

bulletin de liaison et d'information du shung-do-kwan budo 66, rue liotard, genève

aikido, iaido, jodo, judo, karaté, kendo, kyudo, yoseikan budo





**PATISSERIE** TEA-ROOM



27, rue Lamartine Téléphone 45 30 90

# raymond grandvaux

constructions métalliques serrurerie service de clés



29 bis, rue de Lausanne 1201 Genève

Tél. 731 09 45







S. T. CALLEA

10, rue du Contrat-Social 1203 GENÈVE/Saint-Jean Tél. 022/441341 - Fax (022) 455709

# Salon Grand-Pré

Jean-Jacques & Anne Duvigneau-Ansermet

27, rue du Grand-Pré 1202 Genève Tél. 734 67 34

Ouvert du mardi au vendredi de 8 h. 30 à 19 h. 00 samedi de 8 h. 00 à 17 h. 00

Coiffure Visagisme Massage Esthétique Vous êtes-vous jamais penché(e) sur les possibles interprétations du salut, et leurs implications? Ce numéro spécial vous en donne l'occasion et je vous propose quelques éléments de réflexion en guise d'introduction.





Il ne sagit pas de traiter du salut synonyme de félicité éternelle (bien que je vous la souhaite), mais plutôt en tant que démonstration de civilité que l'on fait lors d'une rencontre.

Par civilité on entend l'observation des convenances en usage dans un groupe. Or on sait que la gamme de ces convenances peut aller jusqu'à la cérémonie protocolaire extrêmement codifiée, mais existe-t-il une convenance minimale? Si oui, l'on peut aisément admettre qu'elle doit être commune à l'animal et à l'homme. De plus

le modèle le plus simple que l'on peut imaginer est en réalité plus complexe qu'il n'y paraît...

Lorsque deux animaux de la même espèce se rencontrent (certains s'évitent soigneusement), ils échangent des informations. En simplifiant, celles-ci passent par le canal des sens et indiquent principalement deux éléments plus ou moins imbriqués : le degré d'agressivité et la reconnaissance de l'appartenance.

Il est intéressant de noter que la distance (Maai, [1]) joue un rôle dans les deux aspects. Il existe en effet ce que l'on appelle la distance de fuite, qui correspond à la distance minimale au deçà de laquelle un individu ne se sent plus en sécurité (elle sera donc différente selon qu'il sagit d'une antilope ou d'un ours). De plus cette distance pourra être nulle lorsqu'il sagit d'un mâle ou d'une femelle en rut, alors qu'à la même époque elle existera bel et bien pour deux mâles.

#### Le savoir-vivre ou le savoir-rester-vivant?

On peut tirer des parallèles saisissants entre le comportement animal et humain.

Toute civilisation humaine a développé des convenances qui lui sont propres selon le lieu et l'époque. Mais quel que soit le vernis, le fond reste commun et pas très éloigné du monde animal.

L'individu en face de moi est-il potentiellement dangereux? Porte-t-il une arme, si oui est-elle prête à servir et suis-je hors de portée? Est-il agressif, indifférent ou amical?

<sup>[1]</sup> Contact avril '90, Calligraphie.

Pour répondre à ces questions, l'homme fait appel en grande partie à son bon sens instinctif (lorsqu'il le possède encore)... Par exemple, les mains bien en vue sont un gage de sécurité, et l'on connaît de multiples cas de convenances qui bloquent ces membres lors d'un salut. Il n'est que de citer les mains jointes à la hauteur de la poitrine chez certains asiatiques (il n'y a pas de contact physique), ou, chez nous, la main droite mutuellement serrée (car il sagit de celle qui saisit habituellement une arme).

Si les individus sont armés, le fait que l'arme soit dans un fourreau et qu'elle nécessite plusieurs mouvements pour la rendre utilisable indiquera une situation *neutre* à cet instant. A certaines époques où porter une arme fait partie de l'habit il sagit là d'une rencontre normale.

#### L'occupation de l'espace

De plus la notion d'espace ou de sphère (Maai) est toujours présente. Pénétrer la sphère personnelle (Irimi) en étant trop proche de quelqu'un est en général très mal ressenti, même sans arme (distance de fuite) [2]. Pénétrer dans la maison de quelqu'un en étant porteur d'une arme, ou plus en étant prêt à l'utiliser, indique automatiquement un état agressif. C'est pourquoi dans la plupart des sociétés ces deux cas de figure sont proscrits, sauf volonté délibérée...

A ces aspects du comportement s'ajoute le langage. Il permet à l'humain de prononcer, selon la situation et l'usage, des phrases (malheureusement souvent creuses) qui sont autant de clés favorisant ou non la suite de l'entrevue, et situant les individus l'un par rapport à l'autre. Car la parole et l'attitude permettent de confirmer, ou de nier, la hiérarchie (classe, caste, rang, âge, sexe) ou le degré d'intimité.

#### L'étiquette au Dojo

Le Dojo est un lieu où l'on pratique des voies martiales japonaises. L'étiquette qui leur est associée est quelques fois mal ressentie, souvent incomprise et même jugée inutile. Elle provient pourtant de la même origine et il semble donc incohérent d'accepter la technique et de laisser pour compte un rituel sous prétexte qu'il est vieux et étranger.

Pourtant, l'étiquette ne nous apprend-elle pas à nous situer dans l'espace et à nous comporter face à un pratiquant, un enseignant ou une arme? Ne nous permet-elle pas de mieux pervevoir les dangers potentiels et de nous en préserver? Ne favorise-t-elle pas une pratique plus pleine?

Alors pourquoi ne pas soulever ce voile considéré comme poussiéreux et devenir conscients que sous la contrainte se cachent, dans ce microcosme qu'est le Dojo, des éléments qui peuvent nous aider à mieux vivre dans le quotidien.

Si le salut vous semble inutile, pensez que même les ours respectent une étiquette, et que saluer c'est avant tout établir un CONTACT.

[2] Bien que cette distance puisse varier ; elle semble par exemple plus faible dans les pays du sud.

COORDINNATION: Erick Moisy CO-REDACTEURS: Denise Begert, Serge Dieci, Stéphane Emmery, Pascal Krieger, Olivier Mermin, Erick Moisy, Marcel Subert Metteur au point: Serge Dieci Montage et presentation: Erick Moisy Expedition: Kim Kyriazi Parution: 6 fois l'an Minression: pressEXpress

## DOSSIES

à propos de Rei

Il y a quelques années, je découvrais au SDK les bases d'un art martial et de la calligraphie, et dans mon enthousiasme je saluais un soir mon professeur de Shodo par une superbe courbette qui m'apparut des plus authentique. Je ne me rappelle plus en quels termes il me réprimenda, fort gentiment, mais c'est d'une poignée de main (ou d'une bise) que depuis je salue les gens lorsque cette politesse élémentaire ne fait pas directement partie de la gestuelle de la discipline pratiquée.

Le choix du "salut" comme thème de ce numéro n'est pas anodin. Un pratiquant de Budo peutil se contenter de ces courbettes exotiques qui souvent suffisent à caricaturer les japonais. S'il est vrai que ces derniers n'en sont pas avares, doit on les singer ou tenter de retrouver l'esprit du rituel plutôt que la lettre (c.f. l'article "calligraphie" de P. Krieger, octobre 88: ONKO CHISHIN)?

#### **REI: TOUTE UNE HISTOIRE!**



La civilisation japonaise se caractérise entre-autre par l'importance de la morale et des relations humaines. La religion, la philosophie, la morale et la pensée politique ne sont pas vraiment séparées, toutefois le formalisme de la morale prend le pas sur la religion elle-même. Les relations sociales sont prioritaires sur l'individu, et un système moral limité a tendance à être considéré comme Absolu, ce qui est particulièrement le cas pour le Confucianisme : le respect du fonctionnement harmonieux au sein de la pyramide sociale impose à chacun de s'épanouir à

la place où il est, et en fonction de sa place par rapport aux autres. Le Bouddhisme va dans le même sens avec le concept de Muga: les choses sont vides de nature propre, du fait qu'elles n'existent pas autrement que par rapport à un Tout. D'où l'illusion du "moi" qui est un aspect de la totalité et par conséquent les termes des rapports se dissolvent dans les rapports. [1]

De la même façon, la langue japonaise a tendance à exprimer davantage les rapports entre les personnes que les personnes elles-mêmes:

- sujet souvent non exprimé ;
- objet souvent non exprimé;
- rapports entre-eux exprimés par les formes de politesse et d'humilité, certains verbes auxiliaires exprimant ces rapports, vocabulaire spécifique et syntaxe particulière.

Le salut exprimé par le corps est donc la correspondance non verbale de cette priorité du rapport sur l'individu.

Lorsque nous saluons dans un **Dojo**, nous prononçons le terme **Rei**. Ce mot est d'origine chinoise ainsi que tout le système d'écriture japonais [2], le Confucianisme et le Bouddhisme qui furent importés via la Corée aux alentours du quatrième et cinquième siècles. Ce fut une introduction par le haut de la pyramide sociale, et l'on comprend que l'aristocratie en place sut tirer profit de telles doctrines. Il sagissait d'établir une nouvelle hiérarchie des valeurs, de trouver les fondements philosophiques et religieux du pouvoir, de l'ordre politico-social. L'exemple du personnage Confucius (551-479 av. J.C.) ne pouvait que séduire cette classe dirigeante.

Né dans une famille pauvre, ses ancêtres avaient appartenu à la maison ducale de l'état des Song, descendants de la dynastie royale des Zhoù (1121-256). Confucius perd son père à l'âge de trois ans. Sa mère, malgré leur pauvreté, le fait instruire par un grand Maître. "Je ne suis pas né savant, j'aime les anciens et j'ai étudié avec ardeur." Confucius ne va en fait pas inventer un système, mais puiser dans le formidable héritage de la Chine classique. La notion de "piété filiale" (dont l'extension est la dévotion à l'Empereur) développe la Vertu, qualité fondamentale pour le règlement des rapports sociaux entre les hommes. Quatre germes amèneront à posséder quatre Vertus qui, s'il apprend à les développer, distingueront l'Homme des animaux :

- la commisération est le germe de la Bonté Humaine, Jin ;
- le sentiment de honte est le germe de la Justice, Gi;
- la modestie est le germe de la Bienséance, Rei ;
- le sens du juste et de l'injuste est le germe de la Sagesse, Chi.

La philosophie confucianiste ne peut être résumée par ces quelques définitions, nous essayons simplement de suivre l'itinéraire de Rei. Cette notion de rituel, de bons usages, de normes de conduite, sera développée dans l'un des "Cinq Classiques" étudiés par tous les lettrés confucianistes chinois puis japonais: Le Livre des Rites, Raiki. Il sagit d'un livre très hétérogène et complexe qui rassemble des faits particuliers, des descriptions de cérémonies (banquets, funérailles, déroulement des ambassades, et formules rhétoriques à utiliser), des institutions du système impérial, une théorie du rituel et de la musique, ainsi que la description de certains arts comme le tir à l'arc. C'est donc une mise en forme de la politique, de la religion et de la morale étroitement imbriquées, dont le formalisme à outrance est un reflet des civilisations chinoises et japonaises.

<sup>[1]</sup> Dans la très actuelle "Psychologie humaniste", fondée par Carl Rogers, la qualité de la relation prime sur le fonctionnement individuel.

<sup>[2]</sup> voir sur l'étymologie de Rei, page 29.

Le Confucianisme s'est développé au Japon jusqu'au début de la période de Hejan (784-1185). La culture littéraire de la noblesse s'appuie sur les textes confucianistes classiques toujours dans le but très pragmatique d'établir les fondements théoriques du complexe système des codes qui régit la société japonaise. Jusqu'à cette époque le Confucianisme ne donne pas lieu à une pensée spécifiquement japonaise, il sagit d'un Confucianisme "au Japon". Puis vient une importante période de déclin sous Heian : le caractère systématique, rigide de cette doctrine ne semble pas convenir au génie japonais plus orienté vers une acceptation de la réalité telle qu'elle est ; l'acceptation en bloc du système dans un but purement pratique s'est faite au détriment de la compréhension des principes philosophiques qui régissent ce système.



