

# HOW DIFFICULT IT IS TO EVALUATE AND ANALYSE IAIDO TECHNIQUES DURING COMPETITION AND EXAMINATION

*(traduzione italiana qui)*

Every time after an European Championship iaido (and Jodo), I personally need at least half a year to let all of those experiences:

- that my eyes have seen,
- that my ears have heard,
- that my body has felt,
- and my other senses have picked up;

pass and review through my mind, body and spirit.

Why?

There are so many expressions and impressions going around in my mind, that sometimes it's impossible to grab each of these pictures and analyse them step by step and run them down into small peaces.

Where do things go wrong;

Where do things go right and

What is done when very good techniques are made against so called big mistakes?

Analyzing and evaluating iaido is a complex and sophisticated task. To be able to make the right decisions you have to have at least knowledge about what is needed basically for each dangrade to succeed at an exam.

So you need to know what is required to do for having a succesful examination. What is needed fundamentally to pass an examination?

From Shodan until Sandan:

- Correct reiho and clothing
- Correct nukitsuke, kiritsuke
- Correct angle of chiburi
- Correct noto

From Yondan until Godan:

- The abovementioned things plus
- To look and feel quiet / quiet expression
- Metsuke

- Enough Fighting Spirit
- Ki Ken Tai Itchi

From Rokudan until Hachidan:

- All abovementioned things plus
- Riai: the principles of iaido techniques (to do the right things at the right moment)
- Fukaku, Hingurai: élégance and expression (depth of practise)

During European championships we start always with training sessions under guidance of the Japanese ZNKR teachers! That's a very good starting point! During those training sessions the Japanese teachers telling and showing the attendants the correct iaido techniques. After which there is time to practise for all the competitors and the EKF choose referees. All trainees are selected in dan grade groups. Mostly the 7-6-5 dans are training together. From this group each EU country presented their referees to the EKF who makes the final referee list. Basically in each EU country there are opportunities for high iaido grades to learn refereeing during National championships and Cups. Some countries can provide more opportunities than other countries. So some referees are more experienced than others. In my opinion experience in refereeing must have enough correlation with the iaido technical level (as mentioned above under requirements) of a referee. And there are many other factors which could be mentioned and which should be a part of the toolbox of a referee. Another important point is in my believe: how many students were educated by a referee? Does a referee know how to educate students to pass the required levels? How is the balance between quality, efficiency and effectiveness?

Another question asked for example by one of the Japanese sensei during a European championship in Meze, France to a group of referees was: Do you as a referee know all the points from Chapter 9 Points for refereeing and grading in the iaido ZNKR syllabus, by heart?

The answer was that the referees who were present that moment, said no, we don't know all the points exactly by heart. Time for each of us to learn, learn and learn until we know it by heart.

This last European Championships again we were being pointed on this important issue by a question of one of the Japanese sensei to the higher dan grades: What is written down in the ZNKR syllabus about how to hold the hilt? The impressions and expressions released after this Q and A, were enormous and let us again realize that JI RI ITCHI is not always developed to the required level.

For an iaido teacher or National trainer it is difficult to teach all the necessary points at the right moment required for the next levels of iaido development. This could be called

technical training. But next to technical and thus physical training, also time has to be made to let the students understand mental and psychological training levels. Which is harder than only train technically and physically. This needs a more individual approach and takes longer time and mustn't be underestimated. That's why it is important to follow a teacher who is able to teach the abovementioned things and has proven to be able to develop students according to the abovementioned required technical, mental and physical items or levels.

During competitions there is more to know and to evaluate and analyse namely for example article 7 from the Yellow ZNKR book for refereeing during iaido competition! Officially named: The regulations of iaido shiai and shinpan. The subsidiary rules of iaido shiai and shinpan!

Article 7: The following points should be considered when deciding victory:

- Depth of practise
- Etiquette (correct attitude, manners)
- Technique: a) Correct Nukitsuke, Kiritsuke. b) Correct Sayabanare, Hasuji. c) Correct Chiburi, angle. d) Correct Noto.
- Mental attitude: a) Calmness. b) Metsuke (looking). c) Spirit, Zanshin (alertness), timing, distance.
- KI-KEN-TAI-ITCHI
- iaido should be rational as Budo
- Reference is made to "Points to look for in Refereeing and Examinations of ZNKR iai"

Another very important point is point 1 of Article 11: Victory shall be decided based upon difference in mental attitude and KI-KEN-TAI-ITCHI (Spirit, Sword and Body in harmony), which is based upon correct Sword handling and techniques, correct posture and high Spirit, with correct etiquette and manners.

