

# 全日本剣道連盟居合 (解説)

昭和44年制定

昭和63年改正

平成12年改正

平成18年一部修正

## **LO IAI DELLA ZEN NIPPON KENDŌ RENMEI (Spiegazione)**

Stabilito nell'anno di Shōwa 44 (1969)

Rivisto nell'anno di Shōwa 63 (1988)

Rivisto nell'anno di Heisei 12 (2000)

Ritoccato parzialmente nell'anno  
di Heisei 18 (2006)

「前」(1)

## (8) 退場

「携刀姿勢」で神座に向き直り、刀を右手に持ちかえて「神座への礼」を行う。ふたたび左手に持ちかえて「携刀姿勢」となり、左足から2、3歩後退し、右足の方へ右回りに回って退場する。

## 2

## 術技

(正座の部)

(1)

1本目

「前」

〔要義〕 対座している敵の殺気を感じ、機先を制して「こめかみ」<sup>(1)</sup>に抜きつけ、さらに真っ向から切り下ろして勝つ。

注 (1) こめかみ=目と耳の線付近。

(動作)

1、正面に向って正座する。静かに刀に両手をかけて鯉口を切り、腰を上げながら刃を上にしたまま「鞘引き」<sup>(1)</sup>とともに刀を抜き出し、両つま先を立てて鞘を左へかえし始め、

## (1) MAE

### 8) L'USCITA

Nella «postura di keitō» ci si volge nella direzione dell'altare e passando la katana dalla mano sinistra alla destra si esegue «rei all'altare». Passando nuovamente la katana alla mano sinistra si assume la «postura di keitō»; a partire dal piede sinistro si fanno due o tre passi indietro e girando a destra nella direzione del piede destro, si esce.

## PARTE SECONDA LE TECNICHE

### PARTE IN SEIZA

(1) Ipponme MAE *Primo*  
*DAVANTI*

PUNTI ESSENZIALI: *Si avverte l'intenzione di uccidere di un avversario seduto di fronte; prendendogli il tempo e dominando l'occasione si sfodera e colpisce il «komekami»<sup>(1)</sup>, quindi si ottiene la vittoria tagliando dall'alto verso il basso da frontale.* *kisen wo seisuru*  
*nukitsuke*  
*kirioroshi*

*Nota 1: Komekami: parte vicina alla linea che collega occhio e orecchio.*

### AZIONE

1. Si sta in seiza rivolti verso shōmen. Si portano entrambe le mani alla katana silenziosamente e in modo quieto e si sgancia il koiguchi; mentre si sollevano le anche, con la lama rivolta verso l'alto così com'è si fa «sayabiki»<sup>(1)</sup> e insieme si estrae la katana. Si mettono le punte di entrambi i piedi in presa e si comincia a ruotare la saya verso sinistra;

## 「前」(1)

「鞘放れ」<sup>(2)</sup>寸前に刃を水平にし、腰を伸ばして右足を「踏み込む」<sup>(3)</sup>と同時に敵の「こめかみ」めがけて激しく「抜きつける」<sup>(4)</sup>。

注 (1) 鞘引き=左手は鯉口からはなすことなく、小指を帯に押しつけて左こぶしをじゅうぶん後方に引くこと。

(2) 鞘放れ=切っ先が鞘の鯉口から放れること。

(3) 踏み込んだとき、左足のつま先は左膝の真後ろとなって両膝が直角となるようにじゅうぶん腰を入れ、上体をまっすぐにして「丹田」に力を入れる。

(4) 抜きつけたとき、上体は約45度左へ開き、右こぶしは右斜め前方で止める。切っ先は右肩よりわずかに下げ、右こぶしよりやや内側で止める。

2、左膝頭を右かかと近くにおくと同時に鯉口をへそまえにもどしながら切っ先を左耳にそって後ろを突く気持ちですばやく刀を頭上に「振りかぶる」<sup>(1)</sup>。振りかぶると同時に左手を柄にかけ、間をおくことなく右足を踏み込むと同時に真っ向から「切り下ろす」<sup>(2)</sup>。

注 (1) 振りかぶったとき、切っ先を水平より下げない。

(2) 切り下ろしたとき、左こぶしはへそまえで止め、切っ先を水平よりわずかに下げる。体勢は「前項の注(3)」と同様である。

## (1) MAE

un attimo prima di «sayabanare»<sup>(2)</sup> si rende orizzontale la lama; si raddrizza il bacino e si esegue «fumikomi»<sup>(3)</sup> con il piede destro e contemporaneamente «si sfodera e colpisce»<sup>(4)</sup> violentemente mirando al «komekami» dell'avversario.