La période féodale (1185-1573) va voir l'éclosion d'une nouvelle forme de pensée, le Néo-Confucianisme, qui lui va trouver un aboutissement typiquement japonais. Les deux grands précurseurs sont cependant chinois: Shushi (1130-1200) et O Yomei (1473-1529). Quoique très critiques à l'égard des autres systèmes philosophico-religieux, le Shintoisme et le Bouddhisme, ce nouveau courant très influencé par le Taoisme et le Ch'an (qui va également se développer au Japon à cette époque sous le nom de Zen) va montrer une grande aptitude au syncrétisme. Ce système de pensée adopte les principes, mais avec une terminologie confucianis-te : pour les bouddhistes, la nature humaine est " pure", pour les confucianistes elle est "bonne". L'introduction se fera d'ailleurs par des moines Zen de l'école Rinzai. Nous retrouvons les 4 vertus fondamentales, Shijo:

· Jin," la bonté humaine",

• Gi, "l'équité, la justice, la droiture", • Rei, "la bienséance",

· Chi. "la sagesse": La pratique de ces vertus permet à l'Homme de manifester sa "nature bonne" dans le cadre de 5 rapports interpersonnels :

• Shin, le lien d'intimité entre père et fils,

· Gi, l'équité entre souverain et sujet,

• Betsu, la notion de différence entre mari et femme.

• .Io. l'ordre de préséance entre aîné et cadet.

• Shin, le lien de sincérité entre amis.

Photo: Portrait de Minamoto-no-Yoritomo. fondateur du Shogunat de Kamakura et chef virtuel du Japon au début du XIIIe siècle

Pour les puristes passionnés de philosophie, les deux courants du Néo-Confucianime se différencient ainsi : le premier, celui de Shushi est un dualisme (Ri "le principe" et Gi "la matière") tel que le Réalisme Platonicien, tandis que le second, celui d'O Yomei est un monisme ("l'esprit" est le Ri), tel que l'Idéalisme Kantien.

Le Confucianisme et le Néo-Confucianisme s'interrogent sur la réalité du monde, de la politique, de la structure sociale... Aimer le peuple doit être pris en considération, et comme dans l'éveil du Satori bouddhique, l'amour d'autrui, l'abolition entre "moi" et "autrui" est l'élément essentiel. Selon O Yomei, "lorsque notre bonne connaissance sait qu'une chose est bonne, il faut l'exécuter avec sincérité (Makoto), (...) si nous trouvons des excuses pour ne pas suivre notre bonne connaissance, nous manquons de sincérité." L'intérêt n'est pas seulement personnel, mais universel, et l'extension de la bonne connaissance implique concrètement :

· la formation de soi,

la règlementation de la famille,

· la mise en ordre de l'état,

la pacification du monde.

Si pour Shushi il fallait d'abord connaître les enseignements anciens puis les mettre en pratique, pour O Yomei il doit y avoir une parfaite coïncidence entre la connaissance et l'acte concret [3].

<sup>[3]</sup> voir article page 24.

C'est seulement vers 1600, au début de la période d'Edo que le Néo-Confucianisme va sortir des temples et devenir indépendant. C'est à cette époque, où la Japon se trouve enfin pacifié après de longues années de guerre civile, que le Néo-Confucianisme de Shushi va être la doctrine officielle de l'état représenté par le Bakufu, le gouvernement militaire, et lui permettre d'asseoir son pouvoir. Quelques penseurs de l'époque fournissent l'argumentation:

Hayashi Razan († 1657): —"La distinction entre le supérieur et l'inférieur est fixe, donc immuable. Les rangs de "noble" et "vulgaire" ou de "haut" et "bas" n'ont jamais été mis en désordre. La distinction est nette et évidente."

Nakae Toju (1608-1648): —"Ceux qui ont les meilleures qualités, les sages et les hommes de bien, règnent et dirigent les stupides."

Ces citations, quoique surprenantes, correspondent à l'orthodoxie confucianiste. Mais bientôt, on assiste à une évolution de la façon dont les idées ont été comprises :

Yamaga Soko (1622-1683): —"Les paysans, les artisans et les marchands ont leur métier, et ils n'ont pas le temps de contempler et de réaliser la Voie de la morale. Par contre les guerriers n'ont pas d'autre mission que de s'appliquer à la réalisation de la morale ou à veiller à ce que la morale se réalise chez les autres, en leur servant de modèle et en punissant ceux qui agissent contre la morale".

Une fois les guerres civiles terminées, les Samurai n'avaient plus de raison d'être, et ont donc cherché à devenir des modèles éthiques. C'est le deuxième unificateur du Japon, Toyotomi Hideyoshi, qui a interdit aux paysans de porter les armes, ce qui a naturellement accentué les différences entre le Samurai et les 3 autres classes : paysans, artisans et marchands.

Ame no morl Hoshu (1668-17559: —"Si certains hommes font usage de leur esprit, d'autres font usage de leurs muscles. Celui qui fait usage de son esprit gouverne les autres, tandis que celui qui fait usage de ses muscles est gouverné par les autres. Ceux qui sont gouvernés par les autres ont le devoir de les nourrir (...) Les Samurai font usage de leur esprit, les autres de leurs muscles".

Au début, le Confucianisme est compris et pratiqué par les guerriers. Mais dans la mesure où le pouvoir économique des marchands et des artisans se renforce, la prise de conscience de l'importance de la morale confucéenne aboutit au fait que ce n'est plus seulement la Voie des seuls dirigeants mais du peuple tout entier.



Jeune Samurai de la période d'Edo

Ishida Baigan (1685-1744). —"Dans la Grande Etude [4], il est dit que tous, depuis l'Empereur jusqu'au peuple, apprennent à se former. Y-a-t'-il alors une distinction entre guerriers, paysans, artisans et marchands?"

Ce mouvement en avant du Néo-Confucianisme s'est heurté à des résistances de la part des savants confucianistes orthodoxes en rapports étroits avec la Maison Impériale. Mais grâce à l'appui du Bakufu, et notamment du premier Shogun, cette doctrine a réussi à gagner la suprématie idéologique pendant Edo. Mais revenons sur la notion de Rei et ce qui en découle.

Fujiwara Selka: —"Demeurer dans l'Ultime Bien équivaut à demeurer dans le respect (Kel). Avoir du respect n'est pas le résultat d'un effort, car c'est lié à l'instant même. Rester dans l'instant crée le respect qui est une deuxième nature, une attitude fondamentale. Cette attitude demande l'effort constant de se libérer des désirs matériels. C'est une sorte de pratique où le travail comporte en luimême son propre résultat ". (Cette démarche n'est pas sans rappeler le Zen.)

—"Quand on sous-estime son adversaire et que l'on manque de prudence à son sujet, on perd l'estime.
"Quand on sous-estime les autres, on perd la vertu du respect et l'on est à son tour sous-estimé par les autres.

<sup>[4]</sup> L'un des "Classiques confucianistes".

"Si l'on a de la vertu en soi-même, si sa propre conduite est correcte et que l'on a du respect, on paraît digne et les autres vous respectent".

Ne pas mépriser autrui, ne pas lui faire aveuglément confiance, ne pas être dédaigné, avoir de la dignité, être respecté, c'est à travers le **Kel** en tant qu'état intérieur et attitude dans les rapports sociaux, que les sociologues considèrent que les Bushi ont pris conscience de leur propre identité, et que cela se reflète encore un peu dans le comportement actuel.

Hayashi Razan fut le premier conseiller officiel du Bakufu. Homme pratique, il voulait réformer le système social. Selon lui, les Samurai, les Bushi devaient se consacrer aux arts martiaux, c'est à dire aux arts de la paix, et donc à l'enseignement confucianiste. Cette exigence de Razan marque le début d'une longue évolution sous Edo, qui conduit à "civiliser" la classe guerrière, à faire des Samurai des membres de la classe dirigeante, des éducateurs du peuple, et à leur donner des fonctions politiques. Son idéal est la figure du savant bureaucrate confucéen de la Chine, la figure du Seigneur éduqué, élevé, généreux et noble dans ses actes, dont parle Confucius: Shi (gentleman). Il fait un commentaire du Gojo (les 4 vertus fondamentales du Confucianisme plus une cinquième, Shin, "la bonne foi "):
—"Les 5 constantes n'ont jamais changé et ne changeront jamais.

"C'est le Principe du Ciel qui a donné aux choses la nature qui leur est propre et c'est ainsi que l'Homme a la nature de posséder les Gojo. C'est le Jin qui incorpore les 4 autres. Cette Bonté Humaine ne régit pas selement les rapports familiaux mais aussi ceux entre le souverain et le peuple. Le souverain doit avoir du Jin envers son peuple, et s'associer des gens de grande qualité, en savoir faire et en sagesse, ce qui reviendra à être d'une grande compassion pour son peuple.

"La Bonté Humaine et la loyauté doivent aller ensemble. Celui qui les a ne se fait pas d'ennemi. "S'il y a de la Bonté Humaine dans une maison, tous le pays pratique la Bonté Humaine.

"Le Ciel est noble, la Terre est humble, le Ciel est haut, la Terre est basse. Comme il y a une différence entre haut et bas, parmi les hommes le Souverain est vénérable, les sujets sont humbles. Ce qu'on appelle bienséance (Rei), c'est l'existence d'un ordre entre ce qui est vénérable et humble, entre les vieux et les jeunes, (...). S'il n'y avait pas ces distinctions, alors le pays serait ingouvernable. (...)"

Le concept de Gojo s'est transmis jusqu'à nos jour au travers des arts martiaux. Il est mentionné dans certains certificats calligraphiés d'écoles traditionnelles. Cet article étant déjà fort long, j'invite ceux qu'il n'a pas complètement rebutés à se replonger dans les excellents articles de Pascal Krieger de l'année 1983 sous la rubrique "Calligraphie". Après une introduction générale sur le Gojo, ces 5 vertus sont passées en revue, et notamment Rei en août 83.



Reproduction de la première licence d'enseignement, OKU IRI, de l'école SHINDO MUSO RYU JODO, obtenue par Pascal KRIEGER. Entourés, les caractères GO-JO.

En guise de conclusion, je voudrais me réjouir que ce numéro à thème nous ait donné l'occasion de nous pencher sur une doctrine d'une importance fondamentale dans l'évolution de la pensée et de la culture japonaise, alors que seul le Zen semble continuer de fasciner les amateurs d'arts extrème-orientaux. Même si le Confucianisme et son évolution plus récente semble moins correspondre à notre sensibilité, il est tellement présent dans les disciplines que nous étudions que notre comité de rédaction a pensé que cette approche très imparfaite pourrait intéresser certains pratiquants curieux. Ma pensée personnelle est, contrairement à Ame no mori Hoshu, que le travail des muscles n'est pas forcément incompatible avec celui de l'esprit.

Erick Moisy.

## DOSSIER (suite)

à propos de Rei

Pour illustrer l'étiquette, nous vous proposons un large extrait du passage qui y est consacré dans JODO, LA VOIE DU BATON (1989) de Pascal KRIEGER. La partie spécifique au Jo est publiée sous la rubrique Jodo. Nous remercions Pascal pour son aimable autorisation en étant persuadés que chacun trouvera un intérêt dans ces lignes, fruit de l'expérience et des recherches approfondies de l'auteur.



Lorsqu'on aborde le domaine des disciplines et arts martiaux japonais, il n'est pas rare de ressentir un certain étonnement, voire de l'exaspération, devant l'importance donnée à l'étiquette (Reishiki, Reigi-saho).

D'aucuns assimilent ce rituel à des simagrées inutiles et ennuyeuses qui raccourcissent fâcheusement la durée de l'entraînement proprement dit. Bien que compréhensible de la part d'un néophyte, ce jugement manque toutefois de profondeur. L'étiquette a ses raisons d'être; des raisons qui ont leur importance.

Il n'est pas facile de dissocier l'étiquette "sociale" de l'étiquette "martiale", ces deux aspects étant très liés dans la société proto-féodale et féodale japonaise : une société divisée en classes bien distinctes avec tout ce que cela implique de rapports compliqués et ambigus. Nous essayerons cependant de nous en tenir à l'étiquette observée dans le contexte de la classe des guerriers (SHI).

#### L'aspect moral

Une des raisons les plus importantes de l'application des lois de l'étiquette dans le domaine des disciplines et arts martiaux japonais réside dans le fait que le gouvernement d'alors voulait à tout prix endiguer l'ardeur guerrière de la classe des Bushi par un code de moralité très stricte dont les ingrédients principaux étaient le respect hiérarchique, la loyauté et la fidélité, le tout imprégné de notions philosophiques émanant du Shintoïsme, du Confucianisme, du Taoïsme ou du Zen, selon les périodes.

