

日本剣道形

NIHON
KENDO
KATA

NUMERO SPECIAL
"VOIX DU KENDO"

Jean-Pierre RAICK



Estampe représentant le guerrier Kato Kiyomasa (à l'arrière-plan), XVI^e siècle, regardant un combat entre Kimura Matazo et Inoue Daikuro (Gohonme?).



Relativement aux voies et arts martiaux japonais, on pourra dire de prime abord d'un kata, qu'il s'agit d'un support destiné à la transmission de connaissances techniques : c'est un modèle.

Composé de séries préarrangées, dans son exécution les partenaires connaissent à l'avance les différentes situations, les actions initiales, ainsi que les « réponses » correctes (attaques - défenses - contre-attaques) à exécuter dans un ordre spécifique. La progression technique se fait alors par la maîtrise graduelle des formes ainsi proposées à l'étude.

Quant à leur origine, les authentiques kata classiques de sabre apparaissent comme des séquences ayant été extraites d'expériences victorieuses de combat, les « cristallisant », en quelque sorte, en des formes caractéristiques et archétypales, œuvre d'hommes qui avaient une expérience considérable acquise sur le champ de bataille et ailleurs.

Ainsi, l'ensemble des kata d'une école traduit-il la somme synthétisée des expériences acquises (voire de la seule expérience d'un personnage d'exception) au fil de l'histoire de cette école, et exprime, au travers même de ce support gestuel, le « génie » particulier de cette école ; chaque école témoignant, en effet, d'une doctrine combinant théorie, technique, points de vue moraux quant au combat, essence spirituelle.

La fonction totale du kata classique, donc relativement complexe : transmission de techniques et « infusion » d'une doctrine, peut peut-être amener à comprendre qu'il apparaisse souvent au premier contact comme irréaliste, rapporté au combat réel : le propos de la doctrine pouvant contredire (en apparence par définition) le but évident de la technique (1).

De fait, il était (est ?) traditionnellement demandé au néophyte de découvrir, au travers la pratique même, la clef de telle ou telle forme dont le sens n'est pas d'emblée perceptible.

Il apparaît même souvent, de façon plus ou moins explicite, que l'explication verbale n'est ici pas de mise, et qu'au contraire il est fait appel à d'autres facultés de compréhension que la seule « raison » : non pas qu'elle soit écartée « par principe » (discipline), mais bien méthodologiquement pourrait-on

dire, pour permettre une saisie plus profonde de la connaissance, et parce qu'on se garde aussi d'une compréhension de « surface » pouvant éventuellement (et subtilement) dispenser d'aller plus avant, et être vécue comme suffisante, jointe à une habileté par ailleurs peut-être très honorable.

**

Le ternaire SHU, HA, RI indique les degrés distingués traditionnellement dans la progression du pratiquant d'art martial :

SHU - Première étape qui commence avec les premiers pas dans l'apprentissage ; il faut suivre au plus près les modèles présentés, se « couler » dans les formes de l'école (ou du style), tendre à la maîtrise complète des techniques, dans une adhésion la plus complète possible aux archétypes proposés, ce qui renvoie par ailleurs à l'attitude mentale adéquate.

HA - Deuxième stade : le premier effort d'apprentissage est dépassé ; les techniques sont « sues », ou mieux intégrées. La pratique est plus personnelle, mais reste l'expression « type » du style de l'école, tendant à sa perfection.

RI - Troisième stade : liberté par rapport aux formes.

(1) Pour les notes, se reporter page 63.

II. — KATA ET KENDO MODERNE

L'histoire du *kendo no kata* est naturellement liée à celle même du kendo moderne, qui ne pourra qu'être survolée dans ces pages.

**

A l'inverse de beaucoup d'autres disciplines japonaises « martiales » modernes, le kendo ne doit pas ses formes (techniques) standard actuelles à une seule personne, mais à l'expérience collective et à l'habileté de beaucoup.

Avant l'établissement du gouvernement militaire (bakufu) Tokugawa (1600-1868), il y avait des milliers de ryu (au sens large : école) de ken jutsu avec cha-



LES CINQ DIRECTEURS DE LA COMMISSION D'ÉLABORATION

Au premier plan, de gauche à droite :
Tsuji Shimpei, Negishi Shingoro.

Au second plan, de gauche à droite :
Takano Sasaburo, Naito Takaharu, Monna Sei.

cun son originalité (technique, éthique, spirituelle), mais préparant tous à l'éventualité du combat véritable. L'utilisation d'exercices formels pré-arrangés (kata) constitue alors, pratiqués au sabre ou au boken, la méthode centrale d'entraînement, et shinken shobu (combat à mort) l'ultime test pour le sabreur désireux ou contraint de mesurer son habileté.

Pendant les siècles relativement paisibles de l'époque Tokugawa (encore appelée Edo), le combat sur champ de bataille est révolu et le duel privé avec lame véritable, illégal, sauf autorisation particulière du gouvernement. Même le taryu jiai (engagement entre escrimeurs de ryu différents) au boken, avidement recherché par beaucoup de ryu, d'abord approuvé par le bakufu, fut finalement interdit quand il apparut évident que ces affrontements se soldaient toujours par de sérieuses blessures et parfois même la mort. Une troisième possibilité existait : utiliser le shinai, inventé dans la deuxième moitié du XVI^e siècle (2).

Notons ici qu'à cette époque se dégage un style d'escrime différent par rapport à celui des époques antérieures, dont continuent néanmoins de témoigner des sabreurs ayant connu les combats véritables et qui portent d'ailleurs de vives critiques sur les formes nouvelles. Malgré tout, au fil des temps, le style nouveau se développe énormément et, peu à peu, même les héritiers des formes classiques, représentant et perpétuant le style ancien, contribuent à son épanouissement.

A l'époque Edo donc, l'utilisation du shinai devient populaire et avec l'invention qui suivit des différentes pièces d'équipement protecteur (3), le shinai geiko, précurseur direct du kendo moderne, prit de plus en plus d'importance à l'entraînement, son aspect dynamique le rendant bien plus attirant pour beaucoup, que les formes d'entraînement relativement statiques du ken jutsu ou du kendo classique (4).

Vers la moitié du XIX^e siècle, par ailleurs, un nombre important de personnes n'appartenant pas à la catégorie classique des guerriers s'engagent dans la pratique du kendo, témoignant de sa popularité grandissante.

Plus de cinq cents ryu spécialisés en shinai geiko furent ainsi créés et animés par ces nouveaux pratiquants qui entendaient ainsi rejoindre la glorieuse tradition, jusqu'alors monopole des guerriers classiques. Mais il convient de préciser qu'une tendance croissante, non exempte d'ailleurs de mobiles financiers, vise alors plus à la satisfaction de la moyenne des pratiquants qu'au maintien des anciennes valeurs classiques.

Cette tendance de la fin de la période Edo, fondée essentiellement sur une finalité sportive (beaucoup de dojo n'entraînent surtout qu'en vue du shiai), était de plus encouragée par le bakufu, qui la considérait comme très utile pour canaliser des énergies qui auraient pu être utilisées éventuellement dans une direction contraire à l'intérêt du régime Tokugawa.

Cependant, une réaction adverse à la popularité du shinai geiko fut parallèle à son développement : elle était soutenue par nombre d'experts unanimes dans leur opinion que mettre trop l'accent sur l'entraînement à gagner des points en shiai détruisait la vraie finalité et le vrai but du kendo classique. Mais ces critiques, tenues uniquement par les escrimeurs les plus avancés (tenants par ailleurs du style classique), étaient par là minoritaires : l'escrimeur moyen était satisfait de sa pratique « shinai-geiko » n'ayant eu de plus aucune expérience des substituts de style classique (5).

*
**

L'absence d'accord entre les escrimeurs de la période Edo sur les principes techniques fondamentaux, sur les méthodes d'entraînement, sur les équipements protecteurs, sur la façon de conduire les rencontres, compromit un développement précoce d'un réel kendo national. Mais il y avait des signes qui traduisaient le sentiment de la nécessité de bases standard acceptables (ainsi, par exemple, la fixation de la taille et du poids du shinai).

A l'époque Meiji (1867-1912), les conditions sociales devinrent telles que la culture occidentale prit le pas sur la culture traditionnelle : les voies et arts martiaux et même le shinai geiko perdirent la faveur du grand public, tant ils apparaissaient anachroniques, leur maintien étant néanmoins assuré par différents groupes largement composés de « résistants » aux réformes Meiji (anciennes régions de Aizu, Satsuma, Tosa ; actuellement Fukushima, Kagoshima et Kochi), que même l'interdiction gouvernementale de porter les sabres ne put amener à abandonner leurs pratiques martiales (1876).



COMMISSION D'ÉLABORATION DU KENDO NO KATA (1^{er})

Au premier plan, de gauche à droite: 1^{er} Takano Sasaburo, 2^e Negishi Shingoro, 6^e Oura Kanetake (président), 10^e Shimpei Tsuji, 11^e Takaharu Naito, 12^e Monna Sei

Au second plan, de gauche à droite: 5^e Nakayama Hakudo

Cependant, le gouvernement lui-même contribua finalement au maintien de cet « héritage culturel » sous l'influence de personnes réalisant sa valeur comme fondement et support d'un esprit national japonais (Nihon gokoro) : ainsi fut créée officiellement la section kendo de la police métropolitaine de kendo (6). Des démonstrations itinérantes furent autorisées pour relancer l'intérêt du grand public. En 1895, la fondation du Dai Nippon Butokukai (association pour le maintien des vertus martiales japonaises), composée de membres de la haute société, et la construction en 1899 du Butokuden (centre ou salle pour la pratique des vertus martiales) constituèrent une importante contribution à la perpétuation des voies et arts martiaux classiques en général, et du kendo en particulier.

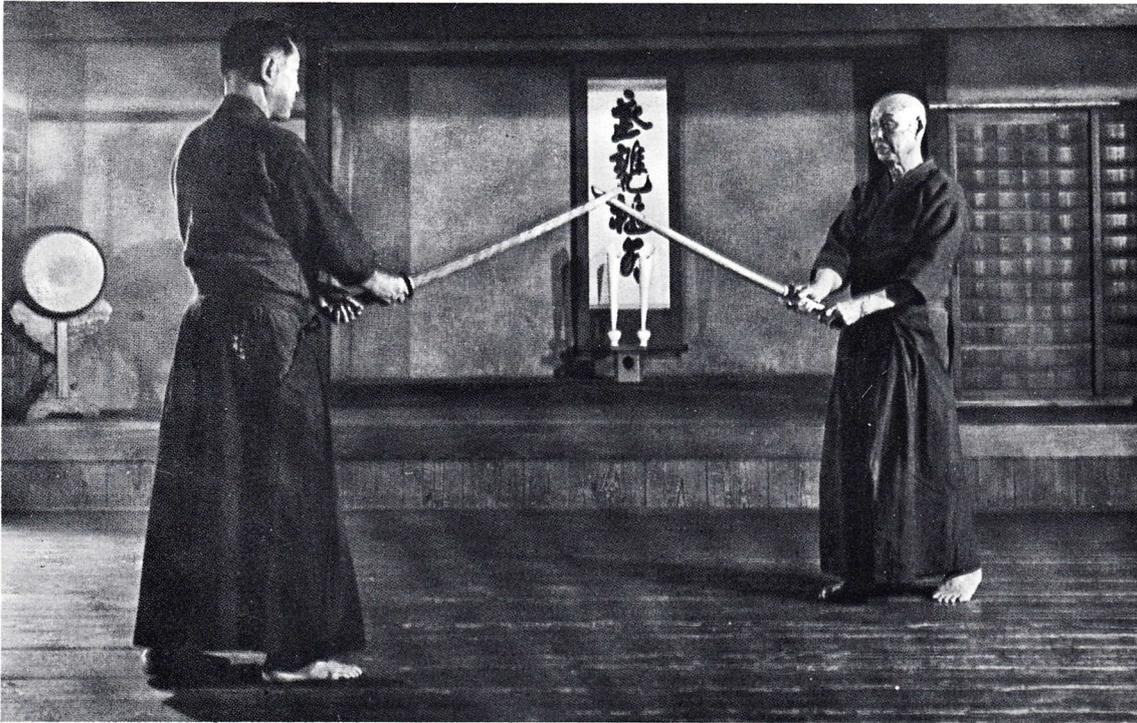
Le Butokuden (7) donc, construit à côté du temple Heian à Kyoto, devint le quartier général et le lieu d'entraînement central du Butokukai. Son fonctionnement est alors assuré par des représentants des différents arts martiaux, et il faut remarquer que tout en encourageant la pratique des disciplines classiques, les dirigeants du Butokukai œuvrèrent également en faveur du développement du judo et du kendo dans le cadre de l'éducation, à tous les niveaux, et de façon générale, travaillèrent à la popularisation de ces disciplines à travers tout le pays, conjointement à la standardisation des techniques et méthodes d'enseignement.