nukitsuke

*Nota 1: Sayabiki: senza staccare la mano sinistra dal koiguchi, si tira bene indietro il pugno sinistro col dito mignolo che preme contro l'obi.*

*Nota 2: Sayabanare: il kissaki si separa dal koiguchi della saya.*

*Nota 3: Quando si è fatto fumikomi, tenendo la punta del piede sinistro esattamente dietro il ginocchio sinistro si entra bene con le anche in modo che le ginocchia formino un angolo retto; rendendo diritta la parte superiore del corpo si mette forza nel «tanden».*

*Nota 4: Quando si è sfoderato e colpito, la parte superiore del corpo è aperta circa 45° a sinistra; si ferma il pugno destro in diagonale a destra in avanti. Il kissaki è un po' più in basso della spalla destra; rispetto al pugno destro si ferma leggermente all'interno.*

nukitsuke

2. Si manda la rotula del ginocchio sinistro vicino al tallone destro; contemporaneamente si riporta il koiguchi davanti all'ombelico e mentre si fa passare il kissaki vicino all'orecchio sinistro con la sensazione di fare tsuki indietro, si fa rapidamente «furikaburi»<sup>(1)</sup> con la katana sopra la testa. Nello stesso tempo in cui si fa furikaburi, si porta la mano sinistra alla tsuka; senza soluzione di continuità si fa fumikomi con la gamba destra e contemporaneamente si «taglia dall'alto verso il basso»<sup>(2)</sup> da frontale.

kirioroshi

*Nota 1. Quando si è fatto furikaburi non si abbassa il kissaki più della linea orizzontale.*

*Nota 2: Quando si è tagliato dall'alto verso il basso, si ferma il pugno sinistro davanti all'ombelico; si abbassa il kissaki un po' più della linea orizzontale. La postura del corpo è uguale alla «nota 3 del punto 1».*

## 「前」(1)

3、 左手を柄からはなして左帯におくと同時に右手の「たなごころ」を上にかえして刃先を左に向け、そのまま右へおおきく肩の高さに回して肘をまげてこぶしを「こめかみ」に近づける。立ち上がりながら「袈裟に振り下ろしての血振り」<sup>(1)</sup>をして「居合腰」<sup>(2)</sup>となる。

注 (1) 袈裟に振り下ろしての血振りは雨傘の雫を振りきるときと同じ要領で行う。振り下ろしたとき、右こぶしは左手と水平の高さで右斜め前方となり、切っ先は約45度前下がりとなって右こぶしよりやや内側で止める。このとき刃先は振り下ろした方向に向く。

(2) 居合腰=残心の気構えで両膝をわずかにまげ、腰をおとした姿勢。

4、「居合腰」のまま後ろ足を前足にそろえ、続いて右足を引く。左手を左帯から鯉口におくって「納刀」<sup>(1)</sup>し、納め終わると同時に後ろ膝を床につく。

注 (1) 納刀のとき、左手は鯉口を中指で握って親指と人さし指の握りをゆるめ、右手は鰐元近くの棟を左手の親指とまげた人さし指のくぼみにおくる。右肘を右斜め前方に伸ばして切っ先を左腰近くにおくるとともに、左手の鯉口も左帯近くにおくって切っ先を鯉口に入れる。刀を納めはじめるとともに左手で鞘をわずかに引き出してこれを迎え、

## (1) MAE

3. Staccando la mano sinistra dalla tsuka, la si manda all'obi a sinistra e contemporaneamente, ruotando verso l'alto il «tanagokoro» destro, si volge a sinistra il filo della lama; così come si è si gira con un movimento grande fino all'altezza della spalla e piegando il gomito si avvicina il pugno al «komekami». Mentre ci si alza, facendo «chiburi dall'alto in basso sulla kesa»<sup>(1)</sup> si assume «iaigoshi»<sup>(2)</sup>.

*Nota 1: «Chiburi dall'alto in basso sulla kesa» si esegue nello stesso modo di quando si scuotono via le gocce d'acqua da un ombrello bagnato. Quando si è portata la katana in basso il pugno destro è in avanti in diagonale a destra alla stessa altezza della mano sinistra; il kissaki è in basso in avanti a circa 45° e un po' all'interno rispetto al pugno destro. In questo momento il filo della lama è rivolto nella direzione in cui si è portata la katana dall'alto verso il basso.*

*Nota 2: Iaigoshi: con l'attitudine di zanshin si piegano leggermente le ginocchia; è una postura con le anche abbassate.*

4. Mantenendo la postura di «iaigoshi» si porta la gamba posteriore accanto a quella che sta davanti e di seguito si tira indietro la gamba destra. Mandando la mano sinistra dall'obi a sinistra al koiguchi si esegue «nōtō»<sup>(1)</sup>; nello stesso momento in cui si finisce di rinfoderare, il ginocchio posteriore tocca il pavimento.