Sans ces garde-fous religieux, philosophiques et moraux, l'esprit belliqueux de ces guerriers, esprit qu'il fallait par ailleurs entretenir, pouvait se retourner à tout moment contre les dirigeants.

Aujourd'hui, les disciplines martiales (Budo) nous invitent à une attitude de paix et d'harmonie au sein d'une société moderne. Toutefois, pour une étude sérieuse du Budo, et du Kobudo en particulier, il est nécessaire d'aborder des notions qui n'ont rien de pacifique en elles-mêmes. Certaines de ces notions sont si précises, si réalistes, que si elles ne sont pas absorbées dans une ambiance morale bien définie, l'étiquette, elles pourraient, chez des individus fragiles, mener à des développements diamétralement opposés à ceux que le Budo encourage.

Ce n'est pas si évident d'apprendre la paix par les armes !

#### L'aspect gestuel

Une grande partie des gestes rituels qui nous sont familiers ont été codifiés à une époque où le Japon entier n'était qu'un camp militaire. Si l'on prend la peine d'examiner les détails de l'étiquette à la lumière du contexte historique, on se rendra vite compte que ces gestes, par leur sobriété, leur côté logique et pratique, n'avaient qu'un seul but : garder la tête sur les épaules le plus longtemps possible!



Me Shimizu (gauche) et Me Kuroda (droite) effectuant "Kazari", le salut traditionnel.

Certains de ces gestes furent en tous cas assez importants pour parvenir jusqu'à nous. Malgré l'évolution des arts martiaux (à but pratique) en disciplines martiales (à but mental), il est intéressant de noter qu'on demande aujourd'hui encore aux pratiquants de Judo de se relever de la position Seiza avec le genou droit d'abord, ce qui laisse en effet la hanche gauche libre pour un dégainement rapide en cas de surprise. Voilà l'exemple d'un détail d'étiquette traditionnelle appliqué par des pratiquants qui n'ont pourtant plus rien à voir avec le sabre (sauf, pour les grades élevés, lors de la pratique du Kime no kata où un laito et un Tanto sont utilisés).

Dans le contexte des disciplines classiques où la pratique des armes est prépondérante, l'étiquette conserve toute sa raison d'être, même si le véritable sens de certains gestes a été fortement altéré

par l'évolution dont on a parlé plus haut. D'autres détails de l'étiquette, il est vrai, touchent plus particulièrement le comportement humain au sein de la societé japonaise d'alors, société raffinée, certes, mais susceptible et exacerbée, où la moindre parole, le moindre geste était chargé de symbolisme et donnait lieu à interprétation.

Si le but principal de l'étiquette n'est plus aujourd'hui d'assumer une attitude adéquate dans un environnement hostile, il n'en reste pas moins qu'une application intelligente des règles de Reigi-saho permet de comprendre toute une série de notions riches d'enseignements. Certaines d'entre elles débordent du cadre du Dojo, ce qui ne les rend que plus intéressantes:

- 1. L'étiquette prépare mentalement le Shugyosha. Elle favorise la transition de la vie quotidienne à celle plus intense du Dojo. Elle met le pratiquant dans "l'ambiance" en lui faisant exécuter des gestes précis et bien définis.
- 2. L'attention que demande l'accomplissement de ces gestes rituels, parfois compliqués, élimine presque totalement le risque de distraction.
- 3. L'étiquette, souvent considérée comme de la courtoisie, n'est en fait qu'une extension de la notion de Zanshin.
- 4. L'humilité et la discrétion dont est imprégné tout ce rituel encouragent (ou devraient encourager) le Shugyosha à tempérer ses sentiments d'orgueil et de vanité.
- 5. L'étiquette est un élément indispensable au véritable Keiko (entraînement). L'étymologie de Keiko se définit ainsi: "se rapprocher, en pensée (Kei), le plus possible du contexte d'autrefois (Ko) par les gestes, les attitudes, les techniques, les vêtements, l'état d'esprit etc., et, dans cet environnement recréé, pratiquer son art avec tout son être, et progresser ainsi sur le chemin du Do.
- 6. Plus pratiquement, le respect de l'étiquette permet d'éviter les situations confuses propices aux accidents, ainsi qu'une meilleure utilisation de l'espace du Dojo.
- 7. Finalement, tout comme les Kata, l'étiquette, de par sa codification, permet une transmission plus fiable et plus précise des techniques traditionnelles.

Il ne faut toutefois pas oublier que l'étiquette ne sert qu'à créer un environnement adéquat pour un travail intense et sérieux. Il ne faut pas, comme cela est quelquefois le cas, que l'étiquette devienne un élément prédominant.

#### Plus concrètement

Lorsqu'on veut convaincre, une bonne raison vaut souvent mieux qu'une série de raisons. Malgré l'énumération qui précède, j'espère avoir souligné assez clairement que l'étiquette est un élément indispensable à une étude sérieuse du Budo. Si je suis entré dans les détails, c'est qu'il me paraît primordial de faire comprendre que c'est le "principe" de l'étiquette qui est important, et non sa nature. Chaque discipline, chaque école, chaque maître interprète l'étiquette à sa manière. Ne vous attachez

donc pas à l'aspect extérieur, visuel, de ces gestes ou de ces attitudes, mais plutôt au sens profond qui s'en dégage.

Si, dans un Dojo, on vous demande de tenir votre arme d'une manière différente de celle qu'on vous a enseignée jusque-là, soyez souple, adaptez-vous, ne serait-ce que pour un soir. Ne retenez de ce rituel différent que le message semblable à celui que vous connaissez déjà: "prépare-toi à travailler dans l'esprit du Budo!".

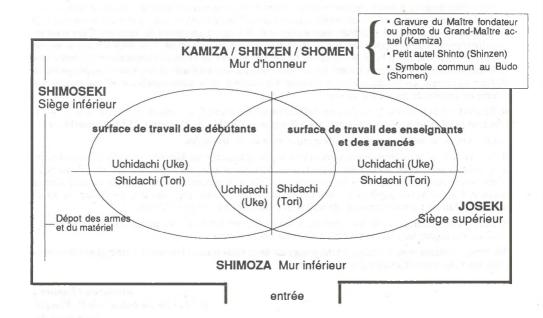
Le peu de place dont je dispose ne me permet pas d'exposer plusieurs variantes. Aussi ne présenterai-je qu'une seule forme d'étiquette : celle qui était suivie à l'époque où j'étais en contact étroit avec Me Shimizu et Me Draeger, et que je m'efforce de perpétuer aujourd'hui. Cette méthode a l'avantage d'être sobre, logique, pratique et imprégnée d'humilité. Ce n'est peut-être pas "La Méthode", si tant est qu'il y en ait une, mais c'est "une" méthode.

#### LE DOJO

Avant de parler de l'attitude que l'on devrait avoir dans un Dojo, examinons le local dans lequel nous passons une grande partie de notre vie active.

Pour favoriser l'étude active du Do, un Dojo devrait être sobre, propre et conforme à l'étiquette traditionnelle qui octroie à chaque mur, à chaque endroit, une fonction bien definie. La pénurie des locaux qui sévit un peu partout dans le monde ne permet pas toujours de bénéficier d'un Dojo conforme aux lois traditionnelles. Toutefois, et dans la mesure du possible, la structure d'un Dojo devrait se rapprocher du schéma [1].

Tout Dojo devrait avoir un mur d'honneur (Kamiza, Shinzen ou Shomen). Ce côté honorifique devrait être exempt de portes ou de décorations superflues. A partir de ce mur, les trois autres côtés du Dojo ont une fonction bien déterminée: le mur de droite (Joseki, siège supérieur) est réservé aux enseignants; le mur de gauche (Shimoseki, siège inférieur) est réservé aux débutants (Nyumonsha); le côté faisant face au mur d'honneur se nomme le Shimoza, mur inférieur, et est réservé aux élèves par ordre d'ancienneté, de gauche à droite, les plus anciens à droite.



<sup>[1]</sup> Shéma complet page 137 du livre de P. Krieger.

Les pratiquants doivent se conformer à ces subtilités topographiques aussi bien lors du salut (Rei) que lors de l'entraînement (Keiko). C'est-à-dire que Uchidachi (Uke dans d'autres disciplines), qui est sensé être le plus élevé en grade, doit se tenir du côté droit du Kamiza, et Shidachi (Tori dans d'autres disciplines) du côté gauche. Une autre disposition est possible : Uchidachi se tient dos au Kamiza, faisant face à Shidachi, qui lui se tient dos au Shimoza.

Dans le cas d'un entrainement à l'extérieur (Yagai), on choisira le côté du champ, du parc ou de la cour, qui s'y prête le mieux, et on le décrétera Shomen. (S'il y a plusieurs côtés possibles, on choisira le côté du soleil levant.) Les trois autres côtés seront alors soumis aux mêmes fonctions qu'au Dojo.

Il faut bien comprendre que là aussi, les lois traditionnelles veulent faire passer un message. Le Shugyosha doit s'habituer progressivement à se "resituer" constamment par rapport à son environnement: "Où suis-je ? Suis-je à ma place ? Est-ce que j'interfère avec le travail d'autrui ? Me suis-je mis en avant ? etc." Plus tard, le Shugyosha sera suffisamment conditionné pour repérer sa place d'un seul coup d'œil, et ceci aussi bien à l'intérieur du Dojo qu'à l'extérieur. Pensez à l'exaspération qu'on ne manque pas de ressentir lorsque, dans une réunion de groupe par exemple, le dernier venu ou le plus jeune s'octroie d'emblée la meilleure place, le meilleur fauteuil. Le sens de la hiérarchie, quand cette dernière est naturelle et méritée, est une forme de savoir-vivre qui facilite beaucoup la vie en société.

Maintenant que nous avons précisé les divers secteurs du Dojo et leur fonction, examinons l'attitude que devrait avoir tout Shugyosha au sein d'un Dojo avant, pendant, et après l'entraînement.

- 1. Lorsqu'on entre dans un Dojo, on salue le Shomen apres avoir ôté son pardessus et son chapeau, s'il y a lieu. (On fait de même lorsqu'on se rend chez quelqu'un.)
- 2. Afin de respecter le travail d'autrui, on s'efforce de parler à voix basse et on évite de faire du bruit.
- 3. On respecte la tenue de la discipline en revêtant le Keikogi sans y ajouter d'attributs douillets comme les T-shirts (exception faite pour les femmes), les chaussons, etc.
- 4. On aura soin de ne commencer l'entraînement qu'après s'être lavé. Les ongles sont coupés et le Keikogi est propre.
- 5. Hors du Dojo les armes sont transportées dans des étuis protecteurs. A l'intérieur du Dojo, elles doivent être traitées à tout moment comme armes et non comme de simples bouts de bois ou des béquilles pour s'y appuyer lors des explications. Lorsqu'on dépose une arme sur le sol, on prend soin de la poser avec la pointe et le tranchant éloignés (s'il s'agit d'un sabre) du Shomen. Ceci reste un excellent moyen de se rappeler où elle se trouve, et dans quelle position. Pour déposer une arme, on fléchit les genoux, et on la pose à plat sur le sol. On évitera de la placer verticalement contre une colonne ou un mur. Les armes ne sont jamais déposées du côté du Kamiza, ou, si ce n'est pas possible de faire autrement, on les déplacera lors du salut. Finalement, on fera toujours le tour d'une arme posée à terre en évitant de passer par-dessus.
- 6. Pendant toute la durée du Keiko, on s'efforcera d'être attentif, discipliné, et surtout actif. C'est le moment idéal pour appliquer des notions telles que le Zanshin, le Fudoshin, le Muga-mushin, etc.
- 7. On évitera de passer entre deux adversaires en train de travailler.
- 8. Au cas où l'un des adversaires recevrait un coup lui infligeant une blessure superficielle, ce dernier en profitera pour faire preuve de Fudoshin en évitant les cris, les protestations, etc. Il essayera d'accuser le coup de la façon la plus discrète possible, et s'astreindra à finir le Kata avant d'aller se soigner. Gardez votre dignité dans ces cas-là, et rappelez-vous que dans une discipline ou un art martial le fait de recevoir un coup devrait rester dans l'ordre des possibilités.
- 9. Lors d'une remarque ou d'une correction, même si cette dernière vous paraît injustifiée, efforcezvous de l'accepter humblement et n'en discutez pas la nature.
- 10. Soyez tolérant avec les autres et intransigeant avec vous même. Laissez à l'enseignant le soin de s'occuper des corrections ou des remarques.

extrait du chapitre 2 de "la voie du bâton" de P. Krieger. suite page 19.

