

## MUSO SHINDEN RYU IAIDO

### REI HO

L'articolo che segue è stato tratto dal numero di giugno 2013 della rivista *Kendo Nippon* ed è offerto ai lettori interessati. E' il primo di una serie di articoli mensili e fotografie di *Ishido Sensei*, 8 ° Dan *Hanshi* dalla Prefettura di *Kanagawa*, Giappone, in **Koryu Iai**. La traduzione è di *Mr. Yuki Shima* della *Seishinkan Dojo* a Londra ed è stato pubblicato da *Sensei Chris Mansfield*. Questo articolo è destinato solo per uso privato e non può essere distribuito a scopo di lucro.

#### Spiegazione del *Koryu Rei Ho* (‘galateo’ per la scuola tradizionale di spada)

##### Come stare prima di inchinarsi nel *Dojo*

In piedi in una postura naturale tenendo la spada davanti al corpo con il pollice sinistro sulla *Tsuba*. Posizionare il pollice destro sulla parte superiore del pollice sinistro e tenere la mano sinistra dentro la mano destra.

La maggior parte, se non tutte le arti di *Budo* iniziano con una qualche forma di *Rei* (inchino). *Rei* rappresenta il fulcro di rispetto e di espressione della propria sincerità. *Rei* viene eseguito per il *Shinzen* (santuario/altare), Spada, Maestro, Insegnante, *Senpai* (senior), *Kouhai* (junior) e *Douhai* (pari/collegi). Si ritiene che uno può vedere il vero atteggiamento di un serio artista marziale osservando il loro *Rei*.

##### Come inchinarsi al luogo di *Embu* (dimostrazione)

Dalla posizione nota come *Taito Shisei* tenere la spada nella mano sinistra sul fianco sinistro con il lato tagliente verso l'alto. L'angolo di inclinazione dovrebbe essere di circa 30 gradi con il gomito sinistro leggermente piegato.

Primo passo in avanti verso il punto in cui potrai fare la tua dimostrazione in posizione *Taito Shisei*. Quindi spostare la tua spada al centro del tuo corpo di fronte al tuo ombelico, mantenendo il pollice sinistro sulla *Tsuba* e la mano destra sulla sinistra. Il *Kojiri* dovrebbe essere rivolto verso il lato posteriore sinistro. Quindi eseguire un inchino in piedi. Il significato di questo inchino è quello di mostrare il proprio apprezzamento per l'opportunità che è stata data di presentare il tuo *Embu*. Si è anche detto che è la migliore o la più alta forma di rispetto nel tenere la spada. Questa forma di inchino è identico all'inchino al *Kamiza* (Fig. A).

Ritorna in *Taito Shisei*, fai un passo in avanti da cui il tuo *Embu* inizierà (Fig. B).

Girati di fronte lo *Shinzen* ed eseguire l'inchino al *Shinzen* spostando la spada attraverso la parte anteriore del tuo corpo e all'interno della tua mano destra. Assicurarsi di tenere *Saya* e *Sageo* sotto il *Kurigata* con la mano destra. La *Tsuka* dovrebbe essere direttamente dietro il gomito con il bordo spada rivolto verso il pavimento (Fig. C).

Dopo l'inchino al *Shinzen*, riporta la spada alla mano sinistra, di nuovo davanti al corpo ritornando in *Taito Shisei*. Poi gira a 45 gradi a destra e siediti nella posizione *Seiza* prima con il ginocchio sinistro poi con il destro. La spada è tenuta in una posizione in cui viene mostrato il *Sashi Omote* (firma del forgiatore della spada, sul lato sinistro del *Tang*). Ci sono due modi diversi di utilizzo (fare) *Seiza* e in qualunque modo lo si fa è necessario mantenere quel modo per tutto l'*Embu*. Puoi sederti mettendo le ginocchia sul pavimento o fai un passo indietro con il piede sinistro poi il piede destro e siediti. Entrambi sono accettabili e dipendono dalla tua idea di *Maai* (distanza dall'avversario) (Fig. D).