*Nota 1: Al momento di nōtō la mano sinistra afferra il koiguchi con il dito medio e allenta la presa del dito pollice e dell'indice; la mano destra manda sull'incavo tra il pollice e l'indice piegato della mano sinistra il mune vicino alla base della tsuba. Stendendo in avanti in diagonale a destra il gomito destro si manda vicino all'anca sinistra il kissaki e nello stesso tempo, mandando vicino all'obi a sinistra anche il koiguchi tenuto dalla mano sinistra, si introduce il kissaki nel koiguchi. Nello stesso momento in cui si comincia a rinfoderare la katana, si tira un po' in avanti la saya con la mano sinistra e si va incontro alla katana;*

## 「後ろ」(2)

静かに両手で納め終わって鐔に左手親指をかける。納め終わったとき、鐔はへそまえとし、刀はほぼ水平にする。

5、立ちあがると同時に後ろ足を前足にそろえる。右手を柄からはなして「帯刀姿勢」<sup>(1)</sup>となり、左足より退いて元の位置にもどる。

注 (1) 帯刀姿勢=刀を帯に差した姿勢。

## (2) 2本目 「後ろ」

**〔要義〕** 背後にすわっている敵の殺気を感じ、機先を制して「こめかみ」に抜きつけ、さらに真っ向から切り下ろして勝つ。

### 〔動作〕

正面から右足の方へ右回りに向って後ろ向きに正座する。静かに刀に両手をかけ、「1本目、動作の1」にならって刀を抜き出す。刀を抜き出しながら右膝頭を軸に左膝を立てて左回りに回って正面の敵に向き直り、同時に左足をやや左寄りに踏み込んで敵の「こめかみ」めがけて激しく抜きつける。



## (2) USHIRO

*finendo di rinfoderare silenziosamente e in modo quieto con le due mani, si appoggia il pollice della mano sinistra sulla tsuba. Quando si è finito di rinfoderare, la tsuba è davanti all'ombelico e la katana è quasi orizzontale.*

5. Nello stesso momento in cui ci si alza, si porta il piede posteriore accanto a quello anteriore. Staccando la mano destra dalla tsuka si assume la «postura di taitō»<sup>(1)</sup> e indietreggiando a partire dal piede sinistro si ritorna alla posizione di partenza.

Nota 1: Postura di taitō: è la postura in cui la katana è cinta nell'obi.

(2)

Nihonme

USHIRO

Secondo  
DIETRO

PUNTI ESSENZIALI: *Si avverte l'intenzione di uccidere di un avversario seduto alle nostre spalle; prendendogli il tempo e dominando l'occasione si sfodera e colpisce il komekami, quindi si ottiene la vittoria tagliando dall'alto verso il basso da frontale.*

kisen wo seisuru  
nukitsuke

kirioroshi

AZIONE

1. Da shōmen girando a destra nella direzione del piede destro ci si siede in seiza rivolti indietro. Silenziosamente e in modo quieto si portano entrambe le mani alla katana; si estrae la katana come descritto nel «punto 1 dell'azione di Mae». Mentre si estrae la katana, girando verso sinistra facendo perno sulla rotula del ginocchio destro e sollevando il ginocchio sinistro, ci si volge nella direzione dell'avversario che sta a shōmen e contemporaneamente si sfodera colpendo violentemente, facendo fumikomi portando leggermente a sinistra il piede sinistro e mirando al komekami dell'avversario.

nukitsuke

2006年台湾で開かれた第13回世界剣道大会には47カ国がエントリーしている。居合道が世界の何カ国に普及しているか正確な数については知らないが、少なくとも西ヨーロッパにおいてはすべての国において、そして、最近東ヨーロッパへの普及も目覚ましいものがあるようだ。

ヨーロッパにおける居合道の草分け的存在であるイギリス、フランス、ベルギー、イタリアなどもすでに30年以上の歴史を有し、六段、七段の高段者も少なからず生まれてきつつあることは、その歴史に関わってきた私にとっても大変嬉しいことである。しかし、この各国において生まれ育ってきた高段者は今や指導者という立場に立ち、次世代の後進を正しく導いていく必要に迫られている。