En 1906, la section kendo du Butokukai réunit une assemblée de sa commission technique en vue de créer un kata standard de kendo, résumant, dans une sorte de synthèse, l'essentiel technique des principaux courants (8). La commission, composée de vingt-trois experts, travailla sous la direction de cinq maîtres :

- NAITO Takaharu, du Hokushin Itto ryu ;
- MONNA Sei, du Hokushin Itto ryu ;
- NEGISHI Shingoro, du Shindo Munen ryu ;
- TSUJI Shimpei, du Jikishin Kage ryu ;
- TAKANO Sasaburo, du Ono Ha Itto ryu.

En 1912, et après de nombreuses études, la commission annonça la création du Dai Nippon Teikoku Kendo Kata (Kata de Kendo du Grand Japon Impérial) comprenant sept techniques au grand sabre et trois au petit.

L'année précédente, 1911, avait par ailleurs vu l'établissement de la Dai Nippon Butokukai Semmon Gakko (École spécialisée en arts martiaux) qui permit l'emploi régulier d'experts enseignants et fut une source majeure de pratiquants et d'enseignants expérimentés à la fois en disciplines classiques et modernes. L'action du Butokukai fut de plus renforcée la même année par une décision du ministère de l'Éducation, rendant judo et kendo obligatoires dans tous les collèges du Japon : ce fut la première prise de



*Nakano Yasoji Sensei
Hanshi 9^e dan*

*Mochida Moriji Sensei
Hanshi 10^e dan*

position officielle en faveur du développement des disciplines modernes dans le cadre de l'Éducation nationale.

La pratique du kendo était déjà fortement encouragée dans les milieux universitaires et, en 1909, la Fédération universitaire de Kendo avait vu le jour.

Le kata de 1912, cependant, ne marquait pas l'achèvement de l'élaboration d'une base à un kendo national et, malgré la sélection de techniques estimées suffisamment représentatives, de nombreux problèmes d'interprétation subsistèrent parmi les professeurs, nécessitant des adaptations, précisions, etc., travail se continuant encore de nos jours.

En 1917, fut élaboré un commentaire. En 1928, la section Kendo prend une réelle dimension nationale

avec comme président Masataro Fukuda et renforce le travail vers une standardisation du kendo.

Le titre de membre était donné à tous les dojo, professionnels et amateurs et à tous les kendoka individuels après une série d'examens. Le but principal était d'organiser les examens de grades, d'enseignement, la mise au point de références communes concernant les techniques et les méthodes d'enseignement, tout autant que de favoriser les idéaux du kendo à un niveau national.

En 1933, le travail sur le kata se poursuivant, une commission de douze experts est reformée en vue d'une refonte des commentaires antérieurs, d'un apport de précisions, etc. Elle comprend notamment les maîtres : Takano Sasaburo, Nakayama Hakudo, Mochida Moriji, Saimura Goro, Takahashi Dotaro.

En 1941, le kendo devient objet obligatoire d'étude dans toutes les écoles primaires. Mais c'est la guerre, puis l'occupation; et parmi les nombreuses mesures prises par les Forces Alliées pour éliminer le potentiel guerrier du Japon se trouve la prohibition et la liquidation de toutes les institutions considérées comme véhicules du militarisme: ainsi furent dissous le Butokukai et les associations reliées, interdits Bujutsu et Budo.

En 1950, avec la guerre de Corée, un changement se fait jour dans la politique des forces d'occupation et aboutit entre autre à la levée officielle du ban qui pesait sur les disciplines martiales: le Butokukai revoyait le jour (9), les Alliés demandent la création d'une réserve de Police nationale pour assurer «l'ordre intérieur»: kendo et judo sont retenus pour constituer la base de l'éducation physique de tous les policiers.

En 1952, le Butokuden est réouvert et cette année voit également la création de la Zen Nihon Kendo Renmei (Fédération Japonaise de Kendo), l'ancien Teikoku kata, rebaptisé, devient le Nihon kendo kata.

Dans les années 60, kendo et surtout judo connaissent un grand regain de popularité, tant au Japon qu'à l'extérieur, grâce à la forte accentuation de ces disciplines comme sports. L'établissement du Nippon Budokan (Centre pour la pratique du Budo) à Tokyo, en 1964, fait de cet endroit un pôle important de pratique et de manifestations nationales et internationales (10).

Aujourd'hui (1983), le kendo moderne est véritablement international: la Fédération internationale (I.K.F.) a été fondée en 1971; cinq championnats du monde ont été organisés; on parle de son inscription aux Jeux Olympiques.

Cependant, sous un autre angle, beaucoup d'autorités modernes en kendo considèrent l'ère Meiji comme l'époque où les valeurs intrinsèques de l'escrime classique furent écartées: son essence spirituelle fut faussée, mais pour permettre, paradoxalement, sa survie au travers un usage public. De plus, il est patent que le kendo fut utilisé par les militaristes pour développer un courant nationaliste parmi le peuple en préparation de la guerre (sino-japonaise, russo-japonaise, mondiale). Le kendo devint une force sociale de cohésion: le citoyen doit être spirituellement tourné vers la perfection du pays et cette accentuation moderne diffère grandement de l'interprétation classique du **Do** en ceci que cette dernière donnait comme finalité le perfectionnement individuel, la réalisation en tant que personne.

III. — FINALITÉ

Neuf finalités sont données à la pratique du kata et doivent servir de guides pour celle-ci:

1. — **Approche et enseignement du reigi**: c'est-à-dire de l'«étiquette»; la notion renvoie à la manière «juste» de se situer par rapport aux autres et à la société.

2. — **Travail de l'attitude corporelle réelle**: au travers les gestes, déplacements, techniques, positions (kamae).

3. — **Compréhension des mouvements de l'adversaire**: le kata est (aussi) le «souvenir» fixé d'une situation de combat réel.

4. — **Perfectionnement des techniques.**

Depuis la reprise «après-guerre», il est évident que la volonté affirmée de présenter le kendo essentiellement sous son aspect sportif (11) entend témoigner d'un démarquage radical vis-à-vis de cette «déviation». Mais ce qui n'était qu'un moyen justifié pour éliminer l'erreur, n'a-t-il pas, dans le mouvement, touché à l'essentiel?

En 1967, Tokutaro Kimura, président de la Z.N.K.R., déclarait à l'occasion du Tournoi international de Tokyo:

Nous désirons rassembler tous les pays du monde sur la base commune du kendo et concourir en rivalité amicale, contribuant ainsi à la paix mondiale et à la prospérité fondées sur le Budo Seishin (l'esprit du Budo).

D. Draeger, commentateur autorisé du Budo, rapporte que T. Kimura, ancien président de l'I.K.F. et de la Z.N.K.R. considère la propagation du Budo Seishin à travers le kendo comme le premier but de ces organisations, acceptant la pratique du kendo comme sport seulement dans la mesure où le sport peut être un véhicule du véritable esprit du kendo.

Ce point de vue peut être aisément relié à la tendance représentée par nombre de hauts professeurs et officiels du Japon qui, sans pour autant condamner l'essor sportif actuel, souhaitable en soi, constatant telles déviations techniques, appellent une «prise de conscience» de ce qu'est l'authentique «voie du sabre», en prenant notamment comme support la pratique des kata (12). Ainsi, Nakano Yasoji Sensei hanshi, 9^e Dan, écrit-il dans *Bases du kendo* édité par la Z.N.K.R.:

Le kendo moderne limite les points d'attaque, mais laisse une assez grande liberté dans les attaques et les uchi. Cette liberté introduit inévitablement un élément de compétition.

Si on laisse davantage place à cet esprit de compétition, le kendo dégénère en un affrontement livré dans le seul but de vaincre. Si cela se produit, la pureté des techniques de kendo est laissée de côté. Si on les compare, on peut dire que le kendo avec kata (koryu) insiste davantage sur la perfection des mouvements. C'est pour cette raison que sur le plan de la pureté technique, le koryu se place au-dessus du kendo au shinai. En résumé, les kata peuvent servir à maintenir et améliorer la pureté technique du kendo au shinai.

5. — **Correction des défauts.**

6. — **Compréhension du maai**: intervalle spatial et temporel.

7. — **Développement du kiai kihaku**: sincérité et concentration (martiales) dans l'exécution des techniques. Développement du kime (énergie nécessaire à leur application).

8. — **Compréhension** (intuitive - participative) **des «raisons» du kendo.**

9. — **Développement du kigurai**: «les mouvements d'un homme en qui l'esprit du ki est actif reflètent une certaine fierté dans sa grâce et sa mobilité» (Nakano Y. Sensei).

Nous remercions la revue « Kendo Nippon », qui nous a permis de reproduire les gravures qui nous servent de référence, et tout particulièrement les professeurs qui exécutent le kata.



*Uchi dachi:
Shigeoka Noboru sensei,
9^e dan hanshi.*



*Shi dachi:
Saeki Taro sensei,
8^e dan hanshi.*

DÉBUT DU NIHON KENDO KATA

L'exécution complète du kendo no kata commence par le salut mutuel d'uchi dachi et shi dachi en seiza. (Rappelons qu'uchi dachi — celui qui porte l'attaque — est traditionnellement le pratiquant le plus avancé : il a ainsi, dans son rôle de transmission des connaissances, l'initiative : du salut, de la prise de garde — sauf exceptions — des déplacements ; de même il lui incombe de régler le rythme général du kata, shi dachi s'y accordant, ainsi que les distances.)

Du côté opposé au côté principal (shomen, kamiza, jury, table d'honneur), uchi dachi et shi dachi, les sabres dans la main droite, tranchant vers le haut (cf. fig. 10-13) se mettent en seiza et disposent les sabres sur leur côté droit comme l'indiquent les figures 1-2-3 (shi dachi, en seiza, prend le kodachi — petit sabre — dans la main gauche, place le odachi — grand sabre — puis le premier).

Pour prendre la position assise seiza : monter les sabres à la hanche, chasser intérieurement le hakama, descendre le genou gauche (pied en appui) puis le droit (pied en appui), le buste restant bien droit. Allonger les pieds et s'asseoir entre les talons, gros orteils réunis (distance

entre les genoux : la valeur d'un poing). Fig. 4-5-6-7-8. Zarei.