## 1555 80805 1211 811.00

#### L'ENTORSE

Nous avons presque tous connu cela un jour ou l'autre. Plus ou moins grave mais toujours douloureux, cet épisode articulaire est assez fréquent chez les Budoka.

Nous ne reviendrons pas sur les facteurs favorisants, tels que l'hygiène déficiente, la pratique irraisonnée etc... Toutefois un petit rappel anatomique est important pour comprendre ce qui se passe.

Imaginons un bateau avec son mât. Ce qui le rattache à la coque, ce sont les haubans. Les ligaments sont ces attaches, ils relient les os entre-eux.

Imaginons un froid glacial. Les dames portaient dans le temps des manchons qui permettaient de conserver la chaleur à leurs petites mains meurtries. La capsule articulaire est un manchon hermétique qui ne garde pas la chaleur, mais un liquide visqueux, la Synovie. Ce manchon recouvre l'articulation.

Gardons à l'esprit, donc, ces deux éléments. Les ligaments pour le maintient; la capsule articulaire, poche de liquide, pour la coulisse.

Dans les entorses on distingue 3 types, qui vont de bénins à graves.

- Je fais un faux pas, une glissade incontrôlée, et ma cheville se dérobe une fraction de seconde. Je ressens une douleur vive accompagnée d'une bonne décharge d'adrénaline, mais je peux continuer à marcher avec une gêne légère. Le lendemain, un léger hématome et un gonflement peu prononcé apparaîssent. Je me promets de faire plus attention la prochaine fois, je me mets une bande de soutien, parfois une pommade et le tour est joué.
- Je saute et me réceptionne mal ou je rate une marche et ma cheville se tord franchement. Un chapelet de jurons m'échappe en général, et la douleur me fait suer. Je boite un peu et la gêne est suffisamment importante pour m'obliger à utiliser des béquilles. Parfois le médecin constatant que l'articulation est gonflée, que la peau est tendue et chaude, qu'un hématome apparaît après quelques heures, pourra décider de me placer une botte plâtrée ou un bandage de contention (Strapping) après dégonflement. Le bandage permettra quelques mouvements, sauf celui qui a lésé la cheville qui passe par toutes les couleurs de l'arc-en-ciel.
- Je saute et me réceptionne *très* mal. La cheville se dérobe cette fois complètement. La douleur est très vive et une sensation de déboîtement fugace achève de me mettre le cœur au bord des lèvres. Ici, plus question de jurer tant la douleur est vive. Je transpire comme en plein été avec un manteau en poil de chameau et mon visage décomposé a autant de couleur qu'un cachet d'aspirine. Plus question de boiter... on ne peut plus marcher. Le médecin a vite fait de constater le troisième stade et de me diiger vers un traitement chirurgical précoce. Je ne rigole plus quand il me parle d'immobiliser la cheville pendant un mois et de suivre un traitement physiothérapique pour ensuite réapprendre à la cheville à fonctionner normalement (proprioception).

Si dans le premier cas, seuls les ligaments sont contusionnés et les tissus osseux un peu malmenés, la capsule articulaire n'est pas touchée. Une vessie de glace fera bien l'affaire.

Dans le deuxième, les ligaments sont déchirés partiellement ainsi que le "manchon". Le physio aura du travail de proprioception à effectuer. Glace et contention, voilà deux bonnes choses.

Dans le troisième, les ligaments fortements déchirés, voir arrachés, sont accompagnés de la déchirure de la capsule, obligeant à une intervention chirurgicale et tout le tremblement médical. Une poche de glace dans les premiers instants réduira un peu l'engorgement des tissus qui occasionne à lui seul de vives douleurs.

Alors attention avec les entorses, elles récidivent souvent, et peuvent, du stade 1, passer au stade 3 la fois suivante. Donc un peu de gymnastique pour assouplir, dormez bien, mangez bien et restez conscients de tous les mouvements que vous entreprenez (Zanshin).

#### LE SALUT EN AIKIDO



Lorsque nous saluons, ce n'est pas une représentation religieuse, mais un signe de respect pour le même esprit universel d'intelligence créative en nous tous. La cérémonie du début et de la fin de chaque cours d'Aikido est un salut formel dirigé vers le Shomen, suivi de deux claquements de mains, suivis à leur tour d'un autre salut vers le Shomen et enfin un salut entre le maître et les élèves. Le salut direct vers le Shomen symbolise le respect pour l'esprit et les principes de l'Aikido ainsi que la gratitude envers le fondateur pour avoir développé ce système de pratique et

d'étude. Les deux claquements de mains symbolisent l'unité "Musubi", envoyer les vibrations et recevoir l'écho de ces vibrations depuis le monde spirituel pour réunir votre esprit avec l'esprit de la connaissance universelle. La vibration que vous envoyez et l'écho que vous recevez sont ordonnés par vos propres conviction et attitude.

Les mots prononcés au début de la leçon par les élèves au professeur et par le professeur aux élèves sont les mêmes : "Onegai Shimasu". Ils ne peuvent pas être traduits littéralement en français, mais c'est une requête qui, lorsqu'elle est prononcée par les étudiants, signifie "s'il vous plaît, donnez-nous votre savoir" et, lorsqu'elle est prononcée par le professeur, "s'il vous plaît, faites ce que l'on attend de vous" ou "s'il vous plaît, recevez mon savoir". Les mots prononcés par les élèves au professeur en fin de leçon sont "Domo Arigato Gozaimashita" qui signifie "vous avez mon respect et ma gratitude pour ce que vous avez fait", c'est la forme la plus respectueuse en japonais pour dire merci.

Le cours s'ouvre et se termine par la cérémonie traditionnelle. Il est important d'être à l'heure et de participer à cette cérémonie. Mais si vous ne pouvez éviter d'être en retard, vous devez attendre conformément assis au bord du Tatami jusqu'à ce que le professeur vous donne la permission de rejoindre le cours. Faites un salut assis au moment où vous montez sur le tapis. Il est très important que vous ne dérangiez pas la classe en le faisant. Quand, pendant le déroulement du cours, le professeur démontre une technique pour la pratique, vous vous asseyez tranquille et attentif en Seiza. Après la démonstration, saluez le professeur et puis un partenaire et commencez le travail. Quand la fin d'une technique est signalée, arrêtez immédiatement, saluez votre partenaire et mettez vous rapidement en ligne avec les autres élèves. Si pour quelque raison, il vous est absolument nécessaire de poser une question au professeur, allez vers lui (ne jamais l'interpeller) et saluez, un salut debout est suffisant. Lorsque vous recevez une instruction personnelle pendant la classe, asseyez-vous en Seiza et regardez bien, saluez le professeur dès qu'il a terminé. Quand il en instruit un autre, vous pouvez arrêter votre pratique et regarder, pour cela asseyez-vous et saluez quand il a terminé.

Quoiqu'il semble y avoir beaucoup de formes d'étiquette et de salut, toutes ne sont pas appliquées scrupuleusement en Occident, elles deviennent naturelles avec le temps. "S'il vous plaît, ne soyez pas rancunier si vous êtes corrigé sur un point d'étiquette, car chaque point est important pour votre aisance et votre étude".

Tiré d'un article de Gildo Mezzo.

#### **EXAMENS DU ler AVRIL**

Non, ce n'était pas une farce, ces examens ont bien été validés, mais nous avions tardé à les communiquer à "Contact".

Ont réussi:

- Le 6ème kyu: MEMON Allon, SEGOL Loris, CLEMENT Richard, HADID Rafi, DI CARLO Pauline.
- Le 4ème kyu: MORIN Pierre, DAVOINE Georges-André, LABOURET Victor, SCHNEUWLY Eric, BULLONI Yanic, LANDES Michael.

- Le 3ème kyu: WEBER Laurent.
- Le ler kyu: MEGEVAND Ysabelle, BLANC Gilbert. En voici pour preuve quelques photos.

Georges André / Victor Suwari wasa, ikkyo ura

Gibus / Isabelle Gote gaeshi



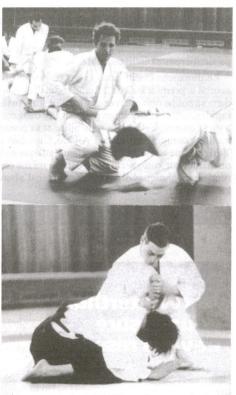


Richard / Loris Nikyo omote

Laurent / Gibus Suwari wasa, Nikyo ura



Ysabelle / Yanic et Eric Futari dori



#### CHRISTIAN TISSIER AU SDK

Le meilleur disciple, à ce qu'on dit, du maître Yamaguchi a accepté une fois de plus de diriger un stage au SDK les 5 et 6 mai derniers.

Jamais lassés de son art, nous sommes séduits à chaque fois par sa pratique si nette, si ouverte et en constante évolution. Ce qui est particulièrement étonnant, c'est que l'on ne ressent chez lui aucun relâchement, aucune faiblesse; il est omniprésent et, cette présence, aucun Uke ne peut la déjouer. Jamais on ne peut le surprendre: il est là, toujours sur l'attaquant d'où qu'il vienne, l'attirant ou le repoussant, se jouant de lui, sans à aucun moment perdre le contact avec son partenaire.

C'est cette présence que Christian a essayé de nous faire sentir tout au long de ce stage, d'abord par la prise de conscience de sa propre attitude, ensuite par la sensation de l'adversaire. Il nous a appris sur katatedori à avoir des saisies franches, sans détour, en s'imposant, se montrant toujours plus grand que l'adversaire, sans chercher ni à s'appuyer sur lui, ni à le pousser, mais toujours en sensation. Uke comme Tori doivent avoir cette attitude. Même lors des déplacements, que Christian nous a fait travailler «grands», il faut maintenir le contact avec son partenaire, tout en gardant une grande disponibilité. Uke reste attaquant jusqu'au bout, Tori corrige sa distance et se replace en toute circonstance pour rester sur lui. Il nous a aussi montré à provoquer l'attaquant, non pas en tendant son bras à Uke, mais en entrant (tai-sabaki) tout son corps, entraînant ainsi l'adversaire dans son propre déplacement, lui laissant un temps de retard. Les pieds ne sont pas ancrés au sol mais il faut imaginer que ce sont les genoux qui dirigent les déplacements.

Sur shomen ensuite, plus direct, nous avons vu, toujours en sensation, soit à amortir, soit à se déplacer sur l'action. Toujours très pédagogue, Christian n'hésite pas à revenir sur les bases pour dégrossir ou faire passer une technique que beaucoup d'entre nous n'arrivent pas à comprendre. Ses démonstrations claires, souvent spectaculaires, ses explications approfondies, parfois ponctuées de plaisanteries pour détendre l'atmosphère, permettent un travail enrichissant où chacun peut s'exercer à son niveau.

La journée de samedi s'est terminée sur des techniques en ushiro-wasa où là encore la présence est particulièrement indispensable.

Le dimanche matin, nous avons commencé par du ken. Vingt minutes de suburi, puis nous avons abordé le premier kata de la 3ème série. Christian a insisté sur le rythme et sur l'intention. L'attaquant, dans sa coupe doit essayer d'aller plus loin, mais sans fuir, toujours prêt à revenir. Si elles sont faites rapidement, ces techniques peuvent être dangereuses et demandent une grande concentration. Chacun a pu là encore aiguiser sa sensibilité et sa perception. Et comme le travail au ken nous apporte une meilleur compréhension de l'Aikido, Christian a poursuivi son cours avec une application d'aikiken: Tori dégaine son sabre, provoquant l'attaque en shomen de Uke, se déplace et coupe en kesa-giri pour enchaîner sur kotegaeshi. Puis dans le même esprit de coupe, mais à main nue cette fois, nous avons repris les techniques d'Aikido. Yokomen d'abord, en exagérant la grandeur des mouvements, puis sur katadori, avec des entrées plus directes.



Afin de profiter au maximum de ce stage, nous nous sommes donnés à fond pendant deux jours et Christian m'a avoué avoir senti une fatigue certaine chez tout le monde pendant la dernière heure.

