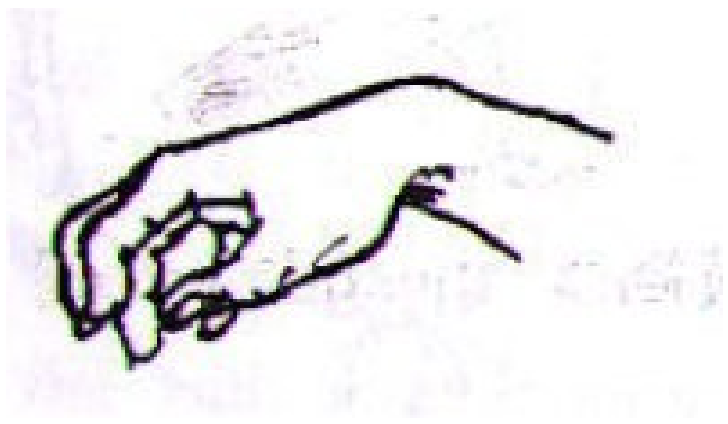
forma della mano con le 4 dita lunghe giustapposte e piegate con forza all'altezza della seconda e terza nocca, con il pollice piegato all'altezza della seconda nocca, con il cuore del palmo concavo



2

猴爪 *hóu zhǎo* – **artiglio della scimmia**

forma della mano in cui le dita sono fortemente piegate, vicine ma non giustapposte, ricurve, con il cuore della mano inarcato



3

虎爪 *hǔ zhǎo* – **artiglio della tigre**

forma della mano in cui il pollice è ricurvo, forte, serra strettamente la porzione della mano compresa tra il pollice e l'indice, mentre le altre 4 dita lunghe sono piegate, molto vicine ma non giustapposte, dal polso piegato con forza verso l'alto



4

龙爪 *lóng zhǎo* – **artiglio del drago**

forma della mano in cui le dita si piegano con forza all'altezza della terza e della seconda nocca, il polso è piegato verso il basso



Per la bibliografia, vedi articolo "Le forme della mano: il pugno" in **Enertao** 61 - Ottobre 2009.

Stefano Zamblera  
*Xiulong*