Pour se relever : après avoir repris les sabres (shi dachi prend d'abord le petit avec la main droite, le passe dans la gauche, prend le grand dans la droite puis le petit), se redresser, pieds en appui, lever le genou droit, pied droit à côté du genou gauche, puis le gauche en se levant complètement.

Debout, uchi dachi et shi dachi se tournent vers le côté supérieur (les talons sont presque réunis, les pieds dessinant un V), saluent, puis se dirigent vers leur emplacement respectif (fig. 9). Shi dachi dépose le kodachi de la façon qu'indique la figure 12, le tranchant restant vers lui (après les séries au grand sabre, celui-ci sera placé de la même façon).

La distance les séparant est alors d'environ neuf pas.

Tenant le grand sabre toujours dans la main droite, ils se saluent en veillant à se garder réciproquement dans leur champ de vision (fig. 13).

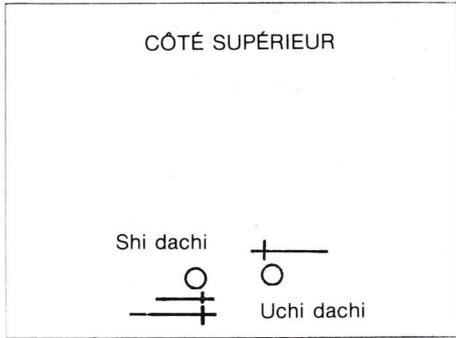


Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3

ZAREI

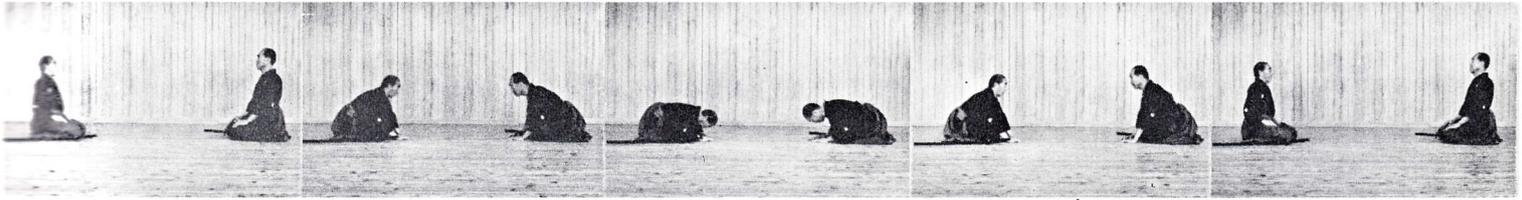


Fig. 4

Fig. 5

Fig. 6

Fig. 7

Fig. 8

Poser les deux mains en même temps, à plat, en figurant un triangle avec pouces et index, à la verticale du visage.

Saluer sans écarter les coudes, dos bien plat, la nuque dans son prolongement.

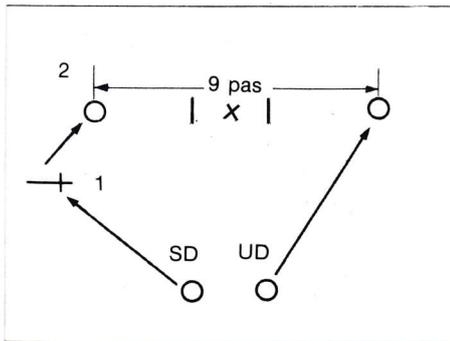


Fig. 9

Fig. 10

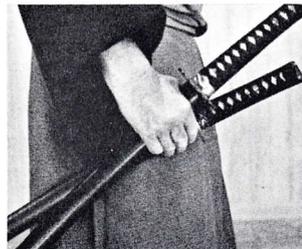


Fig. 11

Deux possibilités de tenue des sabres

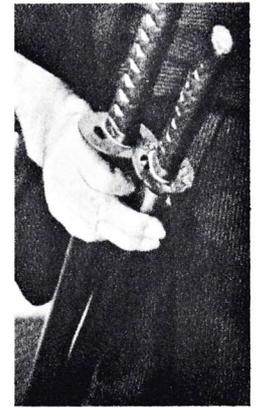


Fig. 11 bis

Déposer le Kodachi (fig. 9-1) en s'aidant de la main gauche qui tient alors le grand sabre, genou droit au sol.

Salut mutuel debout (fig. 9-2).



Fig. 12

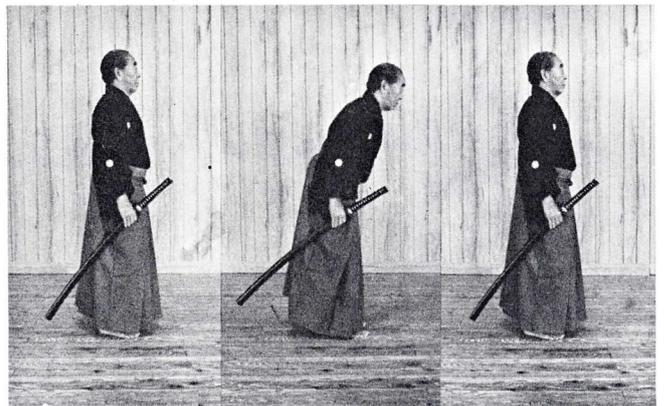


Fig. 13

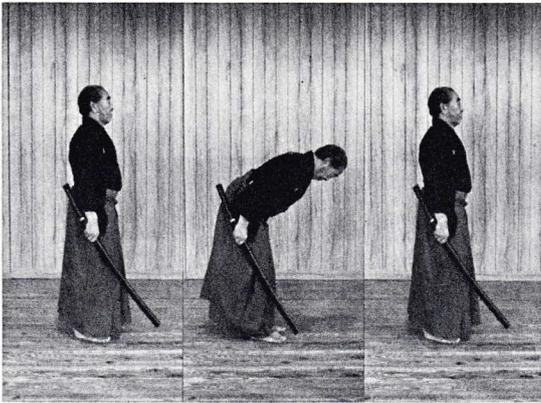


Fig. 14. — Salut dans le cas de cérémonie particulièrement importante.



Saisie souple du sabre,
les derniers doigts desserrés.

a



Prendre sonkyo en dégainant.

En passant le sabre
dans la ceinture,
veiller à maintenir
la tsuba avec l'index.



b



Débloquer le sabre avec le
pouce gauche.

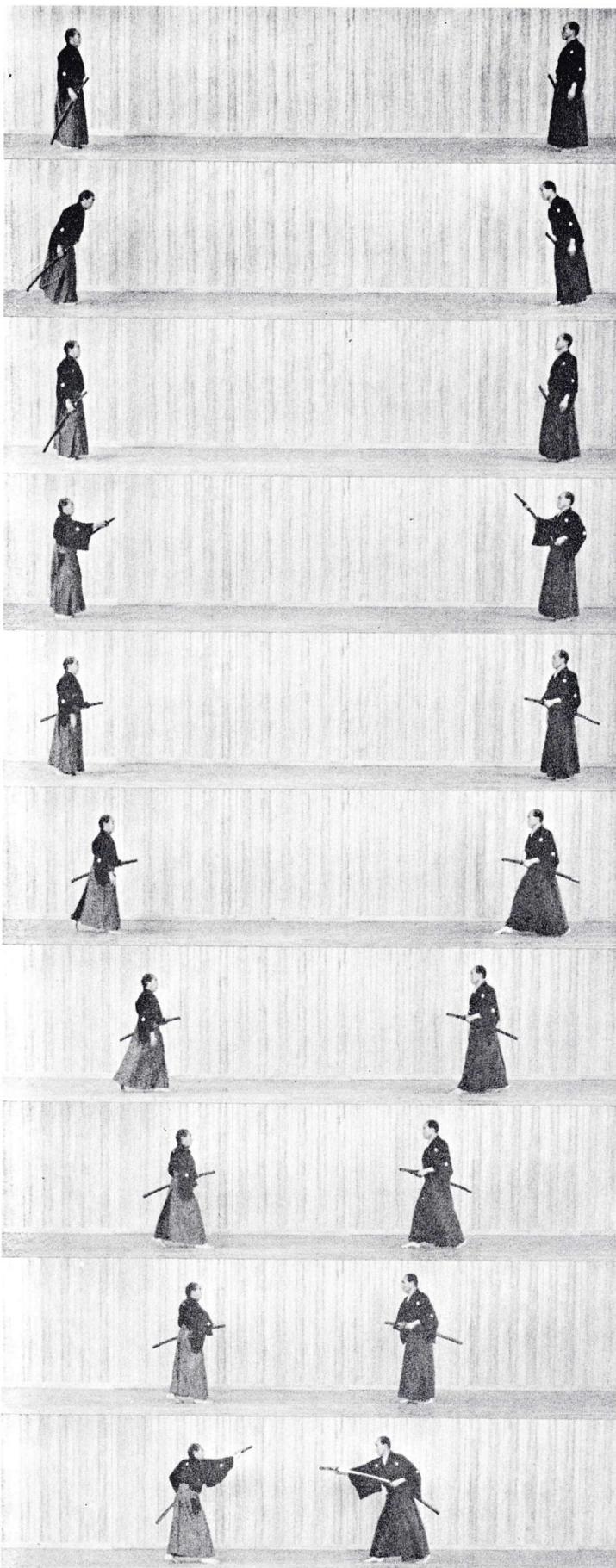


c

Sabre dans la ceinture,
extrémité de la poignée (tsuka
gashira) devant l'axe du corps.

Casser la garde : descendre la pointe,
en tournant les mains, jusqu'à hauteur du genou.





Sabre dans la main droite, tranchant vers l'arrière, tsuka vers l'avant, UD et SD se font face,

se saluent en inclinant légèrement le buste en veillant à se garder réciproquement dans le champ de vision,

passent le sabre dans la ceinture (avec le bokuto, simplement le changer de main, en le portant alors à la hanche, pouce sur la tsuba);

maintenant le sabre de la main gauche, pouce sur la tsuba, avancent l'un vers l'autre de trois grands pas Ay. A. D, G, D (g),

D

(sur la dernière avancée du pied droit, le pied gauche « suit » de façon naturelle)...