The attentive reader now already must see the connection and correlation between all the abovementioned things and will be realizing the difficulties when we talk about refereeing, teaching and training and that they at a certain level in your iaido development all come together, like in the saying "All Roads Lead to Roma"

When we release a strength and weakness analysis on the training of all competitors and higher grades together there will be many points to pay attention to among good and not so good points or issues. The quality, effectiveness and efficiency of our techniques needs a lot of more attention when we compare what we are doing in general with the abovementioned points coming from the official ZNKR issues. So our personal development as iaidoka, teacher, competitor, National trainer and or referee, stands or falls with our ability to implement theory and practise by continuous training under correct guidance to a level that

able us to do our several jobs correctly!

To win or loose, to being able to observe correctly and to analyse & evaluate all the impressions received by our minds can be simply translated into: Train, train and train according to the abovementioned things or so called technical steps. It's a personal responsibility to be up to date as a competitor and referee and ofcourse also as a teacher and or National trainer. Sometimes people say that a referee doesn't have to be of the same technical level as a competitor, but this isn't my personal opinion. Competition is not for Budo! But you can see competition as another way of training. Generally speaking in my opinion the effective and efficiënt time spent in Budo training will pay itself back. Experience is a product of past times in which we made also many mistakes and failures. Without those failures and mistakes; without Trial and Error, there will no development of experience and technical skills. Last but not least: hard and severe training is necessary as also devotion is necessary and helping as a more experienced iaidoka, the less experienced iaidoka. This is Budo. Sweat, tiredness, being exhausted, being out of breath, knowing about cramp during training, having sore knees and tired muscles are also levels of experience. And a practical rule can be sometimes as a competitor: how to influence the referees, because the level of competitors and referees differs according to the understanding of all abovementioned issues. We are not all the same, which is good because we are not robots.

Advice: study more technically and theoretically; do your researching and enough practical training and always try to be better than yesterday. Do not see the European championships as a learning ground, but as a gathering of experienced Budoka. So prepare yourself and your Team during the full year, not sparing yourself but give it all you have inside of you. Teachers and National trainers have to stimulate and push the iaidoka in a healthy and professional way to higher grounds!

Own proficiency & skills and how to develop them are the main issues to pay full attention too at all times until the end of times.

Gambatte kudasai!

Rene van Amersfoort  
17 January 2017

## **LA DIFFICOLTA' DI VALUTARE ED ANALIZZARE LE TECNICHE DELLO IAIDO DURANTE LE GARE E GLI ESAMI**

Ogni volta, dopo un Campionato Europeo di Iaido (e di Jodo), personalmente mi ci vogliono almeno sei mesi perché tutte le esperienze

- che i miei occhi hanno visto
- che le mie orecchie hanno udito
- che il mio corpo ha sentito
- e che tutti gli altri sensi hanno colto

possano passare ed essere esaminate attraverso la mia mente, il mio corpo ed il mio spirito.

Perché?

Ci sono così tante espressioni ed impressioni che circolano nella mia testa, che talvolta è impossibile afferrare ciascuna di queste immagini ed analizzarle istante per istante per scomporle in piccole parti.

Dove le cose vanno male

dove le cose vanno bene

che cosa succede quando delle ottime tecniche si contrappongono a dei – diciamo - grandi errori?

Analizzare e valutare le tecniche dello Iaido è un compito sofisticato e complesso. Per essere in grado di prendere la decisione giusta, occorre almeno avere la conoscenza dei requisiti minimi necessari, a seconda dei vari gradi, per riuscire in un esame.

Quindi bisogna sapere che cosa si richiede perché un esame vada a buon fine. Che cosa serve fondamentalmente per superare un esame?

Da Shodan fino a Sandan:

- corretto reiho e modo di vestirsi
- corretto nukitsuke e kiritsuke
- corretto angolo del chiburi
- corretto noto.

Da Yondan a Godan,

tutte le cose menzionate sopra più:

- mostrarsi calmo ed avere un'espressione tranquilla
- metsuke

- sufficiente fighting spirit
- ki ken tai itchi

Da Rokudan fino a Hachidan,  
tutti concetti sopra elencati più:

- riai: i principi delle tecniche dello iaido (ovvero, fare la cosa giusta al momento giusto)
- fukaku e hingurai cioè eleganza ed espressività (nel senso di profondità di pratica).

