

# Riflessioni personali su Honte e Gyakute

di Nishioka Tsuneo

(Questa discussione è stata preparata in occasione dell'uscita del *Kihon Video* prodotto da Nishioka Sensei. SJK)

In uno scritto del professor Eishi Matsuoka dell'università Gakugei di Tokyo, c'è una sezione a proposito di Honte e Gyakute chiamata "Kanji giapponesi e cinesi" (i Kanji sono gli ideogrammi di origine cinese). Ho letto questo brano con molto interesse. Tuttavia, trovo che, a proposito della pratica dello SMR Jodo, manchi qualche ulteriore spiegazione.

Lo scritto descrive i termini "Junte" e "Gyakute". Nello Iaido i termini corrispondenti sono "Juntou" e "Sakatou". Nel Jodo abbiamo "Honte", che corrisponde al "Kirite" del Kendo. Questi termini sono diversi in ogni arte. Ci sono poi 3 modi di prendere un Kamae con le anche: frontale, laterale e intermedia tra le due. Naturalmente, ogni posizione ha il suo nome specifico.



**1. Nishioka Sensei dimostra Honte.**



**2. Nishioka Sensei dimostra Gyakute.**

In particolare, nel Jodo, ci sono due modi per afferrare un oggetto – Honte e Gyakute. Per comprendere Honte e Gyakute è necessario spiegarle alla perfezione, interiorizzarne la tecnica e metterla in pratica. pertanto, anche se capite le parole, è cosa del tutto diversa essere in grado di applicarle correttamente. Matsuoka Sensei scrive nel suo libro che anche se si consulta il dizionario su questi termini, la cosa resta difficile da capire. Dal momento in cui sono arrivato alla comprensione dello SMR Jodo, ho percepito con quanta trascuratezza ci si occupava di questo argomento, da parte mia come degli altri. Per questo, vorrei spiegare chiaramente il mio approccio.

Nel video sui Kihon-dousa, noterete che in molte occasioni fornisco spiegazioni sui punti che ritengo più importanti.

Se, nella vita di tutti i giorni, osservate i modi di prendere e stringere gli oggetti, sarete in grado di capire meglio ciò che in precedenza avete eseguito inconsapevolmente. Chiaramente, le azioni inconsapevoli non vengono comprese correttamente dal corpo. La consapevolezza di Honte e Gyakute nello SMR Jodo è così. Ho riflettuto su queste cose tra i cinquanta e i sessant'anni, ma credo di aver compreso veramente l'importanza della presa nelle posizioni Honte e Gyakute soltanto dopo aver passato i settant'anni.

Credo che, quando si usa uno strumento, dobbiamo interrogarci su come afferrarlo ed utilizzarlo. Se guardate attentamente la presa usata dai praticanti di Kendo e Iaido, noterete piccole differenze di forma. Ho saputo che anche i nomi utilizzati per queste prese differiscono. Nel Bujutsu, ciò si chiama "Tenouchi", e credo che sia in assoluto uno dei principi meno compresi. Una delle ragioni è che le mani molto raramente assumono la stessa posizione nell'afferrare un oggetto... in effetti, la presa è sempre diversa.

Quando si afferra un oggetto si ha uno scopo, e quindi la presa dev'essere adattata al compito che si vuole eseguire. Ci devono essere innumerevoli modi di tenere un oggetto in mano. Nel Bujutsu c'è la spada, il jo, il bo, il naginata, il fucile, la pistola e tante altre armi. Nel golf, nel tennis, nel baseball, nella ginnastica, nel sollevamento pesi, nel badminton e in ogni altro sport ci sono numerosissimi strumenti.

Honte è anche nota come "Kirite" (mano per tagliare), mentre Gyakute è anche nota come "Uchite" (mano per colpire). Entrambe le prese sono usate nel Jodo, mentre solitamente per la spada si usa soltanto Honte.

I Kanji usati per Gyakute possono anche essere pronunciati "Sakate". Tuttavia, sono giunto a comprendere la differenza tra Gyakute e sakate solo recentemente. In effetti, è una confessione abbastanza imbarazzante per me. Mi ci sono voluti molti anni di pratica per capire questi dettagli. nelle tecniche di base del Jodo ce n'è una chiamata Gyakute-tsuki (Tsuki significa stoccata, lett. "spinta"). Credo che questa tecnica sarebbe chiamata più propriamente Sakate-tsuki, piuttosto che Gyakute-tsuki, a causa della presa utilizzata. C'è la normale presa Honte per tenere un jo o una spada, e nel caso di Sakate, si tratta dello stesso modo di prendere. Queste differenze possono sembrare un rompicapo, perciò vorrei che ognuno ci pensasse attentamente.