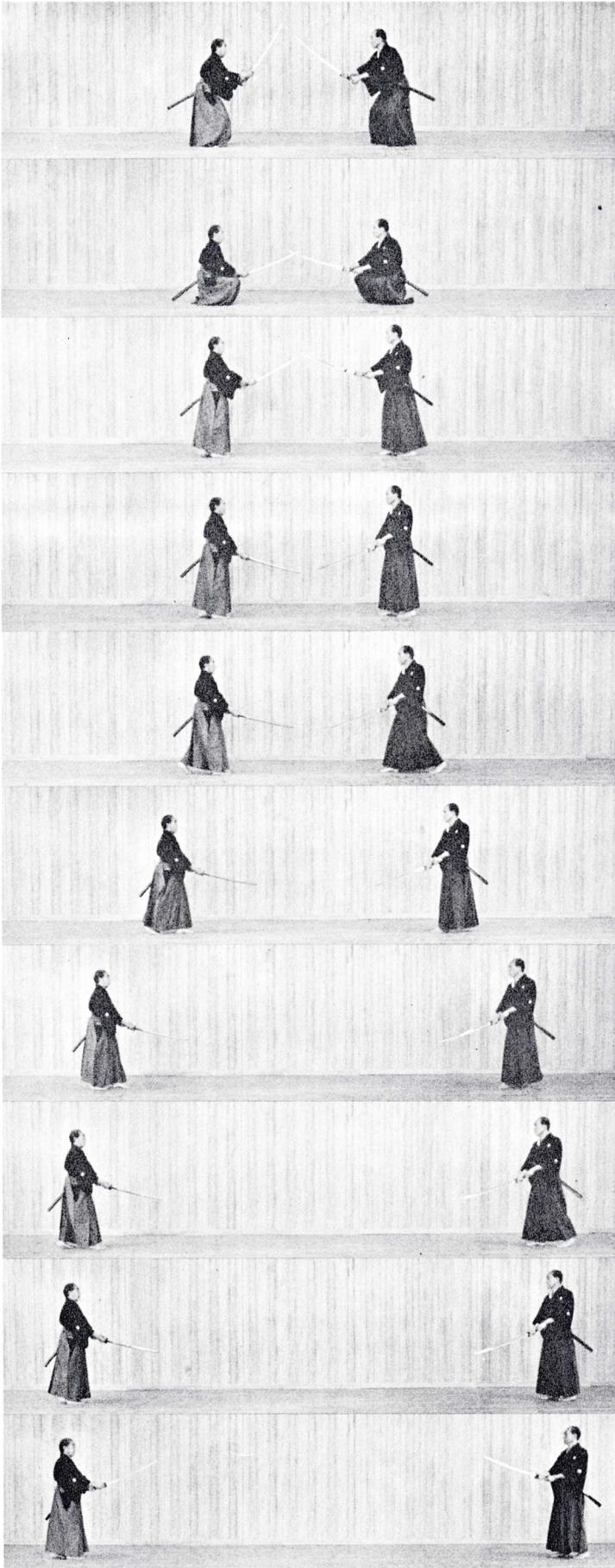
G

D

...en portant la main droite à la tsuka sur le dernier, tout en marquant un bref temps d'arrêt...

g

...commencent de tirer la lame en avançant légèrement le pied droit...



...dégainent complètement en ramenant le pied gauche (talons réunis, pieds « ouverts») et en prenant la position sonkyo. Ils se trouvent alors au «centre» d'exécution, référence constante pour les techniques à venir (cf. fig. 9, p. 7),

(les sabres sont légèrement croisés - issoku itto no maai -)

...se relèvent en maintenant la distance issoku itto et la garde chudan,

«cassent» la garde et,

partant du pied gauche, reculent de cinq petits pas Ay. A. : G, D, G, D, G.

G

D

G

D

G

...après un léger temps, reprennent la garde chudan (ai chudan: «chudan-ensemble»).

ASHI SABAKI : les différents déplacements

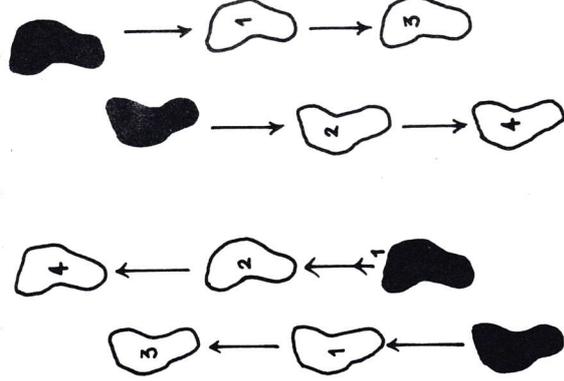
AYUMI ASHI (A.Y.A.)

avant (mae) arrière (ushiro)

Marche «normale». Déplacer chaque pied en 1 temps = 1 pas.

Exemple :

1^{er} pas p. droit d... 3^e pas

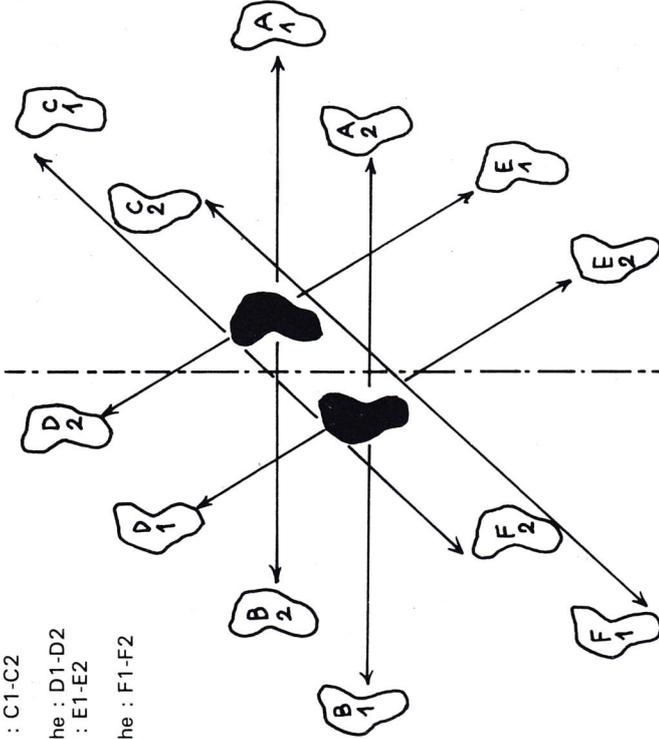


Abréviations :
A.Y.A. avant d. g. d.

OKURI ASHI

latéral (yoko) droit : A1-A2 (migi) gauche : B1-B2 (hidari)

diagonal (naname) avant droit : C1-C2 gauche : D1-D2 arrière droit : E1-E2 gauche : F1-F2



OKURI ASHI (O.K.A.)

Déplacer les pieds l'un après l'autre, mais dans un seul temps = ramener le plus vivement possible le pied déplacé en second.

1 2 3
1-2 1-2
d-g d-g
1 pas 1 pas
avant avant

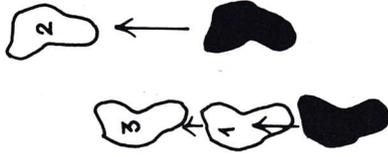
(Déplacement avant ; pour l'arrière, déplacer : g.d.)

Abréviations :
3 pas avant O.K.A.

Dans ces déplacements, le même pied reste toujours devant.

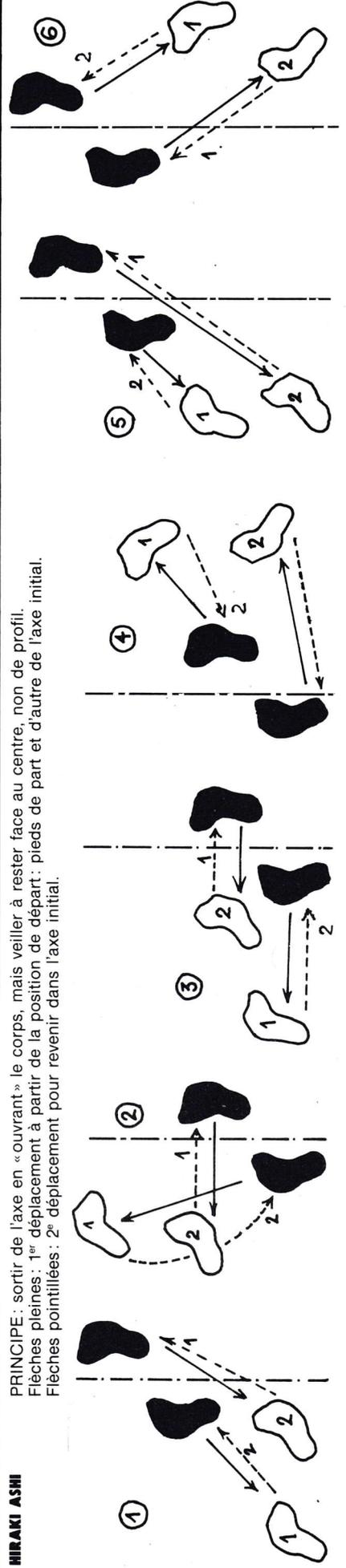
Déplacer en premier le pied se trouvant dans la direction choisie

TSUGI ASHI (T.S.A.)



HIRAKI ASHI

PRINCIPE : sortir de l'axe en «ouvrant» le corps, mais veiller à rester face au centre, non de profil. Flèches pleines : 1^{er} déplacement à partir de la position de départ ; pieds de part et d'autre de l'axe initial. Flèches pointillées : 2^e déplacement pour revenir dans l'axe initial.



IPPONME

SD

UD

« Réplique » en prenant également la garde jodan mais sans bouger (pied *droit* devant: *migi jodan no kamae*).

Avançant le pied *gauche*, prend la garde jodan (*hidari jodan no kamae*).

Avance de même D, G, D (g).

Avance de trois grands pas
Ay. A.: G, D, G (d).

D

G

G

D

D

G

g

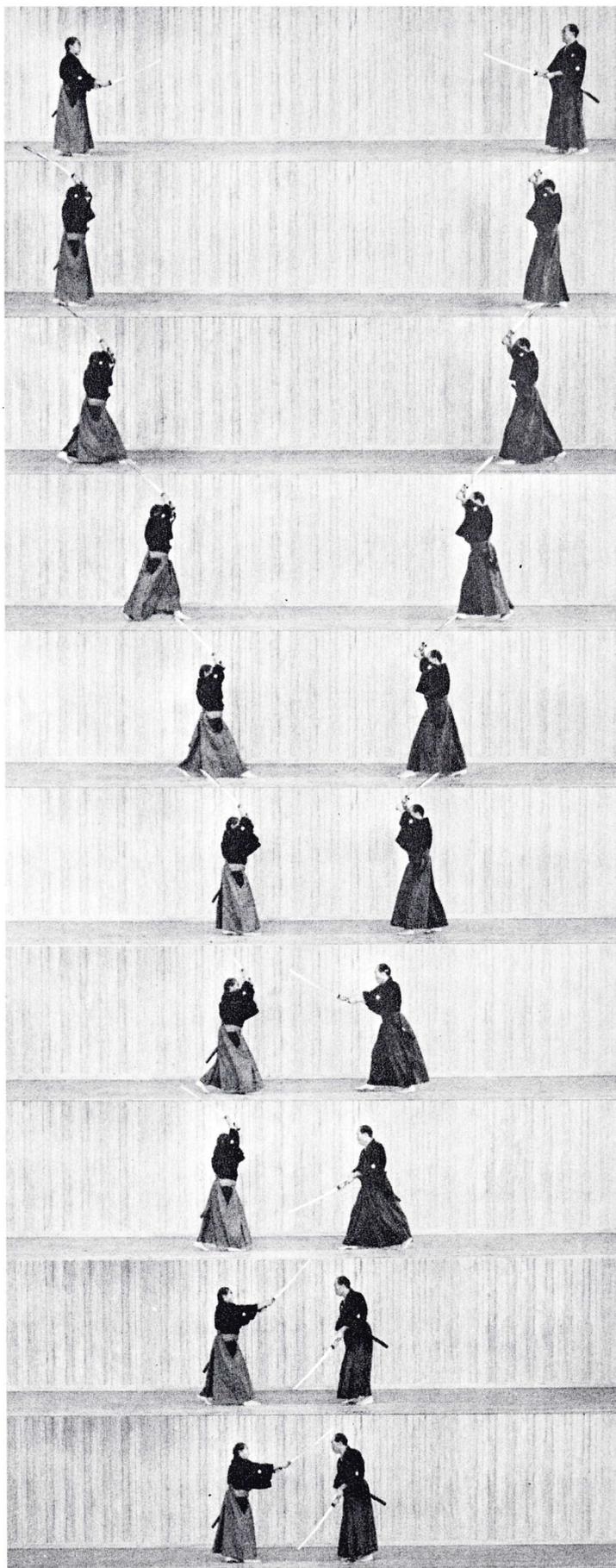
g

Échappe (*nuki waza*) en reculant G-D, Ok. A., en tirant les mains et le sabre vers l'arrière et le haut et, sans rupture, en avançant D-G, Ok. A., contre-attaque en *shomen* (centre de la tête, pleine face) avec *kiai*...