Durante i campionati europei, iniziamo sempre con delle sessioni di allenamento guidate dagli insegnanti giapponesi della ZNKR, ed è un ottimo punto di partenza! Nel corso di questi allenamenti i maestri giapponesi spiegano e mostrano ai partecipanti le tecniche di laido corrette. Dopodiché tutti gli atleti e gli arbitri scelti dalla EKF hanno il tempo per praticare. Tutti i praticanti sono divisi in gruppi a seconda del grado. Solitamente i settimi, sestimi e quinti dan si allenano tutti insieme; da questo gruppo, ogni nazione europea presenta i nomi degli arbitri all'EKF che selezionerà coloro che comporranno la lista definitiva dei quadri arbitrali. Normalmente, in ogni Paese europeo per i gradi alti dello iaido c'è l'opportunità di imparare ad arbitrare durante i campionati nazionali e le varie Coppe. In alcuni Paesi vi sono più occasioni che in altri, e di conseguenza alcuni arbitri hanno maggior esperienza di altri. Io penso che l'esperienza nell'arbitrare debba avere una sufficiente correlazione (come citato sopra a proposito dei requisiti) con il livello tecnico dello iaido di un arbitro. Vi sono poi numerosi altri fattori che dovrebbero essere nominati e che dovrebbero far parte della "cassetta degli attrezzi" di un giudice. Un altro elemento, secondo me molto importante, è: quanti studenti sono stati istruiti da un arbitro? Un giudice sa come preparare gli allievi a superare i livelli richiesti? Qual è il corretto equilibrio tra qualità, efficienza ed efficacia?

Per esempio, un'altra domanda - posta da uno dei sensei giapponesi durante il campionato europeo svoltosi a Meze, in Francia - ad un gruppo di arbitri fu: "Voi in quanto giudici, sapete a memoria tutti i punti del Capitolo 9 del libretto della ZNKR relativi all'arbitraggio e al passaggio di grado?".

La risposta fu che i giudici presenti in quel momento dissero di no, non sapevano a memoria esattamente tutti i punti; era giunto il momento per ognuno di noi di studiare-studiare-studiare finché non li avessimo imparati a memoria.

Nell'ultimo campionato europeo, questo importante argomento è stato di nuovo sottolineato da uno dei maestri giapponesi ai gradi alti, che ci ha domandato: "Che cosa c'è scritto nel manuale dello iaido della ZNKR a proposito del modo di impugnare la spada?" Le impressioni e considerazioni provocate dalla domanda e dalle risposte furono enormi e ci hanno nuovamente fatto capire che il nostro ji ri itchi non è sempre sviluppato al livello

richiesto.

Per un insegnante di laido o l'allenatore di una Nazionale è difficile insegnare tutti i punti necessari al momento giusto per le richieste del livello successivo dello sviluppo dello iaido. Ciò potrebbe definirsi allenamento tecnico. Ma accanto all'allenamento tecnico e fisico, occorre lasciare tempo agli allievi per comprendere i livelli di allenamento mentalmente e psicologicamente.

Cosa molto più ardua del semplice allenamento fisico e tecnico. Questo richiede un approccio più individuale, prende più tempo e non deve essere sottovalutato. Ecco perché è importante seguire un insegnante che sia capace ad insegnare ciò che abbiamo elencato prima e che abbia una comprovata capacità di far sviluppare i propri allievi e portarli a raggiungere i livelli richiesti sul piano tecnico, mentale e fisico.

Durante le gare c'è ancora di più da sapere, da valutare e da analizzare, per esempio l'articolo 7 del libretto giallo della ZNKR per l'arbitraggio delle competizioni di laido! Titolo ufficiale: La regolamentazione degli shiai e shinpan di laido. Le regole accessorie dello shiai e shinpan di laido.

Articolo 7 - i seguenti punti vanno tenuti in considerazione nel decidere per la vittoria:

profondità della pratica

etichetta (attitudine corretta, modo di fare)

- tecnica:
  - corretto nukitsuke e kiritsuke
  - corretto sayabanare e hasuji
  - corretto angolo del chiburi
  - corretto noto.
- atteggiamento mentale:
  - calma
  - metsuke (sguardo)
  - spirito, zanshin (prontezza), ritmo, distanza.
- KI-KEN-TAI-ITCHI
- lo laido dovrebbe essere razionalizzato come forma di Budo;
- il modello di riferimento è dato dal capitolo "I punti di controllo nell'arbitraggio delle gare e degli esami di laido".