La participation à ce stage a été moyenne; peut-être que le temps estival a découragé certains à venir s'enfermer. Cependant, des fidèles de Lyon et St Etienne étaient présents et même des italiens qui n'avaient pas hésités à faire 1000 km. Rappelons au passage que les stages sont indispensables à notre progression et qu'ils sont une bonne occasion de s'améliorer. D'autant plus que si nous n'avons pas à nous déplacer nous n'avons que peu d'excuses pour ne pas y participer, surtout lorsque nous recevons un professeur aussi prestigieux que Christian Tissier.

# ...ET A DIVONNE A LA SOIREE DE GALA DES ARTS MARTIAUX

Le 13 juin, quelques membres du SDK ont assisté à de très brillantes démonstrations d'arts martiaux à Divonne. Le Judo y tenait une grande place, puisque cette manifestation était organisée par la fédération française, (depuis 5 ans cette ville recoit l'équipe française pour un stage de préparation physique), mais ces Judoka du plus haut niveau mondial (plusieurs champions du monde ont su nous montrer toute la beauté et l'efficacité des techniques à travers des ralentis, des Kata et des combats, pas toujours très équitables (poids ou niveaux) mais toujours avec l'esprit Budo des arts martiaux japonais et avec beaucoup d'humour ce qui ne gâte rien quand il s'agit d'un spectacle. Plus traditionnelles, mais non dénuées d'intérêts, les démonstrations de Kendo, Iado et Jodo, de même que le Karate. Là encore nous avions à faire à des pratiquants de très haut niveau. L'Aikido était probablement le plus spectaculaire des arts martiaux proposés ce soir-là. Christian Tissier était venu avec quelques fidèles "Uke". D'abord une série de Kata de Kenjutsu, exécutés avec une rapidité et une précision à faire pâlir, puis l'ensemble des techniques d'Aikido dans un tourbillon extraordinairement orchestré et rythmé. Epoustouflant, et pourtant, par rapport aux autres démonstrations, il manquait peut-être une partie plus explicative pour les gens qui découvraient pour la première fois cet art, quant à nous, Aikidoka, nous avons regretté de ne pas voir Christian exécuter quelques Kata de bâton où il excelle. Mais il était tard et la soirée s'est terminée après minuit avec briques et planchettes brisées par des pratiquant de Tae Kwon Do.

Ysahelle.

1,4100

#### TAMESHIGIRI - TAMESHIGIPLEURE

Les 16 et 17 juin, nous nous sommes retrouvés pour la quatrième fois dans la propriété de Jean-Louis Pieraggi, au bord du lac de Bienne, pour essayer nos techniques de coupe sur des cibles réelles. Une quinzaine de pratiquants s'étaient déplacés, tous du SDK. L'ambiance fut conviviale et le travail excellent. Le niveau technique monte régulièrement, d'année en année. Cette année, tous ont coupé, et nombreux furent ceux qui s'essayèrent à une main. Katate giri, coupe à une main, est une technique difficile à laquelle nous n'osions penser il y a quatre ans. Les consignes de sécurité furent, à ce sujet, heureusement respectées car une lame a volé bas... (ça c'est pour Tameshigipleure... le chef qui ne peut plus se fier aux réactions bizarres de son coude et de son poignet...)

Une expérience à renouveler, à tous prix. Merci encore à Jean-Louis pour son hospitalité.



La préparation des cibles n'est pas sans rappeler celle de certains repas sur la place de villages africains.

Coupe en Gyakukesa à une main de Jean-Louis.



Shisei (posture) est un des aspects les plus difficiles à concilier avec la coupe réelle.



Après la séance de 06:00, au bord du lac.



Aux dernières nouvelles, le SDK accorderait à notre section une certaine somme d'argent qui nous permettra, en la complétant avec l'argent que la section a à sa disposition, d'acheter, dans un futur assez proche, une nouvelle lame pour la coupe. Au nom de la section Iai, je tiens à remercier le Comité du SDK de cette faveur.

# 6° STAGE EUROPEEN DE JODO SAIGNELEGIER 90

Un peu plus de 70 pratiquants de 7 pays se sont retrouvés sur la délicate pelouse du stade de football de Saignelégier, à 6h30 meuglante de ce jeudi 26 juillet.

Sous le regard langoureux de quelques vaches, celui, un peu plus inquiet, de quelques chevaux, spécialité locale, le stage entier s'est déroulé sous un soleil accablant qui nous obligea à respecter, plus qu'auparavant, des pauses régulières pour permettre une bonne réhydratation. En effet, vérité évidente après ce



"mondiale" encore tout frais, peu d'arbres poussent sur les terrains de football. Pour l'ombre pendant les pauses de 10 minutes, il ne restait qu'un choix difficile : 10 minutes de marche aller-retour vers les sapins les plus proches, ou profiter de l'ombre d'un pratiquant plus corpulent (corpulence allant s'amoindrissant au fur et à mesure que le stage progressait).

Ce fut une surprise réjouissante de voir le stage se terminer sans qu'il ait eu le moindre accident dû à la chaleur.

#### Un changement de location plutôt heureux

Comparé avec Le Brassus, nous devons reconnaître que Saignelégier nous fit bénéficier de quelques avantages. Une place de travail plus spacieuse et un sol idéal ainsi qu'un horizon plus large et tout aussi beau qui permet à l'astre du jour de réchauffer la pelouse plus tôt. Le confort du logement fut supérieur, celui de la nourriture, s'il suffit en quantité, fut peut-être d'un aspect un peu moins varié qu'au Brassus, mais la réduction de prix devrait avoir compensé cet ennui mineur. Donc, tous nos remerciements aux Montreusiens pour leur excellente proposition.



Chudan, un contrôle aux yeux (Laurent Subilia et Michel Colliard).

#### Entourage technique

Jamais autant qu'à ce stage 90 les 5 Shoden n'ont eu de responsabilités techniques aussi importantes. Le système instauré il y a quelques années porte ses fruits. L'enseignement technique fut presque entièrement assuré par M. Colliard, M. Ducret, L. Subilia, A. Robert et F. Quant. Je me suis personnellement contenté de superviser le tout et me suis efforceé de donner, dans la mesure de mes connaissances, une direction de travail à chacun. Les commentaires au sujet de ce stage nous diront si l'expérience est à renouveler telle quelle ou s'il faut encore y apporter quelques modifications. Merci, donc, aux 5 cadres techniques et à Serge Dieci (assistant et proposé pour Shoden au stage international de Malaisie).

....et un autre (Alain Robert et Michel Colliard).

#### Organisation

Il n'y a que peu à dire sur l'organisation sinon des paroles de remerciements et de félicitations. Tout a très bien marché.

#### AHJ

Maintenant que la FEJ a vu le jour, l'AHJ ne subsiste financièrement que grâce aux bénéfices de la vente de matériel. Sachez-le. Jeanine et Georges Kraus ont vendu sans compter... leur temps et leur énergie. Un grand merci à eux.

#### Partie Ken

Il avait été demandé à F. Pérez de revenir aux bases de Ken plutôt qu'à des techniques avancées. Il nous avait concocté un programme des plus simples : le petit doigt et ses assistants. Je crois personnellement que cet enseignement est des plus importants et devrait suffire à vous occuper pendant l'année à venir à voir la difficulté que nous avons tous eu à appliquer ce principe lors du Misogi de samedi matin. Tentant chaque année d'améliorer la partie Ken de notre école, condition "sine qua non" pour faire progresser la partie Jo, les Shoden et moi sommes tombés d'accord pour que Flo se joigne aux examinateurs pour corriger l'aspect Ken



le petit doigt et ses assistants par Floréal Perez

lors des examens. Merci à Flo pour son travail intéressant.

#### Examens

Si, comme le suggérait Michel Novovitch, nous pouvions séparer l'idée de l'examen de celle du grade, le premier devenant simplement une expérience et le second, sans rapport avec le premier, une appréciation technique, l'expérience de l'examen de ce stage 90 ne fut pas du "caca de minet" comme aime à dire un certain directeur de stage...



les examinateurs, avec leur désormais traditionnelle réserve de pierres

Le soleil s'était accroché quelques rayons supplémentaires, ce samedi après-midi, pour mieux tester l'endurance des 44 candidats. Ce fut la limite extrême pour certains, et leur courage et leur persévérance doivent être salués ici. Décidément, on ne pourra jamais dire qu'un examen de la FEJ est une formalité rapidement et légèrement expédiée. Le temps imparti aux minutieuses corrections de chacun des candidats fut plus long que prévu, mais il m'a semblé important de ne rien retrancher à ce rituel inconfortable pour certains par les heures d'attente qu'il occasionne.

La FEJ compte 6 Shodan de mieux: Frédéric Béry, Kees Bruggink, Nico Kop, Laura Luzzatto, Marc Moulin, et Jean Tailland.

#### **Embu**

Sous le signe de "Tanren", un Embu exemplaire a été présenté à un public parsemé mais à des pratiquants appréciateurs. A remarquer l'étonnante précision et l'agilité de Michel Novovitch dans sa démonstration de Judo servi par un Uke de grande classe dans la personne de Michel Ducret. Un excellent Ran-ai de Fred Quant et d'Alain Robert et une surprenante démonstration de Kendo avec Jean-Louis Pieraggi et Floréal Pérez revêtant l'armure pour la première fois. L'Embu s'est terminé par une coupe sobre et parfaite de Jean-Louis composée d'un Gyaku-kesa avec retour en Kesa Giri d'une seule main. Merci à Jean-Louis d'avoir fait le voyage tout exprès.

#### Stage européen 1991 et stage international

Bien que plusieurs enseignants comptent se rendre sur l'île de Bornéo pour le stage international de 1991, du 17 au 25 août, beaucoup resteront en Europe. Dans l'intention de ne pas frustrer ces dernier d'une rencontre, Michel Colliard a bien voulu accepter de conduire un stage européen du vendredi au dimanche (dates à préciser) à un endroit qui este à préciser.

#### Conclusion

La cause du Jodo transmis à l'occident par Me Shimizu et Me Draeger a encore avancé, cette année. Malgré quelques ressentiments d'autres factions de Jodo européennes et japonaises, dont les origines restent à découvrir pour ne pas être qualifiées de jalousie ou de "manque à gagner", notre groupe va en se consolidant et en s'agrandissant tout en gardant son but louable : encourager tout pratiquant à mieux s'assumer et à mieux s'insérer dans la société dans laquelle il vit. Le développement de notre



l'équipe du SDK.

groupe comporte certains dangers de par l'accroissement de la diversité des pratiquants : petits schismes, querelles de précédence, importance exagérée des grades, divergeance de caractère. N'oubliez pas de relativiser : après tout, nous sommes en tout et pour tout quelques 150 pratiquants! une toute petite représentation du monde...

Suite de l'article page 7.

#### LE SALUT—REI



### Salut avant et après l'entrainement

Le Shugyosha peut saluer debout (Ritsurei), ou assis (Zarei). Les pratiquants se mettront sur une ligne du côté du Shimoza, les enseigants du côté du Joseki (voir schéma du Dojo traditionnel). Pour le salut avant et après l'entraînement, tous se muniront du Jo.

Le Shugyosha qui se trouve à l'extrême droite du Shimoza donnera le signal suivant pour le premier salut:

- Kamiza ni Rei! si le mur d'honneur comporte une gravure du Maître fondateur ou une photo du Shihan actuel. (Kamiza: siège de la divinité ou siège supérieur selon le caractère utilisé.)
- Shinzen ni Rei! si le mur d'honneur est muni d'un petit autel Shinto. (Shinzen: devant la divinité.)
- Shomenni Rei! si le mur d'honneur est décoré d'un symbole commun à plusieurs disciplines, comme le caractère Do, la Voie. (Shomen: le mur juste, le mur qui est droit devant.)

Ce premier salut sera immédiatement suivi d'un second:

Sensei ni Rei! Salut au Maître. Il est d'usage de saluer le Maître qui est censé se tenir légèrement sur la droite du Kamiza. Si le Maitre est absent, ou décédé, on continuera de saluer la place qu'il occuperait s'il était présent (et qu'il doit occuper de toute facon dans notre esprit). Ainsi, avant chaque entraînement, les Shugyosha ont l'occasion de se rappeler brièvement le Maître dans l'enseignement duquel ils ont mis leur confiance. Ils se préparent à s'entraîner devant sa présence symbolique et selon ses enseignements.

