

Katsujin-ken, la spada che dà la vita

活人剣

Letteralmente il termine significa "la spada che dà la vita" o "la spada che anima". Tuttavia, non si riferisce tanto alla spada fisica quanto all'arte della spada. Il concetto è l'opposto di setsunin-tō: "la spada che uccide (o che toglie la vita)"

Intorno al 1600 questi concetti ricevettero un secondo significato (spirituale e filosofico) nello Yagyu Shinkage Ryu, fortemente influenzato dal Buddismo Zen.

Katsujin-ken si riferiva ora anche alla spada che anima il combattente con la spada. La Setsunin-tō, la spada che uccide, è di ordine inferiore rispetto alla spada che dà vita, all'avversario, non solo da un punto di vista strategico, ma anche da una prospettiva buddista.

Allo stesso tempo, i termini mantengono il loro significato a livello di confronto fisico delle scuole più antiche.

Yagyu Muneyoshi dice: nella nostra scuola la spada posizionata per l'attacco si chiama "setsunin-tō"; la spada che non lo è si chiama "katsujin-ken".

Nel suo studio sul Kashima Shin-ryu Karl Friday fa il seguente commento:

"Nel linguaggio classico del bugei tuttavia, le connotazioni sono più concrete: la "spada" in entrambi i casi non si riferisce all'arma in sé, ma al suo utilizzo; e non è l'avversario stesso a essere ucciso o a ricevere la vita, ma le sue risposte e il suo spirito combattivo. Quando

un combattente usa la forza di volontà per sopraffare, immobilizzare e abbattere un avversario prima che questi possa reagire, si parla di "setsunin-tō" (cioè "spada che infrange", o "spada che uccide la risposta"). Il "Katsujin-ken" ("Spada che anima"), invece, consiste nell'attirare l'avversario, indurlo a colpire e poi entrare nella sua tecnica, contrastandola al momento dell'origine o nel punto di massima estensione. Il Setsunin-tō è un approccio egoistico e rischioso al combattimento: al minimo errore di calcolo, lo spadaccino finisce dritto nel contrattacco dell'avversario. Il Katsujin-ken, invece, implica una sofisticata manipolazione dell'avversario e delle sue azioni per mezzo di un totale altruismo; se condotto correttamente, è virtualmente imbattibile".

Quando si studia il combattimento con la spada tradizionale giapponese è importante rendersi conto che le diverse interpretazioni dei termini e delle tecniche possono essere fatte a diversi livelli (fisico, comunicativo, spirituale; o di autosviluppo, interazione personale, trascendenza) e che non si escludono ma si completano a vicenda.



Lettura consigliata:

Yagyu Munenori

"La spada che dà la vita"

Luni Editrice



Mizu No Kokoro 水の心



Kakari-geiko e Uchikomi-geiko

La maggior parte dei kendoka conosce la differenza tra **uchikomi-geiko** e **kakari-geiko**...in teoria.

Pochi di noi praticano abbastanza di entrambi per essere in grado di eseguirli correttamente.

Uchikomi-geiko è la pratica in cui il **motodachi** offre a **kakarite** i punti da colpire, a sua discrezione o in una sequenza prestabilita. L'obiettivo dell'esercizio è costruire la capacità di attaccare correttamente, non appena se ne presenta l'occasione. Il **kakari-geiko**, invece, richiede che **motodachi** rimanga in **chudan**, costringendo **kakarite** a creare le proprie aperture. Il **kakarigeiko** richiede attacchi rapidi e continui e, se eseguito correttamente, non può essere mantenuto per più di 30 secondi o un minuto.

Il ruolo di **Motodachi** nel **kakari-geiko** è quello di consentire solo i colpi efficaci. Questo può essere fatto semplicemente mantenendo e rilassando il **kamae**, oppure **motodachi** può assumere una posizione più proattiva punendo gli attacchi non andati a buon fine; di solito si utilizzano le tecniche **harai** o **osae** per abbattere o spingere lo **shinai** dell'attaccante verso il basso o di lato.

Questa condotta di **motodachi** può essere intensificata con l'uso di **tai sabaki** (spostamento del corpo fuori linea) quando **kakarite** tenta di colpire, o rispondendo ad alcuni attacchi con **ojiwaza**.

Altre opzioni sono l'introduzione del **taiatari** (**butsukari-geiko**), oppure rispondere con i propri attacchi, trasformando la pratica in **ai-kakari-geiko**.

Sia **uchikomi-geiko** che **kakari-geiko** possono essere eseguiti in formato **mawari-geiko**, con **kenshi** di pari livello che si alternano come **motodachi**. L'altra opzione è quella di farli diventare parte dello **shido-geiko**, dove gli **istruttori** o i **sempai** continuano ad avere il ruolo di guida per tutta la sessione.

In Giappone, le sessioni di pratica libera tra **kenshi** di grado inferiore e **istruttori** terminano invariabilmente con **uchikomi-geiko** o **kakari-geiko**.



La regola è sempre stata quella di fare del proprio meglio per mandare a segno uno o due **ippon** meritevoli, ma una volta che il **sensei** vi ha colpito quattro o cinque volte, è il segnale per passare alla

modalità "iper" e attaccare senza sosta.

Gli **istruttori**, naturalmente, usano la discrezione sull'intensità e la durata di queste sessioni e spingeranno un giovane **kenshi** avanzato in modo molto più duro di quanto farebbero con un **kenshi** meno esperto o più anziano.

Geoff Salmon, Kendo 7° dan Kyoshi



Glossario del Kendo

Kobo-Icchi

Noto anche come "Kentai-Icchi" (da non confondersi con "Ki-Ken-Tai-Icchi!"), rappresenta un concetto che sottolinea l'importanza di unire attacco e difesa in maniera inseparabile durante un combattimento.

Nel Kendo, l'attaccare l'avversario e la capacità di difendersi sono considerate due facce della stessa medaglia. Il **kenshi** deve essere sempre mentalmente e fisicamente pronto a difendersi da un contrattacco dell'avversario mentre sta attaccando, e allo stesso tempo, deve essere pronto a contrattaccare mentre si difende. In altre parole, l'obiettivo non è solo colpire l'avversario, ma farlo in modo tale da preservare la propria sicurezza e avere la possibilità di rispondere alle eventuali contromosse dell'avversario.