Un altro elemento importante è il punto 1 dell'articolo 11: la vittoria va decisa sulla base della differenza nell'atteggiamento mentale e del ki-ken-tai-itchi (unione armoniosa di spirito, corpo e spada), che si basa sul corretto utilizzo e tecniche della spada, sulla corretta postura e una buona presenza di spirito, il tutto accompagnato da buone maniere e corretta

etichetta.

Il lettore attento ora può già vedere la connessione e la correlazione tra i vari concetti sopra menzionati e si renderà conto delle difficoltà che comportano l'arbitraggio, l'insegnamento e l'allenamento e che esse, ad un certo punto dello sviluppo del vostro iaido, si presenteranno tutte assieme, come nel detto "Tutte le strade portano a Roma".

Quando facciamo un'analisi dei punti di forza e di debolezza di tutti gli atleti che partecipano ad una competizione e dei gradi alti, emergeranno molti elementi da considerare fra i punti positivi e quelli meno buoni. La qualità, l'efficacia e l'efficienza delle nostre tecniche necessitano di molta attenzione quando paragoniamo ciò che stiamo facendo in generale con i criteri succitati derivanti dalle indicazioni ufficiali della ZNKR. Pertanto, la nostra evoluzione personale come iaidoka, istruttore, concorrente, allenatore della nazionale o arbitro si regge o crolla a seconda della nostra abilità ad implementare la teoria e la pratica con l'allenamento continuo sotto una guida sapiente e ad un livello tale che ci renda capaci ad eseguire una serie di compiti in modo corretto!

Per vincere o perdere, per imparare ad osservare correttamente e a valutare tutte le impressioni ricevute dalla nostra mente, è molto semplice: bisogna allenarsi, allenarsi e ancora allenarsi seguendo le linee guida di cui sopra ovvero i cosiddetti passaggi tecnici. E' una questione di responsabilità personale quella di essere aggiornati come competitori e come arbitri, ed ovviamente anche come istruttori o allenatori della Nazionale. Talvolta la gente sostiene che un giudice non deve necessariamente possedere lo stesso livello tecnico di un concorrente, ma io personalmente non sono d'accordo. La gara non è adatta al Budo! Però si può utilizzare la gara come un'altra forma di allenamento. Generalmente parlando, secondo me il tempo speso in modo efficace ed efficiente nell'allenamento del Budo ripaga sempre. L'esperienza è il prodotto di tutto il tempo passato, in cui abbiamo fatto errori o vissuto fallimenti. Senza quelle sconfitte e quegli errori, senza il continuo provare e sbagliare, non c'è alcun progredire dell'esperienza e delle abilità tecniche. Infine, ultimo ma non meno importante: l'allenamento duro e faticoso è necessario così come la dedizione, e questo differenzia lo iaidoka con più esperienza con quello meno esperto. Questo è Budo. Sudore, stanchezza, l'essere esausti, non avere più fiato, i crampi durante la pratica, avere le ginocchia doloranti e i muscoli affaticati, anche queste cose sono esperienza. Ed una regola pratica come competitor può essere talora come riuscire ad influenzare i giudici, poiché il livello dei partecipanti alle gare e degli arbitri può variare a seconda della comprensione dei concetti di cui si è parlato all'inizio. Non siamo tutti uguali, il che è positivo perché non siamo macchine.

Consiglio: studiate maggiormente gli aspetti tecnici e teorici; fate delle ricerche ed allenatevi a sufficienza, cercando di essere sempre migliori di ieri. Non considerate l'ambiente dei



campionati europei come un terreno di apprendimento, ma come un raduno di budoka esperti. Quindi preparate voi stessi e la vostra squadra nel corso di tutto l'anno, senza risparmiarvi ma dando tutto quello che potete. Gli istruttori e gli allenatori della nazionale devono stimolare e spingere gli iaidoka in modo sano e professionale a raggiungere livelli sempre più alti!

Le nostre competenze ed abilità e come svilupparle sono l'argomento principale a cui volgere la nostra attenzione, ogni volta e sempre.

Ganbatte kudasai!

René van Amersfoort - 17 gennaio 2017

*(Traduzione di Cristina Gioanetti)*