#### Dans le cas de Ritsurei

Le Jo qui se trouve en position de Tsune no kamae sera abaissé le long du corps en même temps que ce dernier s'incline vers l'avant, dos et nuque ne formant qu'une seule ligne. Le regard suit le mouvement et ne reste pas fixe sur le mur d'honneur. Lorsque le Shugyosha se redresse, le Jo, à l'instar du regard, regagne sa position initiale.

#### Dans le cas de Zarei

Le Jo sera déposé parallèlement au corps, sur le côté droit, et sur le Hakama afin d'éviter qu'une éventuelle déclivité du terrain le fasse rouler loin de vous. Quand l'ordre du salut est émis, le Shugyosha placera ses mains devant lui, les index et les pouces formant un triangle, le dos et la nuque dans le même alignement. Avant et après le salut, les Shugyosha veilleront à assumer une position Seiza convenable: les mains, doigts serrés, reposent à plat sur les cuisses, légèrement dirigées vers l'intérieur. Il n'y a pas d'espace sous les aisselles, les gros orteils sont juxtaposés, les épaules sont détendues, le dos et la nuque ne forment qu'une ligne, les reins ne sont pas cambrés. Le menton est légèrement rentré et le regard fixe un endroit à environ cinq mètres devant soi, les yeux mi-clos. Une respiration lente provient de la partie abdominale qui se situe sous le nombril (Seika tanden).

Ces deux saluts seront répétés dans le même ordre à la fin de l'entraînement.

A la fin de l'entraînement, les saluts sont en général suivis d'un salut entre enseignants et élèves, ces derniers pivotant de 90 degrés vers le Joseki. Ce troisième salut symbolise la notion Jita kyoei (bienfait mutuel) selon laquelle les enseignants expriment leur gratitude aux élèves sans qui ils ne seraient rien. Les élèves expriment leur gratitude aux enseignants sans qui ils ne pourraient progresser (Sessa takuma—polissage mutuel). Ne bâclez pas ces différents saluts. Ils représentent la seule marque de déférence et de reconnaissance envers le lieu et la source de l'enseignement dont vous bénéficiez.

fin de l'extrait du chapitre 2 de "la voie du bâton" de P. Krieger.

MODO

Je ne me rappelle plus des dates des matchs de football qui opposèrent le SDK au Budokan Vernier mais cela a-t-il de l'importance ?

Pour le premier match le Budokan s'était arrangé pour nous être supérieur en nombre. De telle sorte que nouc avons dû emprunter deux ou trois de leurs joueurs. Je ne les ai jamais vus dans le monde du Judo (ainsi que certains autres membres du Budokan) mais qu'ils soient bien remerciés de nous avoir (je pense) aidés.

A la mi-temps nous étions menés 5-1 mais nous faisions rentrer Nadia qui déstabilisa la défense adverse. Bien que nous remontions très fort, je pense que c'est notre représentante de charme qui décida le Budokan à nous accorder une courte prolongation pour le plaisir de la voir jouer. Malgré tout, le SDK s'inclinait 7-5.



Au match retour, le SDK était mieux préparé. Mario avait amené des supportrices. A la mi-temps le SDK menait 5-3 ou à peu près. Le niveau était assez bon mais le Budokan employa une technique sournoise en ne faisant pas rentrer Champoud. De sorte qu'à la fin le score fut de 6-6. En vertu du premier match une prolongation fut organisée sans l'être. En effet quelques joueurs partirent directement au café, le gardien du Budokan se disputait avec Mario pendant qu'un but rentrait, un penalty douteux fut accordé...

Au premier match il n'y avait pas d'arbitre, certains avaient des crampons, le hors-jeu était valable une fois sur deux, etc....

En résumé, la seule solution est de remettre ça....

#### **AU DEBUT FUT LE SALUT**



Bien sûr, nous ne combattons pas souvent sur des Tatami réglementaires mais pourquoi ne pas essayer de respecter l'étiquette du début et de la fin d'un combat.

On ne sait jamais, peut-être que certains de nos combattants iront loin et dans ce cas, ce ne sera plus une question d'étiquette mais bel et bien de réglement. De plus, ne pas avoir à se soucier de la manière dont on doit commencer, laisse l'esprit plus libre pour le reste.

Le premier appelé porte la ceinture rouge. Après avoir salué le Tatami en entrant, celui-ci va se positionner sur la bande adhésive rouge. On peut mettre les doigts de pieds dessus, mais il ne faut pas la dépasser. Le côté rouge se trouve à la droite de l'arbitre central. Le combattant blanc se positionne de la même facon et les deux se saluent sans qu'on ne les en enjoigne. Ils font alors ensemble un pas en avant, un peu comme à l'ouverture d'un Kata. On ne salue pas l'arbitre. Ce n'est pas par manque de politesse, c'est le règlement. Je me rappelle avoir gagné un combat parce que mon adversaire prenait son temps pour saluer l'arbitre après "Hajime".

Il ne faut pas oublier qu'après avoir fait un pas en avant par rapport aux bandes adhésives (à quatre mètres l'une de l'autre) les combattants ne sont plus qu'à moins de trois mètres l'un de l'autre. Par conséquent, le début du combat peut être très rapide! Donc, quand l'arbitre a constaté que les deux combattants sont en tenue correcte, qu'ils sont à la bonne distance, que les juges de coins sont éveillés et que la table est prête, il prononce le début du combat en disant "HAJIME".

Il ne faut pas:

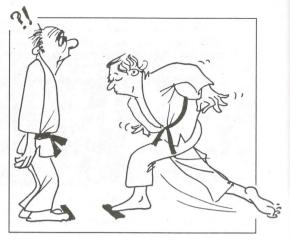
• saluer son adversaire à nouveau, ni saluer l'arbitre, les juges de coin, la table ou le public! Toute fantaisie de ce genre pourrait très bien être interprétée comme non-combativité.

• aller serrer la main de son adversaire (c'est une tradition qui vient de la lutte).

Dès que vous avez gagné, l'arbitre dit "Soremade". Vous vous mettez alors à un pas devant votre ligne, et vous attendez que l'arbitre donne le résultat. Pour ce faire, il avance d'un pas et désigne le vainqueur de la main. A ce moment, les deux adversaires se retirent d'un pas, se retrouvant ainsi sur la case départ et ils se saluent simultanément. Ils quittent alors la surface de combat.

Après cela le règlement n'est pas très explicite. Je recommande d'éviter toute effusion et de s'en tenir à une poignée de mains. Voilà, vous savez presque tout maintenant. Il ne vous reste plus qu'à vous occuper du reste du combat...

F. Wahl. article publié dans Contact en avril'85



Chers Amis,

Nous avons le plaisir de vous communiquer un stage de Judo les 13 et 14 octobre prochain. Il sera dirigé par Maître I. Correa, Te dan.

Nous vous donnerons de plus amples renseignements ultérieurement.

> Bien à tous, Pascal. Stéphane.

Ne perdez pas patience, dès le prochain numéro vous retrouverez mes tribulations...

🛎 Trouyamoto Hajimé.



CASE POSTALE 114
1211 GENEVE 25
UNBS GENEVE
CCP N° 12-3528
CCP N° 12-3528

Vos camarades d'entraînement François WAHL et Jean-Denis SCHEIBENSTOCKsont à votre disposition

pour tous conseils et fournitures dans les domaines :

- électronique
- ordinateurs
- appareils de détection et radioprotection
- appareillage médical et scientifique

#### **SHAREI**



L'entraînement technique pour l'apprentissage du tir à l'arc prend vie lorsque qu'il s'intègre dans cet ensemble de gestes, déplacements, saluts... qu'on appelle le **Sharei**, et qui dépasse le simple fait d'ouvrir un arc pour lâcher une flèche. Si l'essence du Kyudo est le **Shin Zen Bi**, le Vrai, le Bien, le Beau, la clé en est le salut sincère, **Rei ten nari**.

Le formalisme qui compose un tir de Kyudo est parfois assimilé à un Kata, par analogie avec les autres arts martiaux, mais cette dénomination n'est pas très juste.

Le Kata est le moule d'une forme d'action dans lequel le pratiquant entre pour s'imprégner des différents éléments codifiés qui la compose. Lorsque le moment sera venu, le moule pourra être brisé, et la maîtrise ainsi acquise s'exprimera de façon plus personnelle.

Sha désigne le tir, Rei représente l'étiquette. La raison d'être du Sharei n'est donc pas d'être dépassée, mais d'actualiser dans chaque tir ce concept de Rei qui nous occupe dans ce numéro, et de le rendre indissociable de la technique. Par contre, comme pour un Kata, si le pratiquant semble un petit peu "coincé" dans ce gestuel les premiers temps, il acquierrera avec les années le naturel de sa propre personnalité, sans pour autant jamais transgresser les règles de base. L'équation du Sharei est donc:

++	Kyudo Hassetsu Saho Taihai	forme correcte du tir selon les 8 phases de base formes de politesse, saluts, déplacements maintient du corps dans des postures justes et harmonieuses						
=	Sharei	souvent traduit par "tir de cérémonie" (avec la même ambiguité que "cérémonie du thé")						

#### No 1 du Top 18

Ce formalisme de l'étiquette conserve la plus grande place dans le Kyudo, tant quantitativement (un Sharei complet comporte jusqu'à 8 saluts pour chaque tireur) que pour la précision requise, qui exige autant d'attention et de travail que le tir lui-même. Cela se comprend si l'on connait la place historique de l'Arc dans la société japonaise.

Dans cette classe privilégiée des Samurai, dont l'apanage était le port des sabres, existait une hiérarchie dans laquelle seuls les plus élevés avaient le droit de porter l'arc et de tirer avec. Il servait également à l'éducation des nobles pour la transmission de certaines doctrines. Certains Ryu ont, dès le 13e siècle, davantage mis l'accent sur l'aspect "Rei" (cérémonial), d'autres sur l'aspect "Bushi" (guerrier). Dans le Kyudo moderne, les différences sont imperceptibles, mais il existe 2 styles admis par la Fédération Japonaise, Reishake et Bushake. (Pour information, le style que nous pratiquons au SDK sous la direction technique de Jacques Normand est Bushake.)

Ce qui est peut-être encore moins connu, c'est qu'il existe au Japon un répertoire de 18 arts martiaux classiques (disciplines antérieures au 19e siècle). L'arc y occupe le 1er rang, suivi du cheval puis du sabre. Une formule célèbre désigne le Japon comme "La civilisation de l'Arc et du Cheval". Il n'est donc pas étonnant que les dynasties de Maîtres de chaque Ryu, appartenant aux plus hautes classes sociales, aient conservé intacte l'étiquette liée à "L'art chevaleresque du tir à l'arc", et c'est encore le cas pour le Kyudo moderne unifié par la Fédération Japonaise.

Rappelons encore qu'un arc détendu participe au cérémonial des Sumotori, et qu'un tir rituel, en général le Makiwara Sharei (tir sur une botte de paille de 2 flèches à l'empennage blanc), ouvre traditionnellement les démonstrations de Budo au Japon, symbole de purification (Kiai à chaque flèche) et prière pour le bon déroulement de tout le Embu.



#### Le salut sincère

En quoi un pratiquant occidental peut-il actuellement se sentir concerné par un formalisme prononcé de l'étiquette, dont la finalité n'a plus rien à voir avec un statut social, et dont la signification est si intimement liée aux codes d'une civilisation aussi éloignée? Ce pratiquant n'est pas sans ignorer que tout ce "rituel" qui entoure le tir fait ici souvent sourire, surtout si l'incontournable recherche d'efficacité qui caractérise nos esprits empreints de logique cartésienne n'est pas concrétisée par une flèche au beau milieu de la cible. Il ne serait pas très juste non plus de ramener tout l'aspect cérémonial de la discipline à la simple dimension d'exercices préparatoires destinés à créer l'état de concentration nécessaire au tir. Le fait est que l'expérience du Sharei amène les pratiquants dans un état d'esprit ou plutôt une qualité d'être qui devient vite une nécessité, sans que l'enseignant ait eu besoin d'en expliquer les tenants et les aboutissants. Et c'est justement cette qualité d'être qu'il conviendrait de retrouver un peu plus dans nos vies quotidiennes.