Après un temps d'observation (recherche de « l'ouverture » tension avant l'engagement), lance une grande coupe (*kiru*) verticale en direction des mains et de la tête de SD, dans un grand pas en avant du pied droit (Ay. A.), avec *kiai*. (Le pied gauche « suit » de façon naturelle.)

Note: Corps penché non « cassé », sans exagération.

Note pour la lecture:
Pour la chronologie, partir de la colonne de droite (*uchi dachi*).

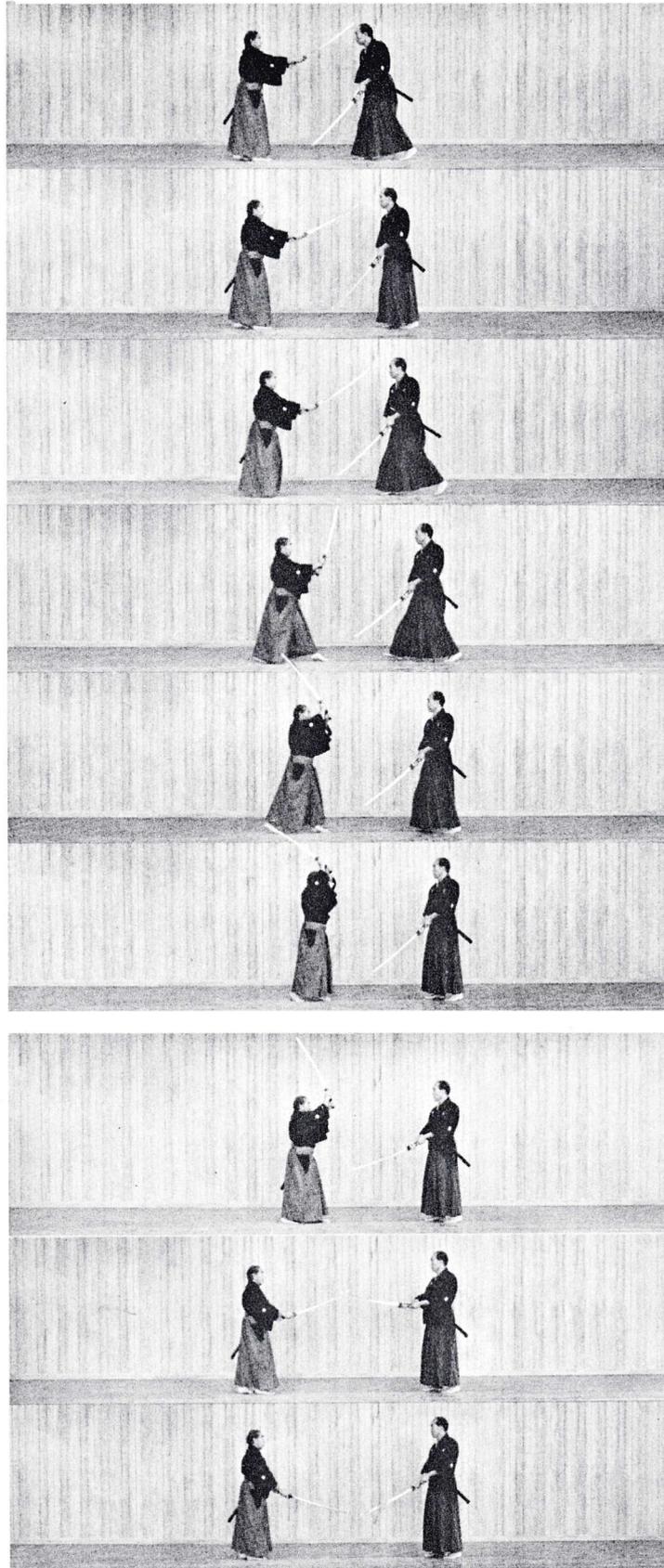


Affirme son contrôle physique et mental, zanshin, en descendant la pointe devant le visage d'UD...

...maintient « zanshin », « suivant » sans rupture en montant (en avançant le pied gauche) la garde hidari jodan...

...redescend le sien en reculant le pied gauche...

...jusqu'en chudan.



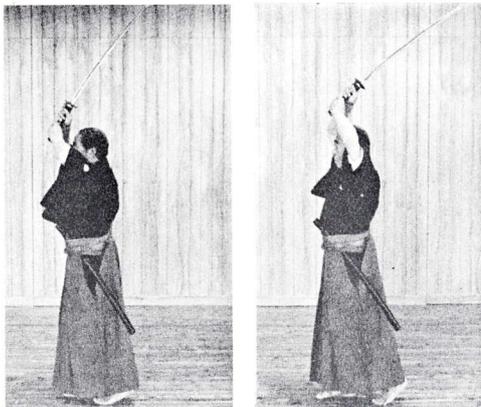
Après un léger temps, recule un petit pas (Ok. A. G-D)...

...recule d'un pas identique...

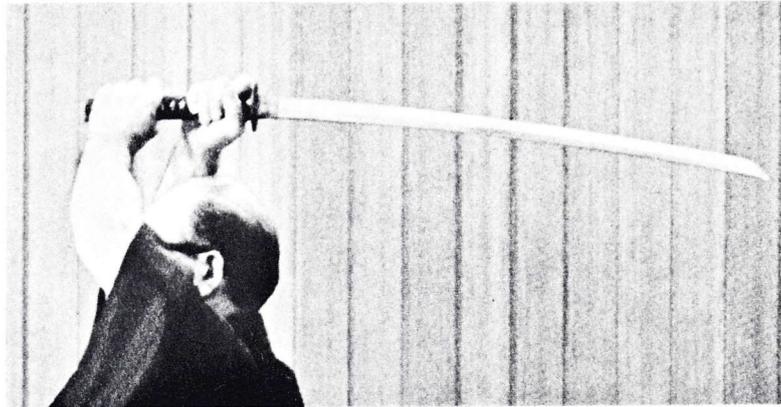
Après un temps où s'affirme le zanshin de SD, commence de relever lentement son sabre...

...jusqu'en chudan.

Cassent la garde, cinq pas arrière Ay. A, reprennent chudan (cf. début)



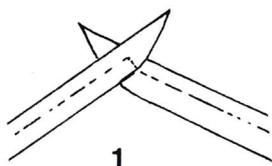
Moment où SD échappe à l'attaque : tirer main et sabre légèrement vers l'arrière (idée de « piquer ») et le haut, comme pour se « grandir » (talons décollés).



Veiller à ne pas laisser « tomber » le sabre.

REMARQUES D'EXÉCUTION

(valables pour tout le Kata)



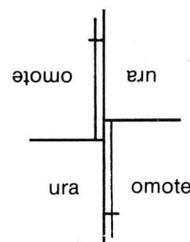
● **VÉRIFIER** toujours, dans l'apprentissage, si la distance est correcte: **distance de départ** (environ neuf pas), **distance d'engagement**: issoku itto no maai que l'on peut définir comme l'intervalle qui permet de porter un coup en avançant d'un pas et de s'y soustraire en reculant d'un pas.

[Fig. 1 : sabres croisés à la distance issoku itto ; voir aussi photo du haut, page 4. Cette distance se conçoit bien entendu avec toutes les gardes. Fig. 1 et 2 : les sabres sont croisés flanc gauche (hidari shinogi) contre flanc gauche. Les actions qui se feront à droite, par rapport à chaque exécutant (ou encore avec le flanc gauche du sabre) pourront être désignées comme *omote*. Les actions qui se feront à gauche, par rapport à chaque exécutant (ou encore avec le flanc droit; migi shinogi), comme *ura*].

Distance d'exécution: L'action d'uchi dachi aboutirait-elle si shi dachi ne bougeait pas? La contre-attaque doit, elle aussi « arriver » et non couper le vide : les diverses actions de sabre doivent donc être réalistes et dans tous les cas, la coupe opérée avec le mono-uchi : tiers supérieur de la lame.

● **DANS LES DÉPLACEMENTS**, essayer de marquer une nette nuance entre :

- les trois pas vers l'avant exécutés en manifestant une grande concentration (le combat est engagé), résolument mais sans précipitation ;
- le temps de « suspension » avant que l'attaque n'éclate ;
- l'attaque / défense / contre-attaque, exécutées dans une unité d'ensemble et (si possible) avec puissance (surtout, défense / contre-attaque doivent se concevoir comme exécutées en un seul temps) ;
- les cinq pas de recul exécutés comme les trois pas initiaux, avec concentration, l'action totale n'étant achevée qu'une fois ces cinq pas exécutés. (Veiller à ce que la valeur des cinq petits pas équivalise à



celle des trois grands. Après avoir pris possession du centre, en dégainant, tendre à retrouver exactement et ce centre et les positions de départ, éventuellement « corrigées » après la première mesure correspondant à la prise de garde initiale.)

● **KI KEN TAI NO ICHI**: harmonie du sabre, du corps, de l'esprit. Recherche avant tout de la coordination sabre/déplacement/cris (puissance). Veiller à lier chaque action de sabre (attaque/défense/contre-attaque) à un déplacement.

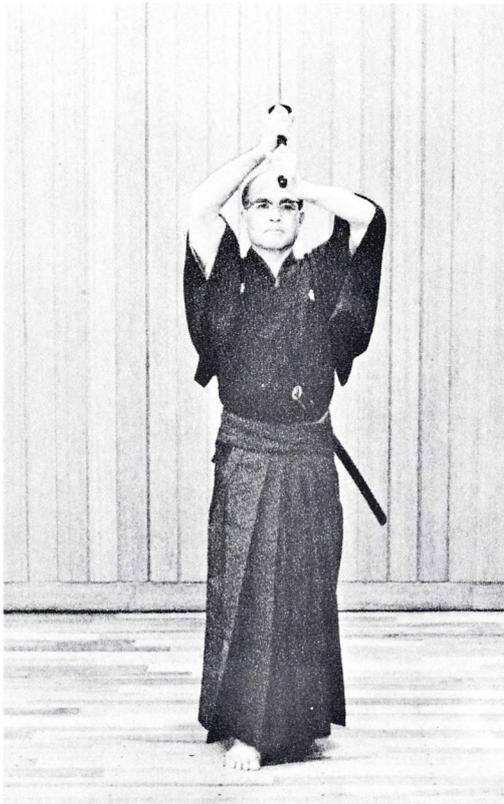
● **RESPIRATION**: il est recommandé de bloquer le souffle dans l'inspiration (non forcée) juste avant le début de l'avancée l'un vers l'autre, et de le retenir (sauf au moment du kiai) jusqu'à l'abandon de la garde chudan ou mieux : jusqu'à la fin des cinq pas de recul !

Cris: Uchi dachi : YAAH! : incisif, plutôt bref ; Shi dachi : TOO! : profond, plus maintenu.

● **ZANSHIN**: au sens restreint, le terme désigne la vigilance après l'action, s'exprimant par une posture témoignant d'un état intérieur d'« alerte » (littéralement : « esprit qui subsiste »). De façon plus large, la notion renvoie à une domination sur l'opposant, caractérisée par une complète et continue concentration, qui persiste après la coupe et qui s'exprime à la fois par un état mental et une posture physique.