そこで必要不可欠なのは、絶対的に信頼のおける居合道修行のためのバイブルである。その役割を果たすことができるのは、日本においても同様の事情にあるわけであるが、全日本剣道連盟より刊行されている『全日本剣道連盟居合(解説)』において他にない。すでに私はエンリコ・フォンガロ氏、マリオ・メネガッティ氏およびグラッツィエラ・フランチェーゼ氏とともに共同して1997年にスキージャーナル社より刊行された全日本剣道連盟編、棚谷昌美解説『新版・全日本剣道連盟居合』(1990)を写真とともにイタリア語版に翻訳した。

*Al tredicesimo Campionato del Mondo di Kendō che si è tenuto a Taiwan nel 2006 hanno partecipato 47 nazioni. Non conosco con precisione il numero esatto delle nazioni in cui è diffuso lo Iaidō, ma come minimo è presente in tutti i paesi dell'Europa occidentale, e in questi ultimi anni anche la sua diffusione negli stati dell'Europa orientale è notevole.*

*Le nazioni che hanno aperto la via allo Iaidō in Europa –tra cui ad esempio l'Inghilterra, la Francia, il Belgio, l'Italia– vantano già più di trent'anni di storia, e di recente cresce sempre di più il numero dei praticanti di alto grado, sestì e settimì dan. È una cosa di cui anch'io, che ho preso parte a questa storia, sono estremamente felice. Così oggi i praticanti di alto grado, che sono cresciuti in queste nazioni, si trovano nella posizione di istruttori e necessariamente sono gravati dalla responsabilità di guidare in modo corretto le nuove generazioni.*

*Per questo è indispensabile che vi sia un testo di riferimento assolutamente affidabile per affrontare la pratica dello Iaidō. Proprio come in Giappone, l'unico testo che possa svolgere questo ruolo è Lo Iai della Zen Nippon Kendō Renmei (spiegazione) edito dalla Zen Nippon Kendō Renmei.*

*Nel 1997 assieme ad Enrico Fongaro, Mario Menegatti e Graziella Francese avevo tradotto in italiano in un'edizione corredata di fotografie il testo Lo Iai della Zen Nippon Kendō Renmei – Nuova edizione, a cura della Zen Nippon Kendō Renmei e pubblicato dall'editore Ski Journal nel 1990 con il commento di Tanaya Masami.*

平成12年(2000)に従来の10本に2本が追加され、また平成18年(2006)に一部修正されたので、最新の全日本剣道連盟居合修行のバイブルたる『全日本剣道連盟居合(解説)』の日本語—イタリア語の対照版の刊行を試みた。

翻訳の基本姿勢は、一言も付け足すことなく、また一言も省略することなく、日本語のテキストに可能な限り忠実で、私的な注釈や解釈を加えないというものであった。また同じ日本語の単語はできるだけ同じイタリア語の単語を使用して翻訳するように努めた。願わくは本テキストがこれから正しい全日本剣道連盟居合道の修行を志すすべての人々にとって座右の書となり、さらなる国際居合道の発展に少しでも力となればこれに過ぎる喜びはない。

2007-9-29

全日本剣道連盟居合道教士八段  
宮崎賢太郎

*Nell'anno di Heisei 12 (2000) sono stati aggiunti due nuovi kata ai dieci già esistenti ed in seguito, nell'anno di Heisei 18 (2006) il testo è stato ritoccato parzialmente. Per questi motivi abbiamo provato a pubblicare una nuova versione bilingue con testo a fronte giapponese-italiano dell'edizione più recente de Lo Iai della Zen Nippon Kendō Renmei (spiegazione), che è la «bibbia» per la pratica dello Iai della Zen Nippon Kendō Renmei.*

*L'atteggiamento fondamentale che ha guidato la traduzione è stato di non aggiungere o togliere nemmeno una parola rispetto al testo giapponese e di renderlo nel modo più fedele possibile senza mai inserirvi commenti o interpretazioni personali. Inoltre ci siamo impegnati a tradurre cercando di usare sempre un'unica e identica parola italiana per rendere un unico ed identico termine giapponese. Ci auguriamo che questo libro possa diventare una sorta di breviario per tutti coloro che aspirano a praticare uno Iaidō della Zen Nippon Kendō Renmei corretto, e se in questo modo contribuirà anche di poco allo sviluppo dello Iaidō a livello internazionale, non ci potrà essere gioia più grande*

29 settembre 2007

Zen Nippon Kendō Renmei Iaidō kyōshi 8°dan  
Miyazaki Kentarō