Dopo ci si siede e cominci posizionando la spada sul pavimento, tieni la *Saya* vicino alla *Tsuba Moto* con la mano destra, dito indice sopra la *Tsuba* e le altre tre dita sotto la *Tsuba*. Poiché la spada è tirata fuori verso la tua diagonale anteriore destra, tieni il *Kojiri* con il pollice sinistro e l'indice, e le altre tre dita tengono il *Sageo*. Posiziona la spada sul pavimento (tagliente rivolto all'esterno) davanti al ginocchio destro e posiziona il *Sageo*. Riporta la mano destra e poi la sinistra verso le cosce come in *Seiza*. Continua a guardare in avanti per tutto il tempo. Quando inclini il tuo corpo in avanti con un movimento di anche, posiziona la mano sinistra seguita dalla destra e fai un inchino rispettoso assicurandoti che i tuoi occhi tengano a vista il tuo avversario il più possibile. Quando si riprende la posizione verticale, muovi la mano destra prima, seguita dalla sinistra (Fig. E).

Raccogli il *Sageo* e *Tsuba* (spada) con la mano destra e poi solleva la spada dal pavimento, mentre posizioni la mano sinistra a metà della *Saya*. Falla scorrere verso il basso verso il *Kojiri*, poi posiziona la spada nel lato sinistro del vostro *Obi* (cintura) facendo attenzione che, durante l'inserimento, la mano sinistra tiri e la mano destra spinge. Fissa il *Sageo* al lato destro della tua *Hakama* e riposiziona entrambe le mani sulle cosce mantenendo la postura eretta (Fig. F).

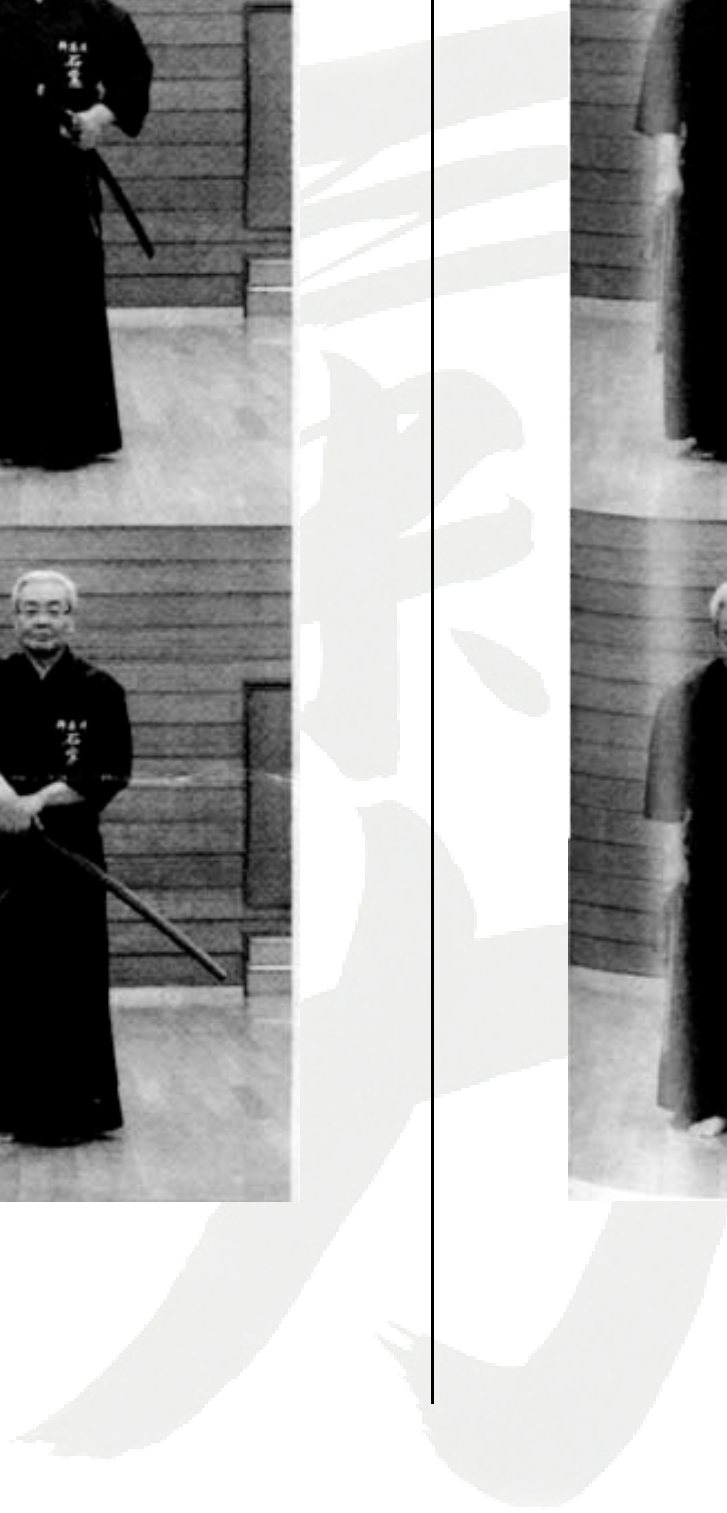
La stessa procedura viene eseguita in senso inverso per il *Rei* (inchino) finale. Vale a dire, rilascia il *Sageo* con la mano destra, posiziona la spada a terra, inchino, prendi il *Sageo* e la spada ed alzati in piedi nella posizione di *Taito*, finendo girati verso lo *Shinzen*.