Au cours du combat, le terme désigne aussi la détermination à le poursuivre sans relâchement ni la moindre négligence.

Bien entendu, quant à la recherche de la « vie » même du kata, rien ne saurait dispenser de la pratique avec un professeur l'ayant lui-même maîtrisée.



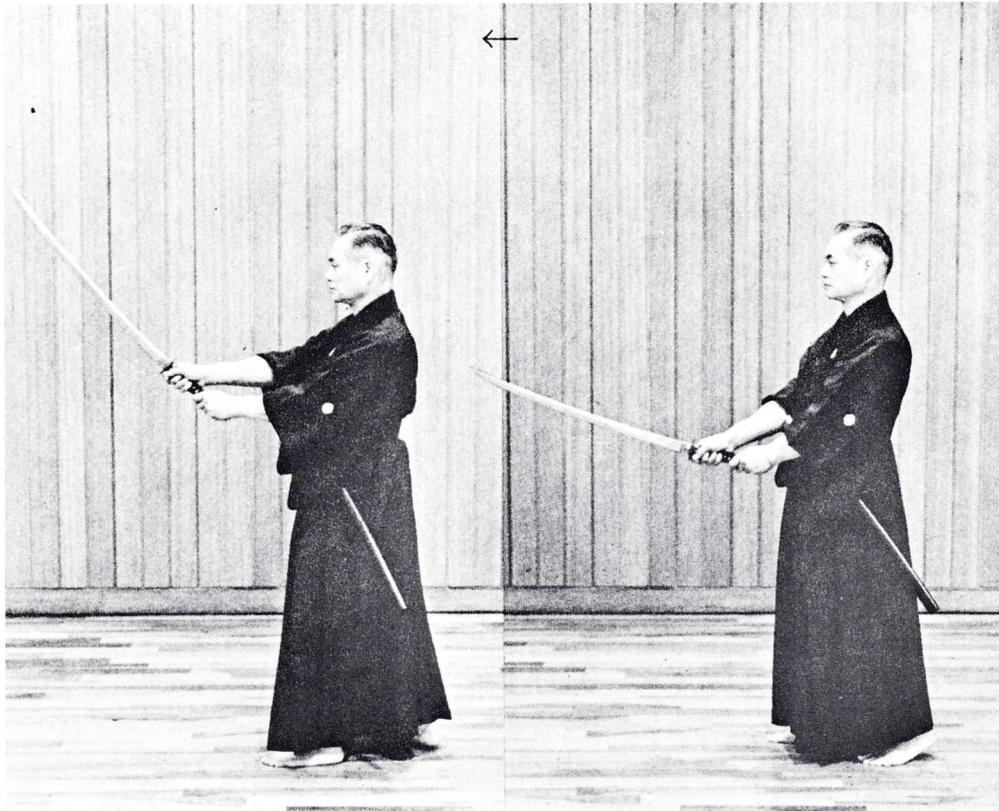
MORISHIMA Takeo Sensei
8° dan hanshi

MIGI JODAN NO KAMAE

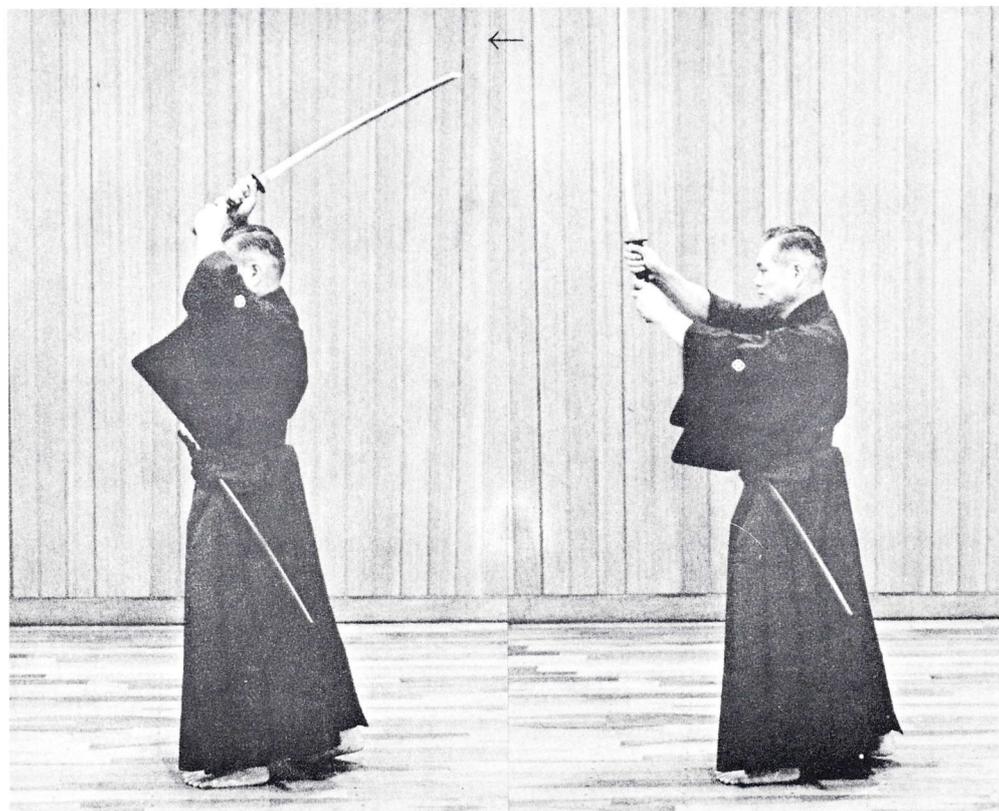
ABE Saburo Sensei
8° dan hanshi

HIDARI JODAN NO KAMAE

PRISE DE LA GARDE HIDARI JODAN



Pour la prise de jodan en général, penser à « repousser » avec la pointe et à opérer dans un mouvement d'ensemble circulaire. (Ne pas plier les bras.)



NIHONME

Fait de même.



Gardant la garde chudan, avance de trois grands pas (Ay. A. D, G, D).

D

D

G

G

D

D

(g)

(g)

Échappe par un pas G-D, [hiraki ashi (1)] en arrière gauche, en baissant mains et sabre qui reste dans l'axe...

Après un temps d'observation, arme en grand (jusqu'en position jodan) et, avançant D-G, Ok. A., tente une grande coupe du poignet droit (migi kote) avec kiai.

—arme en grand...

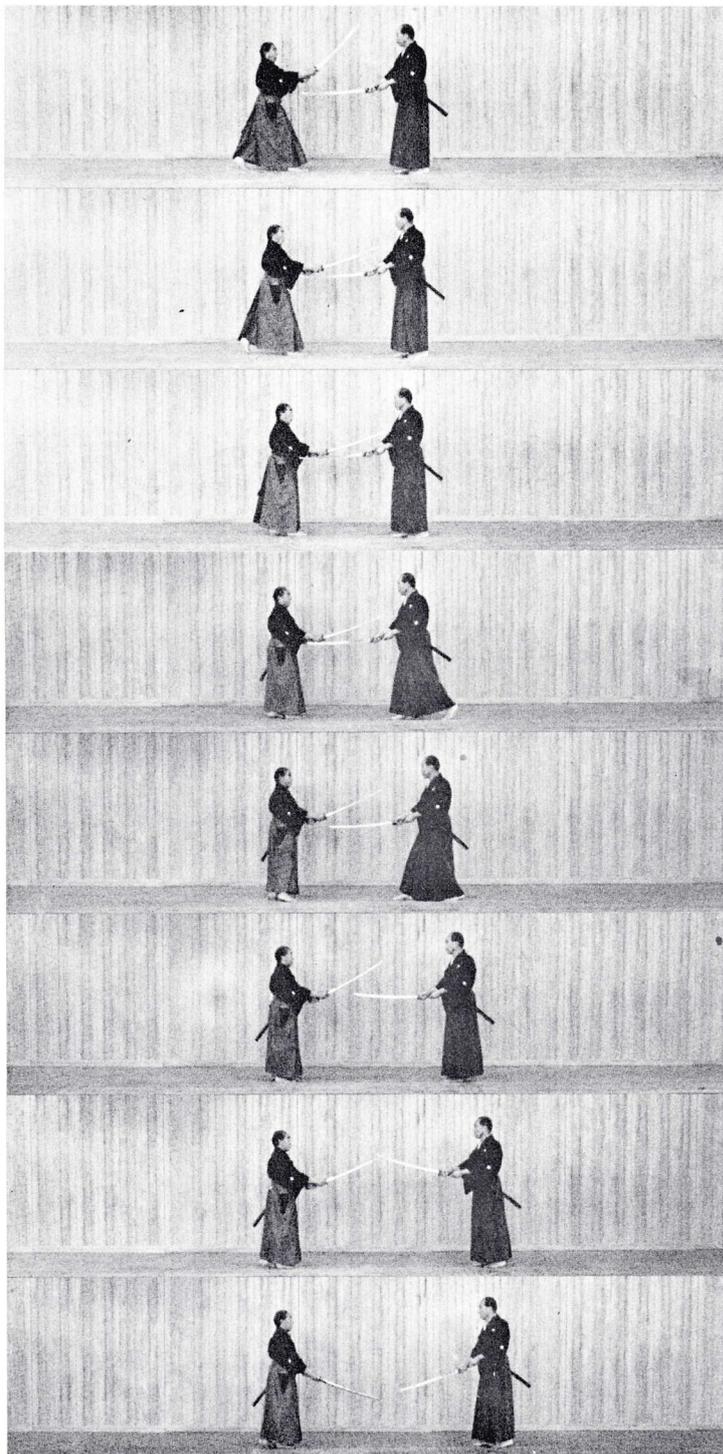
...et, avançant D-G, Ok. A.,
contre-attaque au poignet
avec kiai.

Zanshin.

Se replace dans l'axe
(pied droit-pied gauche)
en maintenant son contrôle
sans bouger le sabre.

(Ne pas lever ni abaisser
la pointe.)

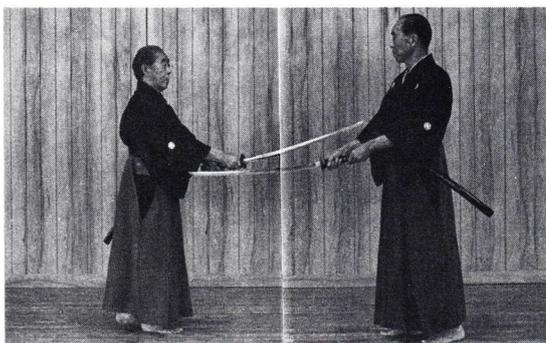
Chudan.



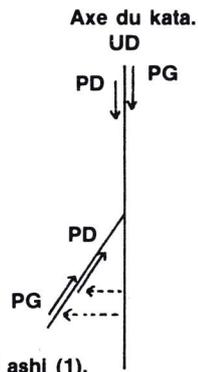
Après un léger temps
recule d'un pas G-D, Ok. A.

Chudan.

Cassent la garde, reculent de cinq petits pas.



Position au moment de
la contre-attaque.



Bien orienter les pieds dès l'attaque
d'UD: dirigés vers l'axe.

SANBONME

Chudan.



Chudan.