Dans les arts traditionnels japonais, la technique est inséparable de l'homme qui la met en oeuvre. La technique n'est pas un moyen de réaliser un but conçu par ailleurs; le but n'est pas distinct de la technique, l'homme crée la technique et la technique crée l'homme. La pensée et la réalisation au moyen du corps sont peu distinctes et il n'existe pas de relation de subordination de l'une à l'autre. La conscience de la conception et celle de l'acte ne sont pas détachés et demeurent enracinées dans le geste, c'est à dire

le corps au sens plein du terme. Dire: "J'ai un corps, j'ai une main..." c'est déjà effectuer une séparation. Lorsque je salue dans un Sharei, "je suis le corps, je suis le salut qui est réalisé". Dans la culture japonaise profondément pénétrée par cette conception, le modèle de référence des gestes quotidiens enseignés sous-entend qu'une personne sera appréciée pour la sincérité avec laquelle elle se met entièrement dans ses gestes. Sincérité veut dire ici attention totale de la personne entière dans le geste qu'elle est en train de réaliser. Ce qui présuppose qu'un acte est l'expression totale de l'être humain, et qu'il sera bien fait parce qu'il est fait avec coeur et renvoie à une relation avec autrui.

#### Quelques aspects techniques

Nous n'aborderons pas ici la description précise du Saho, l'ensemble des gestes en référence à l'étiquette, qui constituent le Sharei. Nous devrions d'ailleurs parler des Sharei, car si la base du tir est toujours la même, tout en subissant une profonde maturation durant toute une vie, le nombre des formes dites de cérémonie est très varié et leur étude ponctue la "carrière" du tireur. Un certain nombre d'éléments sont toutefois communs aux différentes formes. Comme tout Dojo, le Kyudojo est un espace orienté dans lequel le pratiquant apprend à se situer en permanence. Le Shomen, en général un Tokonoma comportant ou non un autel Shinto, est situé sur le mur côté honorifique, le Joza, et centré sur la ligne de tir. Le côté opposé est appelé Shimoza, côté inférieur. Mais l'élément déterminé "digne de respect" dépend également de la distance par rapport à celui-ci. Ainsi dans un Yawatashi par exemple, le second assistant du tireur chargé de ramener les flèches se trouvant beaucoup plus près de la cible, c'est celle-ci qui prime dans la gestuelle liée à l'étiquette. Outre les saluts, qui sont au nombre de cinq selon leur degré de profondeur, le premier pas d'un mouvement en avant ou en arrière est déterminé par la place de l'élément honorifique. Si ce dernier se trouve à droite, on avance du pied gauche et vice-versa, de manière à montrer l'intérieur des jambes et non les croiser. L'origine historique viendrait de ce qu'une arme de lancer par exemple pouvait être dissimulée le long de l'intérieur du mollet. Ce premier pas qui permet de montrer cette région symbolise une attitude pacifique, et la connaissance de son explication historique est un bon moyen mnémo-technique. Si



deux pratiquants se trouvent face à un Sensei, pour une remise de diplôme par exemple, celui qui se trouve à gauche avancera du pied gauche alors que celui qui se trouve à droite avancera du pied droit (essayez de vous représenter la scène). Toujours pour les mêmes raisons, on recule en partant avec le pied opposé à celui avec lequel on a avancé. En Sharei ou dans toute forme de Saho, on ne tourne jamais le dos à l'élément déterminé comme honorifique par l'étiquette.

#### Un savant dosage

Cette description n'est pas exhaustive, loin de là, mais elle tente de montrer le degré d'attention permanente qu'elle réclame. C'est pourquoi son étude pratique doit commencer dès le début et se poursuivre simultanément avec l'apprentissage de la technique du tir. Dans ces formes orientales de pédagogie, la compréhension (au

sens intellectuel) découle de l'expérience et non le contraire. Je me rappelle de candidats à un examen complétement désorientés qui m'ont expliqué que leur enseignant refusait de leur apprendre les bases du Sharei car celui-ci considérait comme absurde de "pratiquer ce que l'on ne comprend pas". Outre

que ce point de vue renie les directives de la Fédération Japonaise de Kyudo, il risque de réduire cette voie à un simple sport, le dénaturant, comme c'est parfois le cas au sein d'autres disciplines, de sa vocation globalisante. L'expérience nous montre d'ailleurs que ceux qui font le choix de ne prendre que ce qui les intéresse, notamment en négligeant l'aspect Sharei, n'ont pas spécialement la meilleure technique de tir, preuve que le Kyudo est un Tout et qu'il ne nous appartient pas de le dissocier.

A contrario, il ne faut pas non plus être plus royaliste que le roi, et éviter d'en faire trop ou plus qu'enseigné pour chaque contexte. L'étiquette, toujours présente dans la pratique d'une discipline, est plus ou moins importante selon les situations. Il est nécessaire de pouvoir à certains moments concentrer toute son attention sur une difficulté technique par exemple, et l'attitude pendant un entraînement à la Makiwara (botte de paille à bout portant) ne peut être la même que pendant un entraînement libre à la cible ou un Sharei d'examen. Un excès de formalisme permanent peut même conduire un pratiquant à manquer d'intensité quand celle-ci est requise. Comme dans toute activité humaine, le dosage et nécessaire, et l'attitude jute est celle qui se trouve être en accord avec le type de situation rencontrée. Une fois de plus, l'assiduité dans le travail permet d'acquérir la connaissance à la base de cet accord. Comme nous l'avait dit Kamogawa Sensei (9e dan Hanshi, Vice-





Page précédente, Jacques Normand et Tanabe Sensei à Genève en 1986.

Président de la ZNKR) à Genève en 1986 : "Le Kyudo est une philosophie qui se pratique!" Et c'est ce qu'il nous a de nouveau démontré cet été à Annecy.

Quelle part de nous-même investissons nous en entrant dans le bureau, chez des amis, lorsque nous disons "Bonjour!" ? Avons nous seulement conscience que cela signifie "bon-jour". La banalisation du rituel et son aspect routinier le vide de son sens et nous fait parfois nous sentir un peu vides nous-même. C'est pourquoi l'étiquette que nous choisissons d'étudier ne devrait jamais devenir une formalité routinière, mais doit rester un mode d'expression à part entière. Dans le Budo, la complexité même de l'étiquette peut être comprise comme devant développer l'attention de chaque instant: gestes, saluts, attitudes correspondants aux différentes situations interpersonnelles, placements de soi ou de l'arme par rapport à l'orientation du Dojo etc...

En Kyudo, les paramètres qui conditionnent l'étiquette sont innombrables. Il convient de les étudier avec le plus grand sérieux car ils entrent en ligne de compte à chaque moment, y compris dans un examen bien sûr, mais aussi dans un tournoi ou même à l'extérieur du Dojo, ce qui pour certains revêt un caractère un peu choquant. Pourtant, c'est bien par cette vigilance de tous les instants que petit à petit la discipline atteind ses objectifs éducatifs... et qu'une poignée de main devient une véritable poignée de main.



Ci-dessus, Ohno Sensei à Paris en 1988.

E. Moisy.

#### **ANNECY 1990**

Du 21 au 29 juillet demier, Annecy a accueilli 190 européens et quatre Maîtres japonais 8e et 9e dan Hanshi, pour le séminaire européen annuel.

Ce fut un travail d'organisation énorme durant un an pour cette petite équipe d'une douzaine de personnes, et il semble que la grande majorité des participants aient beaucoup apprécié leur séjour. Toute l'équipe d'Annecy se joint à moi pour remercier chaleureusement le SDK pour son aide matérielle (tatami, cibles...) mais surtout pour la précieuse collaboration de ses membres, notamment Olivia pour sa très grande et discrète efficacité, ainsi que José, Maï, Hans-Jörg et tous ceux que je risque d'oublier.

Les examens nous ont confirmé que le niveau monte régulièrement. Nous reviendrons sur cet évènement avec des photos dans le prochain numéro.

Erick.



Nous apprenons avec tristesse le décès de Kikuchi Yoshitaka Sensei, 9e dan Hanshi, Vice-président de la Zen Nippon Kyudo Renmei.

Plusieurs pratiquants de notre section ont eu la chance de travailler avec ce très grand Maître et de passer leur premier examen de Kyudo à Amsterdam en 1985. Il était présenti pour succéder à la présidence de la Z.N.K.R.

Des tirs de cérémonie à sa mémoire sont prévus dans différents Dojo en Europe.

# 40SETKAN BUDO

#### **LE SALUT**



Le salut représente un des éléments essentiels de la vie, "Le Respect". Se respecter soi-même et respecter les autres est la base même de la vie harmonieuse et possible entre les humains.

Il y a trois formes de salut en Yoseikan Budo:

- · Le salut debout
- · Le salut à genoux
- · Le salut avec armes

#### Debout

Il s'effectue en inclinant légèrement le buste vers l'avant, la tête restant dans le prolongement de celui-ci.

#### A genoux

1. Pour se mettre à genoux, on pose d'abord le genou gauche au sol, puis le genou droit. On allonge les pieds et il faut s'asseoir sur les talons, en gardant la tête et le buste droits.

suite page 28

Pour les collectionneurs désireux de se replonger dans Contact, voici quelques articles traitant de l'étiquette ou du salut :

•Le SDK est-il un club ou un Dojo? par P. Krieger (déc.' 79)

•Les divinités des arts martiaux logent au 66, rue Liotard par P. Krieger (août' 80)

•Shomen ni rei! Le salut sous la loupe! par P. Krieger (avril' 83)

•Les rapports de Maître à élève dans un Dojo d'Aikido au Japon par G. Mezzo (oct.'84)

• Etiquette du Dojo par G. Mezzo (déc. '84)

•Petit manuel de savoir-vivre réaliste à l'usage du visiteur étranger au Japon (extrait de Japanese Etiquette de J. Seward) par F. Morel (août' 85)

#### suite de la page 27

Pour les hommes, les genoux sont écartés d'environ la largeur des 2 poings, les 2 mains sont posées sur les cuisses à la hauteur de l'aine, à 45° vers l'intérieur, les épaules sont baissées et les coudes en position naturelle, sans les écarter.

Pour les femmes, les genoux sont serrés l'un contre l'autre, les mains sont posées sur les cuisses audessus des genoux.

2. Petite précision en ce qui concerne le salut à genoux :

Les hommes posent les 2 mains, doigts bien fermés, sur le Tatami, devant. Elle sont écartées d'environ 10 cm et à 45°.

Les femmes posent les 2 mains sur le milieu des 2 genoux serrés, le majeur de la main gauche posé sur le majeur de la main droite.

Ensuite il faut baisser le buste en avançant légèrement la tête, "en expirant", ce qui signifie "Donner". On se relève "en inspirant", ce qui signifie "Accepter".

3. Pour se relever, on met le pied gauche en position verticale, les doigts de pied fléchis, ensuite on lève le genou droit, puis il faut se mettre debout en avançant la jambe gauche à la hauteur de la jambe droite.

Le fait de poser les 2 mains ensemble sur le Tatami signifie "Confiance", alors que de les poser séparément, par exemple main gauche d'abord puis main droite, est signe de "Méfiance".

S'il y a un autel dans le Dojo, les hommes poseront les 2 mains devant eux sur le Tatami en rejoignant les index et les pouces pour former un triangle. Rien ne change pour les femmes.

#### Le salut avec armes

Dans le salut debout, l'arme se tient à gauche et est tenue avec la main gauche. Il n'est pas différent du salut sans arme.

Le salut à genoux se fait de la même façon que le salut à genoux sans arme ; l'arme est posée soit à droite, soit à gauche :

• à droite : Katana, Tanto, Tambo, Sai, Tonfa, Nunchaku.

• à gauche : Bo, Jo, Naginata, Yali.

Une fois l'entraînement avec armes terminé, il faut saluer celle-ci avant de la ranger. Il ne faut pas oublier que le Samurai la respecte, car elle est pour lui : "son âme, sa vie".

On salut debout lorsqu'on pénètre dans le Dojo.

Le salut est indispensable lorsqu'on désire travailler ou lorsqu'on a fini de travailler avec un partenaire, ou encore lorsque pendant un entraînement on désire demander un renseignement au professeur, au moniteur ou à un assistant.

Il faut saluer à genoux, lorsqu'on désire travailler au sol avec un(e) partenaire, et bien entendu au début et à la fin des cours.

Les mots prononcés durant le salut sont :

• Seiza: à genoux.