**3. Forse è difficile capire Sakate dalle spiegazioni in quest'articolo... Il Tenouchi di Sakate è lo stesso di Honte, ma la differenza sta nell'oggetto (jo, coltello... qualunque cosa afferrate), che è rovesciato. L'esempio più evidente è in Gyakute-tsuki. Noterete nella figura a destra che Sensei dimostra la presa corretta per Gyakute-tsuki (o Sakate-tsuki). Nella figura a sinistra, si vede il Kamae con cui inizia il kata 'Hissage'... un altro esempio di Sakate.**

Quindi, qual'è il Tenouchi di honte? (Ovvero... come si deve prendere in Honte?) E qual'è il Tenouchi di Gyakute? Quando si afferra in Honte, l'oggetto che tenete è allineato con la linea della vita che si trova nel palmo della mano, con un angolo a partire dalla base del dito indice. Quando si afferra in Gyakute, l'oggetto è disposto su una linea attraverso il palmo della mano. Per Honte il polso è flesso, mentre per Gyakute il polso è diritto (o piatto). Vi chiedo di sperimentare da voi quanto sopra.

Spesso non si pone attenzione alla differenza tra Honte e Gyakute nelle attività quotidiane. Queste rappresentano i due modi fondamentali di afferrare gli oggetti, e comportano vantaggi diversi di cui spesso non siamo consapevoli. Come afferrate le bacchette per mangiare? O un pennello? Un coltello, una forchetta, un cucchiaio, un martello, una sega? Ci sono innumerevoli oggetti, e per ciascuno una presa appropriata dipendente dallo scopo finale. Dubito però che tutti conoscano correttamente questa presa appropriata.

Come tengono le bacchette i percussionisti? E il suonatore di shamisen, come tiene il plettro? Vorrei domandare agli specialisti in queste discipline, mi chiedo se insegnano due modi di tenere gli strumenti. Forse, dopo tanta pratica, questi specialisti hanno capito queste cose da sé.

Io le ho comprese soltanto di recente: credo che molti non distinguano con chiarezza le differenze nel Tenouchi di Honte e Gyakute. Ad esempio, quando si assume Gyakute seigan kamae (la posizioni in cui il jo è puntato verso gli occhi e tenuto in Gyakute), ho visto persone che tengono la mano avanzata in Gyakute, mentre quella arretrata (quella fondamentale) è in Honte. Questo capita anche con praticanti molto esperti e di grado elevato. Inoltre, nel caso di Honte-uchi and Hikiotoshi-uchi, ci sono molti che tengono la mano avanzata correttamente in Honte, ma mi sorprende vedere che la mano arretrata finisce in Gyakute. Per Hikiotoshi-uchi, nell'istante in cui si afferra il jo, la mano è in Gyakute, mentre al momento finale in cui si colpisce il bersaglio dovrebbe essere in Honte.

Da quando ho compreso Honte e Gyakute, vedo che la presa Honte dei praticanti di Jodo non è perfetta. Mi stupisce che la stessa presa sembri indeterminata addirittura in praticanti esperti di Kendo e Iaido. Analogamente, sono sorpreso che molti praticanti taglino con la spada usando una presa Gyakute.

In conclusione, credo che fondamentalmente ci siano due modi di afferrare gli oggetti (Honte e Gyakute), e non altri. Nella lingua giapponese, i caratteri usati per Gyakute e Sakate sono gli stessi, ma in realtà si tratta di due cose del tutto diverse e quindi dobbiamo prestarvi attenzione. È anche necessario essere molto chiari sulla posizione dei polsi in queste prese. Le differenze pratiche tra Honte e Gyakute possono essere comprese dall'esperienza nel brandire, colpire, tirare, spingere e tagliare... il vostro corpo potrà capire queste cose soltanto attraverso il Keiko (pratica). Se potete eseguire queste cose una o dieci volte non basta. Dovete mettere il massimo sforzo per riuscire ad eseguire una tecnica con lo stesso risultato ogni volta. E tuttavia, nessuno può mai dire che le sue basi siano perfette... è per questo che si dice che bisogna praticare per tutta la vita.

Infine, mi ripeto ancora: nello SMR Jodo le prime tre conoscenze di base sono Honte-uchi, Gyakute-uchi e Hikiotoshi-uchi. L'utilità di queste conoscenze non si limita allo SMR Jodo, ma può essere applicata ad ogni altra cosa.



**Traduzione di Lorenzo Trainelli.**

©2004 Shinjuku Jodo Kai

## Come prendere in Honte e Gyakute



Per prendere in Honte: disponete le mani sui lati opposti del jo e afferrate nel modo indicato nella figura sotto. Notate l'angolo del jo rispetto al palmo della mano e l'angolo di flessione del polso.



Per Gyakute, disponete le mani come mostrato sotto... il jo attraverso il palmo e il polso diritto.



Jodokai Milano  
Shinjo Muro Bujutsu Jodo

Traduzione di Lorenzo Trainelli.

©2004 Shinjuku Jodo Kai