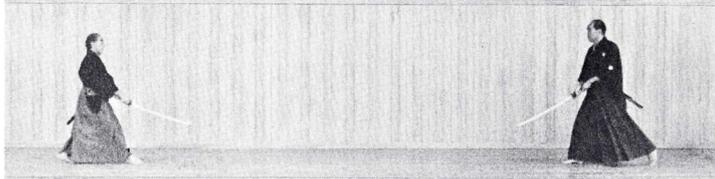
Fait de même.
(Ai gedan: gedan ensemble).



Prend gedan no kamae.

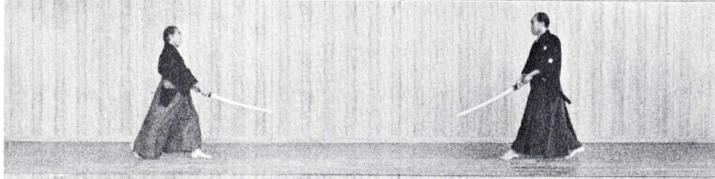
Fait de même.

D



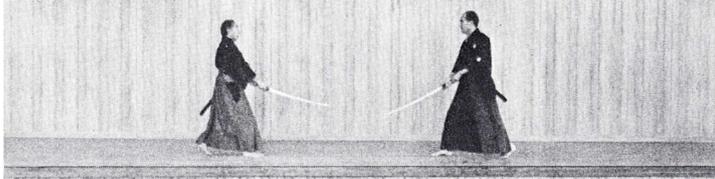
Avance de trois grands pas
Ay. A. D, G, D.

G



G

D



D

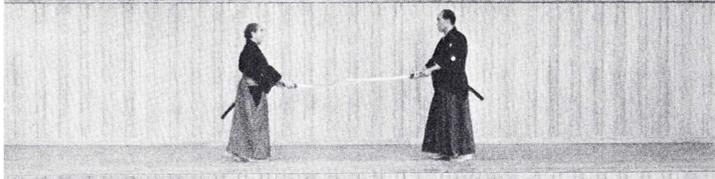
(g)



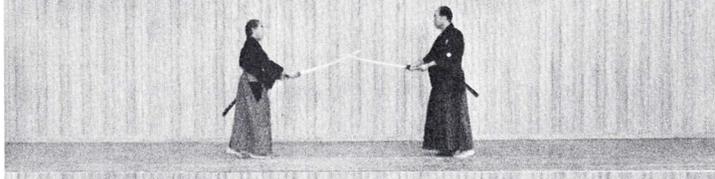
(g)

Après un temps d'observation,
commence de relever la pointe
dans un fort esprit d'attaque...

Fait de même.

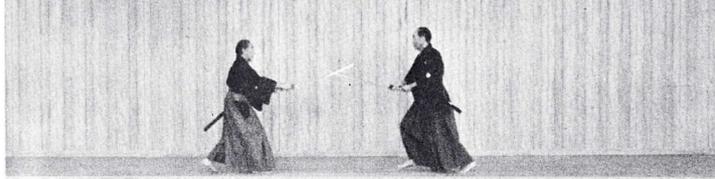


...jusqu'en chudan...



...tente alors tsuki (pique-
estoc), dans un grand pas
avant D-G, Ok. A. en direction
du plexus (estomac), tranchant
du sabre à droite (mains
tournées vers la gauche) avec
kiai.

Reculant G-D, Ok. A.
contrôle le sabre adverse
avec le flanc gauche du sien
(hidari shinogi) les deux mains
tournées vers la gauche...



...et avançant d'un grand pas du pied droit (g) contre-attaque en tsuki en direction de la poitrine, lame verticale, avec kiai...

D

...avance d'un pas du pied gauche, manifestant fortement son contrôle comme en un second tsuki (ne pas cependant « réarmer » en pliant les bras, mais « pousser le sabre avec le ventre »).

G

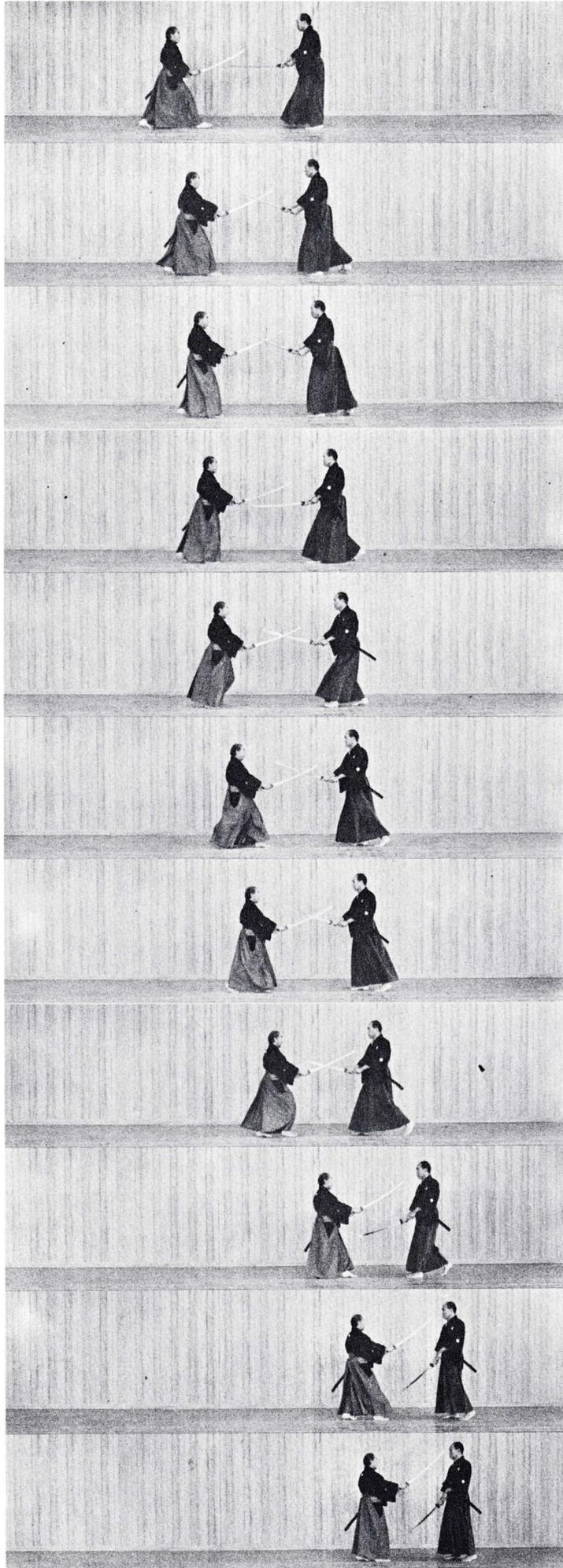
Suit sans rupture du contrôle en avançant Ay. A. D, G, D et en montant progressivement la pointe...

G

D

...jusqu'à hauteur du visage d'UD.

D



En reculant d'un grand pas du pied droit (Ay. A.) et en passant la lame par-dessous, contrôle le sabre de SD avec le flanc droit (migi shinogi) kensen (pointe) en ligne avec la gorge de SD...

D

...reculant du pied gauche passe la lame en-dessous de celle de SD et la contrôle avec le shinogi gauche, kensen toujours en ligne avec la gorge, dans l'axe.

[Ces deux contrôles doivent bien coïncider avec le recul et la pose du pied droit (1^{er}) et du pied gauche (2^e)].

G

Après un léger temps, recule de trois pas Ay. A. G, D, G, en baissant complètement le sabre.

G

D

G

Après un temps où continue de se manifester le zanshin de SD...

Reculé en Ay. A. G, D,
en commençant de baisser
la pointe...

G



...commence de relever
son sabre...

D



...jusqu'en...

...continue de reculer
(chudan), G, D, G.

G



...chudan,
avance de trois pas Ay. A.
D, G, D, pour se retrouver
au centre.

D

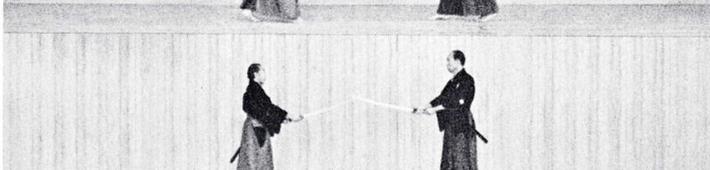


D

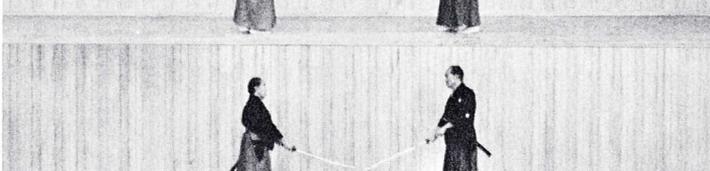
G



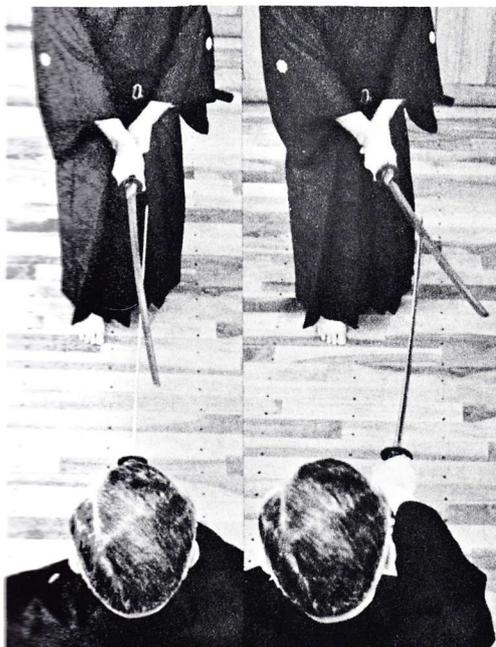
G



D

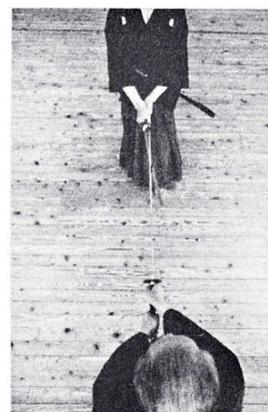


Cassent la garde reculent
de cinq pas.