- Sensei ni lei : salut des assistants et des élèves à la personne qui donne le cours.
- Otagai ni lei : salut des élèves entre-eux.
- · Kilitsu: debout.

Le programme de l'été est terminé, merci pour votre attention. Tout sera revenu à la normale dès la rentrée.

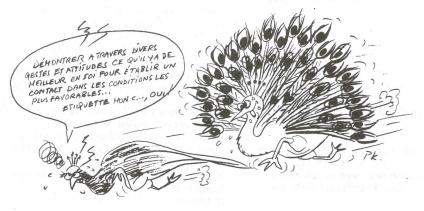
Marcel.

# DOSSIER (fix)

à propos de Rei

En guise de conclusion à ce numéro à thème, penchons-nous sur l'étymologie du caractère "REI". Le radical fi ou 7, à gauche, se nomme Shimesu Hen et signifie "montrer". La partie de droite se prononce Yutaka et signifie "richesse, abondance". Etymologiquement donc, les deux parties de ce Kanji mises ensemble signifient "montrer sa richesse". Dans le contexte qui nous intéresse, si vous le voulez bien, décrétons qu'il s'agit ici de richesse "de cœur" ou "d'esprit".

Il est donc important de noter que tout le rituel de l'étiquette, si l'on s'en tient à cette interprétation étymologique, consiste à montrer à travers gestes et attitudes, ce qu'il y a de meilleur en soi. C'est un message d'approche positive pour établir un contact dans les conditions les plus favorables.



Et oui! ce n'est pas tout l'étiquette, il faut encore savoir dans quel but...

Que dire alors de ces rituels peu convaincants où les gestes vides de sens sont assimilés à des simagrées? Il est certain, à mon avis, qu'une personne dépourvue de richesses intérieures ne peut convaincre par le seul rituel de l'étiquette, aussi beau soit-il! Mais s'il vous a déjà été donné de voir un individu absolument sincère et intègre faire des politesses à quelqu'un, que se soit à travers une poignée de main ou un rituel plus compliqué, vous ne pourrez qu'admettre que les gestes rituels de l'étiquette, quelle qu'elle soit, constituent la manière la plus délicate et judicieuse de dire à quelqu'un: Je vous respecte et, pour le prouver, je me montre sous mon meilleur jour par une attitude déférente et soigneusement étudiée. Cette attitude peut être renforcée par une démonstration de richesses plus concrètes mais toutes relatives : l'addition d'une cravate pour l'être de peu de moyens, le revêtement d'habits de cérémonie pour celui qui peut se le permetre.

Le Budo met à notre disposition un rituel très riche. A nous d'harmoniser notre attitude intérieure avec la richesse de ce rituel et de le rendre convaincant.

A Pascal Kriger.

#### **INDEX 1984**

#### No 1. FEVRIER

- Editorial: Le mot du Président, discours sur l'état de l'Union (des sections du SDK) par Pierre Ochsner [1]
- Les 47 ronin (5/15) [2-4]
- Kashiwazaki, le Judo sous son meilleur jour... par Pascal Krieger [6-11]
- Karate: Règles d'arbitrage Wuko (suite) par Robert Rapin [11-12]
- Yoseikan Budo : Technique Hikiotoshi par Christian Studer [13-14]
- Multidisciplinaire? Oui! Mais il y a lamanière...
  par P. Krieger [16-18]
- Qui est membre du SDK: Mario Castello (Judo) [19]

#### No 2, AVRIL

- Editorial : Les maux du Président par Mauro Poggia [1]
- Les 47 ronin (6/15) [2-4]
- Aikido: Stage avec Gildo par Pierre-André Pittet [6-7]
- Judo : Le SDK s'enrichit de trois nouvelles ceintures noires! par P. Krieger [9-11]
- Karate: Evolution de la section Quelles sont les règles d'arbitrage Wuko (suite) par R. Rapin [12-13]

- Yoseikan Budo: Stage international de Paris par Alain Tauxe [15] - Compétition? par Ch. Studer [15-16]
- Calligraphie Katakana (a, i, u, e, o) par P. Krieger [16-17]
- Inclure l'entraînement dans la vie de tous les jours par Robert Champoud [17]
- Comité 1984 [18]
- Qui est membre du SDK : Eric Garcia (Judo) [19]

#### No 3, JUIN

- Editorial: Les livres sur le Budo... peut-on avoir confiance? par P. Krieger[1-3]
- Les 47 ronin (7/15) [4-6]
- Aikido : Stage avec Me Christian Tissier par Dominique [7-8]
- Jodo: Ün stage... impérial par Serge Dieci [8-9] A l'aute bout du Jo par Michel Colliard [9-11]
- Judo: Un nouveau champion suisse junior: Eric Garcia par Christian Vuissa [10]
- Kendo: Championnat d'Europe et stage international en Belgique par Florence Morel [13-14]
- Calligraphie: Katakana (ka, ki, ku, ke, ko) par P. Krieger [16]
- Le coin-coin du koka : Kami Basami par



François Wahl [17]

· Qui est membre du SDK : Pehinda "Isabelle"

Oehle (Judo) [19]

• Contacts : Mon trekking de haute montagne (Himalaya) par Désiré Schneuwly [19-20]

#### No 4, AOUT

- Editorial : Légitime défense par M. Poggia [1-2]
- Une vedette du SDK convole (Christian Vuissa) par P. Krieger [3]

• Les 47 ronin (8/15) [4-5]

 Aikido : Pourquoi une licence - Quelques conseils pour les examens par G. Mezzo [6-7]

· 2ème stage européen de Jodo au Brassus par P. Krieger [7-11]

• Yoseikan Budo: Programme technique pour le passage du grade 1er Kyu par Ch. Studer[13]

• Calligraphie: Katakana (sa, shi, su, se, so) par

P. Krieger [1]

- · Qui est membre du SDK : Stéphane Fischer (Judo) [15-16]
- Contacts: Une nuit à l'hôtel Makalu (Népal) par Yoko et Charles Ochsner [16-17] La Chine mystérieuse par Claudie et Christian Yung (Judoka) [17-20]

#### No 5, OCTOBRE

 Rotterdam reçoit le Bugei / Budo à bras ouverts! par P. Krieger [1-6]

• Les 47 ronin (9/15) [7-9]

 Aikido: Les règles d'entraînement et les rapports entre Maître et élève au Japon par G. Mezzo [9-10]

• Jodo: Stage en Hollande par M. Colliard [11]

- Judo : Compétition contre le Judo Club de Genève et le Judo Club de Carouge par Sandrine
- Karate: Pique-nique Compétition de Kyu à Zürich - 1er entraînement national FSK par R. Rapin [13-14]

• Kendo: De la pratique aux articles par Flo-

rence Morel [14-15]

• Yoseikan Budo: Programme technique pour le passage du grade ler Kyu (fin) et ler Dan par Ch. Studer [16]

• Calligraphie: Katakana (ta, chi, tsu, te, to) par

P. Krieger [17]

• Le coin-coin du koka: Les actes punis de Shido par F. Wahl [17-18]

· Qui est membre du SDK : Florence Morel (Kendo) [19]

#### No 6, DECEMBRE

• Editorial: Mises au point et remises en question par Mauro Poggia [1]

• Les 47 ronin (10/15) [2-5]

• Aikido: Etiquette du Dojo par G. Mezzo [7-8] Iaido: Nomenclature française du Katana par

P. Krieger [9]

- Judo : Le Japon élève un Judoka au grade de 10e Dan pour la première fois depuis 20 ans (Me Kotani) par P. Krieger [10-11] - Hachihei Oya convole!... Una Monaghan aussi! par P.K. [11]
- Kendo: Le grand prêtre leva son Shinai et Genève se déplaça (championnats suisses) par J.L. Pieraggi [19-20]

· Yoseikan Budo: Stage international au SDK par P. Auchlin [21]

• Qui est membre du SDK : Frédéric Ryser (Judo) [22]

• Calligraphie: Katakana (na, ni, nu, ne, no) -Wa, la paix par P. Krieger [23]

DORURE ENCADREMENTS RESTAURATION DE TABLEAUX ET MEUBLES LAQUÉS

M. CASTELLO Rue Caroline 29

Tél. 48 19 51 1227 Genève



#### **MOTS CROISES**

#### HORIZONTALEMENT:

1. art de bien diriger sa vie. 2. tas - au centre d'un huit - demi monsieur. 3. unité asiatique - démonstratif - mentionné. 4. gentiment sans tache. 5. lorsqu'on est deux, on y arrive vite - observe. 6. gustativement relevés, dans le désordre - désigna, à l'envers. 7. informe sur la nature ou fixe l'ordre des préséances - à la fois le début et le tout. 8. lorsqu'il y a bénéfice, on le souhaite tel - unit. 9. bordure - une discipline du SDK. 10. règles - mot de libération - avant 1. Luc. 11. attaquer les bases - l'humour peut 1'être. 12. c'est ainsi que l'on devrait considérer sa vie - réfléchi.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1									-			•0
2		- 3		24	<b>₽</b> \$	- 1		-0				
3			•0	•◊				•0				
4		•¢								-0	•0	
5						B¢					•0	
6	•			17	7	- 1	<b>B</b> \$	5 0.5				
7						u?				•0		
8						4	•◊		•◊			
9					•◊							
0				•\$		•◊				•0		
1	112	-0						-0			,	
2			17							-0		

# sopha japon Meubles anciens, Arts martiaux, Tatami, Kimono, Fouton, Céramique Bon pour une documentation gratuite Nom: Adresse:

A retourner à SOPHA DIFFUSION SA, C.P. 26, 1196 GLAND

#### **VERTICALEMENT:**

1. sauvegarde - mieux vaut ne pas l'être lorsqu'il faut agir froidement. 2. on peut compter sur lui - biffure. 3. rends-toi - bienséance. 4. tomber dessus n'est pas agréable - danger - soleil inversé. 5. riche - inflorescence inversée. 6. frayeur inversée - peintre à l'envers - réfléchi inversé . 7. transparent - elle est verte. 8. chouette. 9. c'est le perdant - sommet montagneux. 10. sujet du présent Contact - ému sans fin - saint. 11. d'un auxilliaire - acquiescement - situé. 12. admettre.

Je vous propose une grille dans le ton de ce numéro spécial.

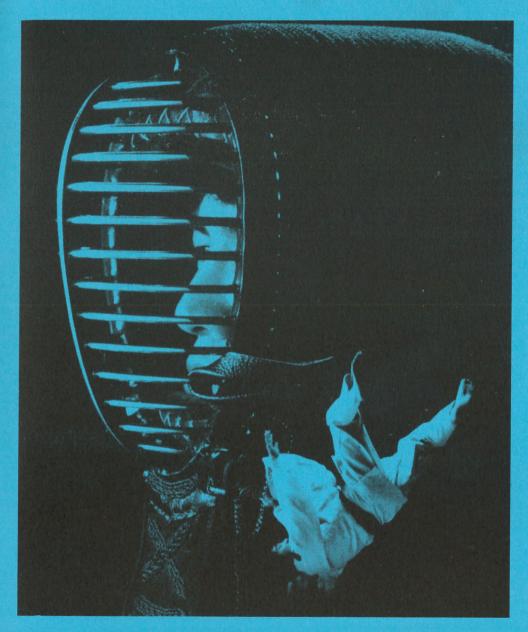
#### SOLUTION DE LA GRILLE PRECEDENTE :

Comme je n'ai pas reçu de réponse, la solution paraîtra dans le prochain numéro.

Amusez-vous bien et à bientôt!

\*\*Serge.

Lieu: \_\_\_\_\_ Téléphone:



Leo Gisin AG

7elefon 061 / 38 76 06

Postfach / Case postale 307 Spalenring 142, CH - 4003 Basel

FORDERN SIE BITTE UNSEREN GRATIS KATALOG AN

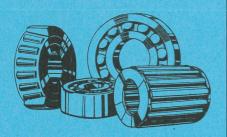
#### J.A. 1211 Genève 13

Retour : Shung-do-kwan

rue Liotard 66 1203 Genève

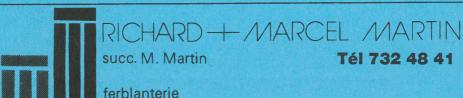


spécialiste tous roulements



Vieux-Grenadiers 9
1211 Genève 4
Tél. 022/21 16 44
Télex 022/298 542





installations sanitaires concessionnaire des services industriels de Genève

12, rue de Berne Genève