Fai due o tre passi indietro nella direzione da cui venivi ed esci dalla zona (Fig. non presente).





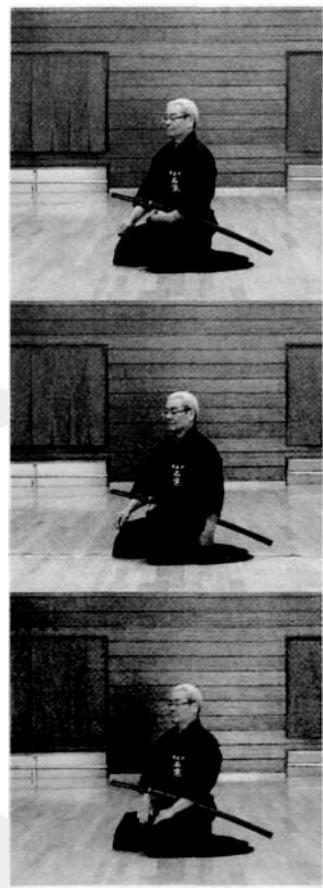
氣力













## ***Ritsurei (Inchino in piedi)***

Dopo l'inchino allo *Shinzen* girati nella direzione del vostro *Enbu* (dimostrazione).

Fig. 1 In piedi in posizione *Taito*.

Fig. 2 Spostare la spada nella mano destra pronta a cambiare la tenuta del *Sageo*.

Fig. 3 Mentre la spada è portata verso la diagonale destra, controlla il *Sageo* con la mano sinistra nello stesso modo della versione seduta.

Fig. 4 Tenere la spada orizzontale davanti a voi.

Le immagini in primo piano mostrano l'uso del dito mano / indice destro (entrambi i metodi possono essere utilizzati a seconda del *Sensei*) e quanto lungo era il *Sageo* in passato rispetto ai tempi attuali

Fig. 5 Solleva la spada al livello degli occhi con le braccia tese.

Fig. 6 Fai un rispettoso inchino alla spada assicurandoti che la sua posizione rimanga invariata.

Fig. 7 Riportare il busto in posizione eretta.

Vista laterale delle Fig. 5, 6 e 7.

Fig. 8 Portare il *Kojiri* e la mano sinistra sul lato sinistro della vostra vita e inserisci la spada nella *Obi* (cintura).

Fig. 9 Tira e Spingi la spada con entrambe le mani tenendo il *Sageo* nella mano sinistra.

Fig. 10 Fissa il *Sageo* sul lato destro della *Hakama*.

Fig. 11 Assicurarsi che il legame è sicuro.

Fig. 12 Riporta entrambe le mani sui lati sinistro e destro delle gambe.

La stessa procedura viene eseguita in senso inverso per il *Torei* finale. Vale a dire, rilascia il *Sageo* con la mano destra (dopo aver prima posizionato la mano sinistra per tenere la spada), Tira la spada fuori e inchinati ad essa, riportala nella posizione di *Taito* e termina tornando indietro allo *Shinzen* per completare il *Shinzen Rei*.





