

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*)

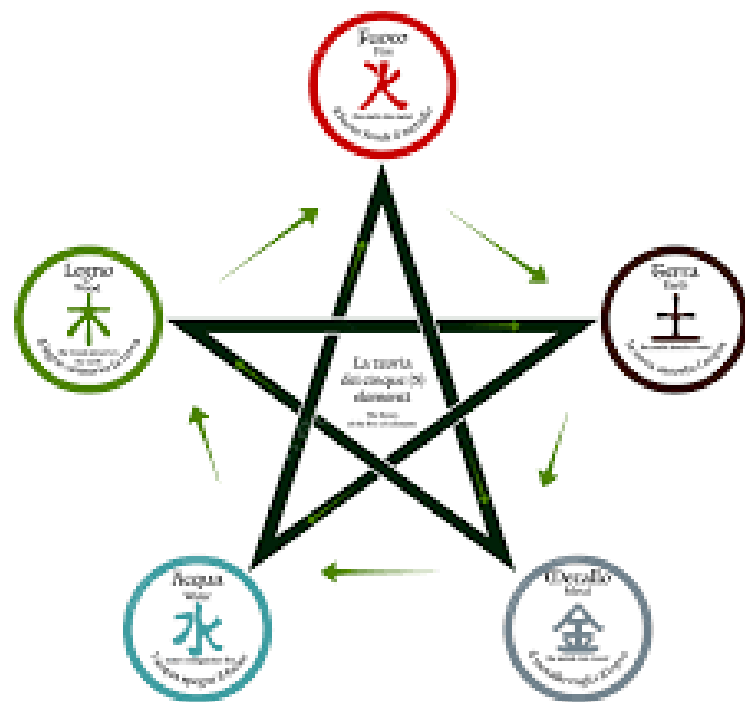
WAKIGAMAE 脇構え

L'ultima delle cinque guardie del *kendō* è una postura in cui il *kenshi* nasconde la lunghezza della propria spada dietro al suo corpo, esponendo solamente la *tsukagashira* all'avversario. Poiché nello *iaidō* le lame non hanno una lunghezza standard, tale guardia funge da deterrente contro l'avversario – che non riesce a valutare l'entità dell'arma - e può dunque essere usata come tecnica di bluff. Oltre alla lunghezza, si cela anche la direzione della lama al proprio avversario, cosicché egli non abbia alcun suggerimento riguardo al prossimo attacco da parte dell'utilizzatore. *Waki-gamae* è anche collegata all'elemento Metallo (金の構え *kin-no-kamae*) nella classificazione dei cinque elementi ed è definita Postura del Sole (陽の構え *yō-no-kamae*) negli insegnamenti *Ittō-ryū* .



RIEPILOGO DEI 5 ELEMENTI

in relazione ai kamae



Chūdan-no-kamae

中段の構え

ACQUA

(水)

scorre fra terra e cielo

Gedan-no-kamae

下段の構え

TERRA

地の構え

va verso il basso

Jōdan-no-kamae

上段の構え

FUOCO

天の構え

va verso l'alto

Hassō-no-kamae

八双の構え

LEGNO

木の構え

assomiglia ad un albero

Waki-gamae

脇構え

METALLO

金の構え

nasconde la lama



#43

WAKI

脇

Questo *kanji* fa parte di un grande gruppo di ideogrammi che rappresentano le parti del corpo, come indicato dal radicale sulla sinistra - che è la stilizzazione di 肉 *niku*, carne. Si tratta infatti dell'ascella e di tutto il fianco laterale del corpo sotto il braccio. In senso figurato significa anche "vicino, accanto, a lato" oppure indica il ruolo di supporto del deuteragonista.

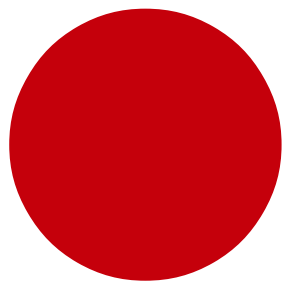


#37

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.



La particolarità in relazione
alla pronuncia è legata al
fenomeno della
nigorizzazione per cui
unendo due parole
la sillaba iniziale della
seconda (-ka-) si sonorizza
e diventa -ga-.

