

LE 5 GUARDIE DELLA ZNKR

Sebbene nello *iaidō* si utilizzino solamente quattro guardie, i *kamae* codificati nel *kendō* della *Zen Nippon Kendo Renmei* sono cinque:

<i>Chūdan-no-kamae</i>	中段の構え
<i>Gedan-no-kamae</i>	下段の構え
<i>Jōdan-no-kamae</i>	上段の構え
<i>Hassō-no-kamae</i>	八双の構え (〇 八相)
<i>Waki-gamae</i>	脇構え



Nei *kata* di *iaidō* non viene impiegata la seconda di quelle elencate, mentre nei *kata* di *kendō* vengono studiate tutte, ma *Hassō-no-kamae* e *Waki-gamae* non sono utilizzate nella pratica e nelle competizioni.



LA TEORIA DEI 5 ELEMENTI



Il numero delle guardie è legato alla tradizione orientale dei cinque elementi (acqua, terra, fuoco, legno e metallo) che proviene dal cosiddetto *ordine dei 5 elementi* di origine cinese (五令 *Wu Xing*), utilizzato in vari campi, dalla medicina tradizionale alle arti marziali. Ad ognuno dei *kamae* è dunque associato un elemento, che ne rivela la natura.

«L'acqua consiste nel bagnare e nello scorrere in basso; il fuoco consiste nel bruciare e nell'andare in alto; il legno consiste nell'essere curvo o diritto; il metallo consiste nel piegarsi e nel modificarsi; la terra consiste nel provvedere alla semina e al raccolto. Ciò che bagna e scorre in basso produce il salato, ciò che brucia e va in alto produce l'amaro; ciò che è curvo o diritto produce l'acido; ciò che si piega e si modifica produce l'acre; ciò che provvede alla semina e al raccolto produce il dolce.» (Confucio, *Shūjing, Il Grande Progetto*)

HASSŌ-NO-KAMAE 八双の構え

La postura chiamata *hassō-no-kamae* 八双の構え (abbreviata frequentemente in *hassō*, o talora chiamata *hassō-gamae*), è una delle cinque posture del *kendō* che troviamo nello *iaidō* in *kesagiri* ed è ampiamente presente nel *jōdō*. Si tratta di una guardia offensiva, che già nel nome indica il fatto di permettere una risposta ad attacchi provenienti da qualunque direzione. Infatti il termine – che si riferisce ad uno specifico impiego della spada – significa "tutte le (otto) direzioni"

(nota: il numero otto in giapponese è usato per indicare una grande quantità).

Qui il piede sinistro è avanti e la spada è tenuta in posizione verticale con la *tsuka* davanti alla spalla destra e la *tsuba* all'altezza della bocca. La lama dovrebbe essere inclinata leggermente all'indietro. Durante il colpo, la spada viene sollevata sopra la testa, come in *jōdan*.

Nello *Shinkage-ryū* si usa la scrittura 八相 *hassō* - con un *kanji* differente, mentre è chiamata *in-no-kamae* (陰の構え Postura dell'Ombra) nel *Ittō-ryū* e in *Katori Shintō-ryū*, e occasionalmente *moku-no-kamae* (木の構え Postura del Legno), a causa della somiglianza della posizione con un albero.





#42

HASSŌ

八双

Questo termine è una parola molto tecnica legata al mondo delle arti marziali, che indica uno stile di uso della spada.

È composta da due ideogrammi: il primo 八 è il numero otto; in Asia è considerato un simbolo di fortuna e per estensione indica una grande quantità o una varietà di cose.

Il secondo 双 significa paio, set, insieme; si usa come contatore per le coppie di oggetti.

Esiste anche una scrittura con il *kanji* 相 ma è meno accreditata.

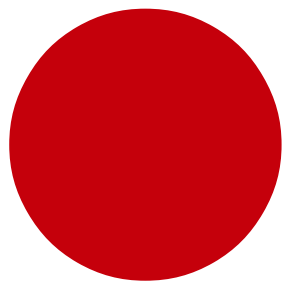


#37

KAMAE

構え

La parola *kamae* viene dal verbo *kamaeru* 構える che significa costruire, stabilire, preparare in anticipo; quindi indica la struttura, l'aspetto e la determinazione. Specificamente in relazione alle arti marziali, si traduce come postura o guardia. Il *kanji* è deriva da una rappresentazione grafica di un recinto o di una struttura in legno che appare identica se guardata dai due lati.



Per quanto riguarda la
pronuncia, si segnala
l'aspirazione della
sillaba iniziale e
l'allungamento della
Ō finale.