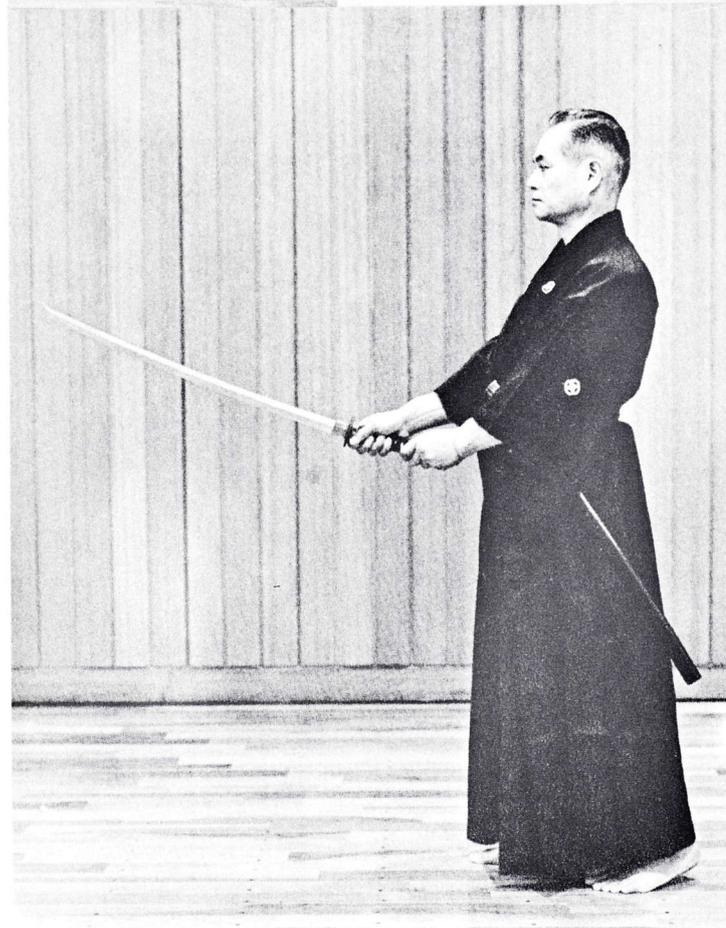
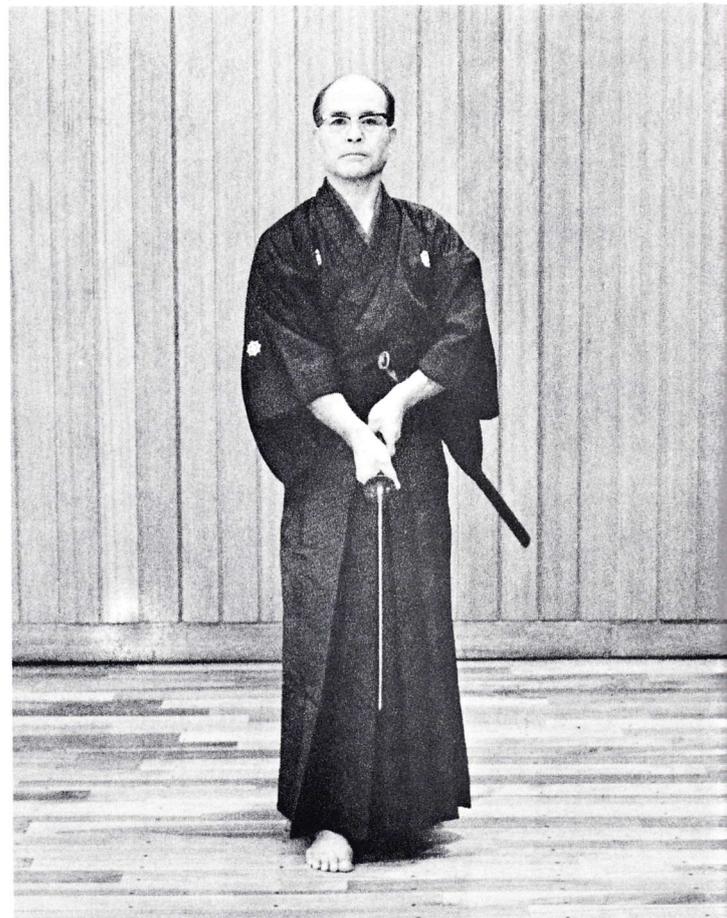
Moment du contrôle de SD :
le recul doit être important,
le sabre et les mains restant
dans l'axe et non déportés
vers la gauche : il ne faut pas
avoir l'idée d'écartier le sabre
adverse, mais de
l'« aspirer » dans un vif
mouvement avant-arrière
des bras, s'inscrivant
dans le pas de recul,
tout en le contrôlant
avec le flanc gauche
(hidari shinogi) (mains
tournées vers la gauche).

Figure de droite : à éviter.



Le tsuki d'attaque (UD) s'exécute tranchant à droite.
Le tsuki de contre-attaque (1) et l'action qui suit (2)
doivent s'exécuter lame verticale avec une forte avancée
des hanches, sans monter les bras, les poings restant
bien devant le ventre. Ne pas réarmer pour la deuxième
action.

Dans la contre-attaque, nettement séparer les trois phases :
D : tsuki/G : 2^e action/D, G, D : 3 pas en contrôle.

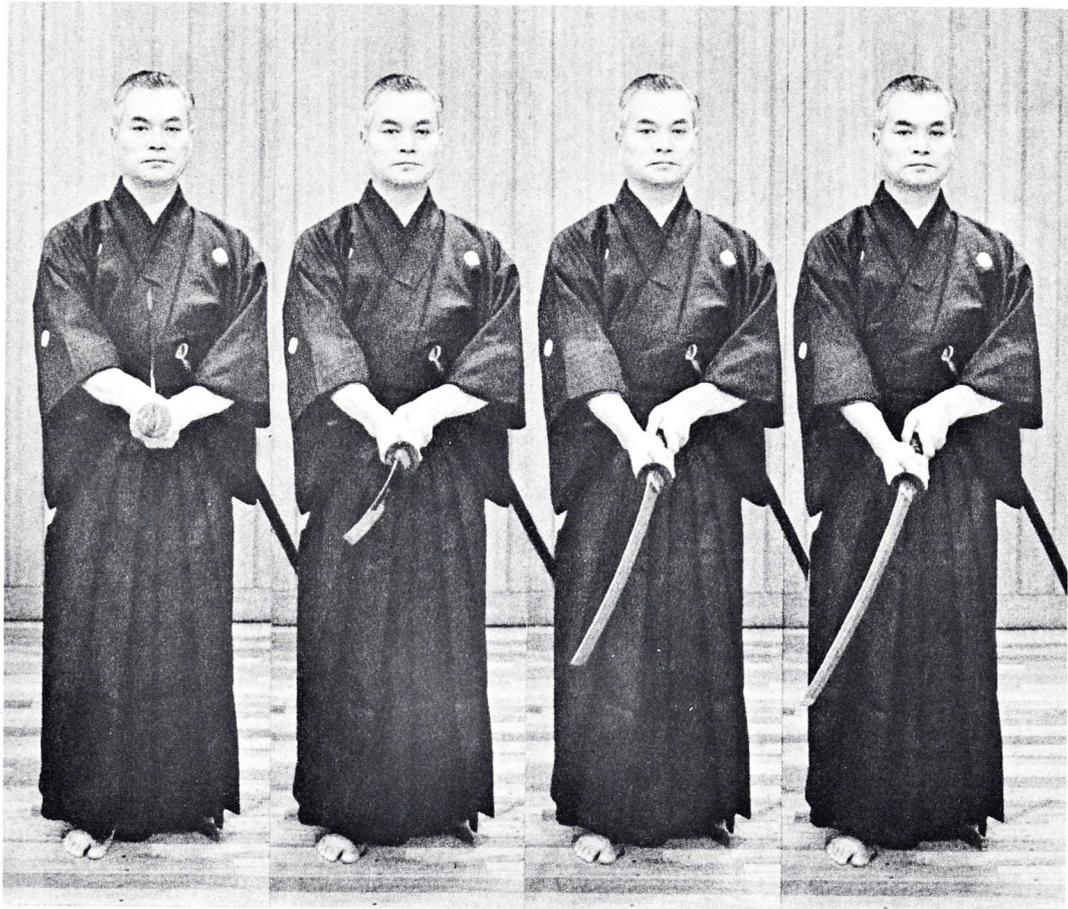


CHUDAN NO KAMAE

*Pointe en ligne avec la gorge
ou les yeux du partenaire*

GEDAN NO KAMAE

Pointe à peu près à hauteur des genoux



*Distinguer gedan et la position garde « cassée » (toku)
(Pointe sortie de l'axe)*



HASSO NO KAMAE

*Tsuba en ligne avec la bouche
Bras droit ni serré, ni ouvert*



WAKI KAMAE

*Le sabre tenu à la hanche
tranchant en diagonale vers le bas (à droite)
« disparaît » vers l'arrière de telle façon
que l'on ne puisse, de face,
en voir la pointe*

YOHONME

Chudan.

Reculant du pied droit, prend la garde waki gamae.

Fait de même G, D, G.

G

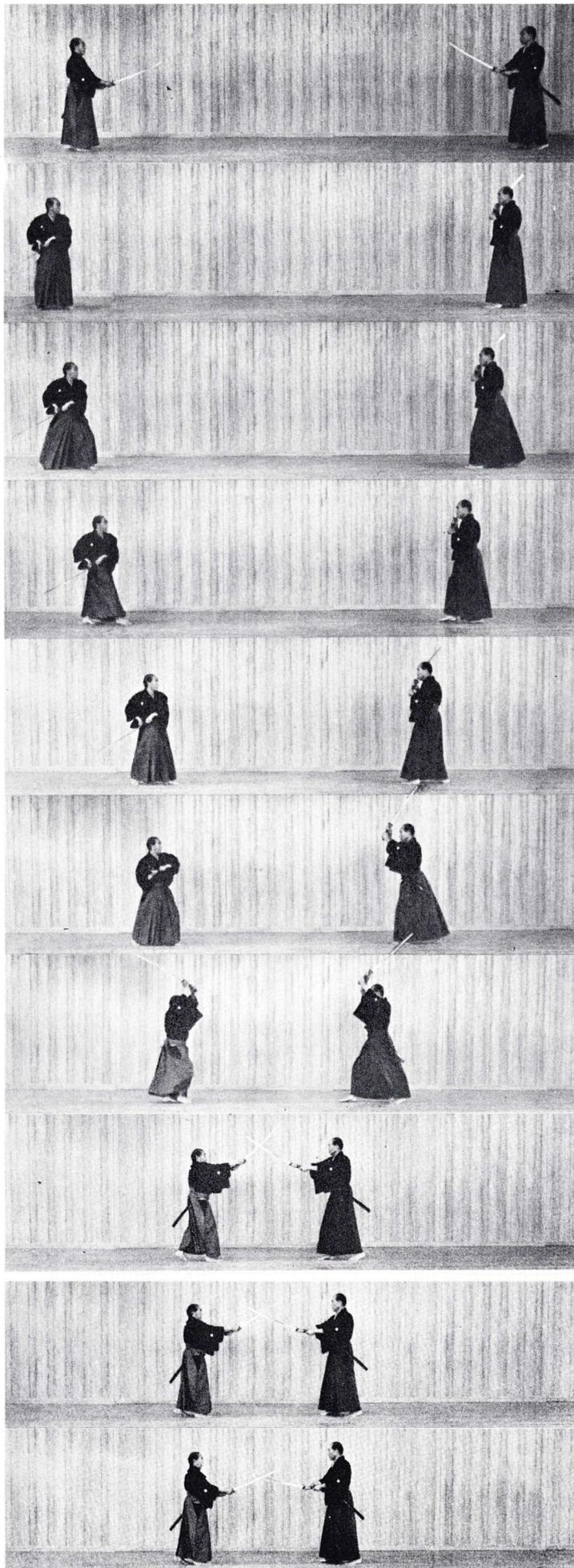
D

G

Lance une action de même nature en armant largement et dans l'axe en avançant pied droit...

...neutralise ainsi l'action d'UD. (Les sabres sont alors pressés fortement par leur mono uchi).

...suit de même...



Chudan.

Avançant le pied gauche prend la garde hasso.

Avance de trois pas
Ay. A. G, D, G.
(Faire des pas de petite amplitude de telle façon que la distance, avant l'action suivante, soit supérieure à issoku itto.)

G

D

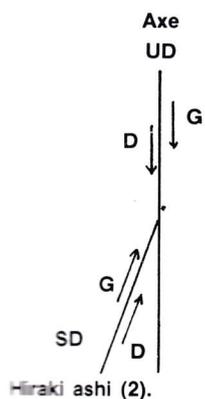
G

Après un temps d'observation, arme en grand dans l'axe et en avançant pied droit, lance une grande coupe verticale...

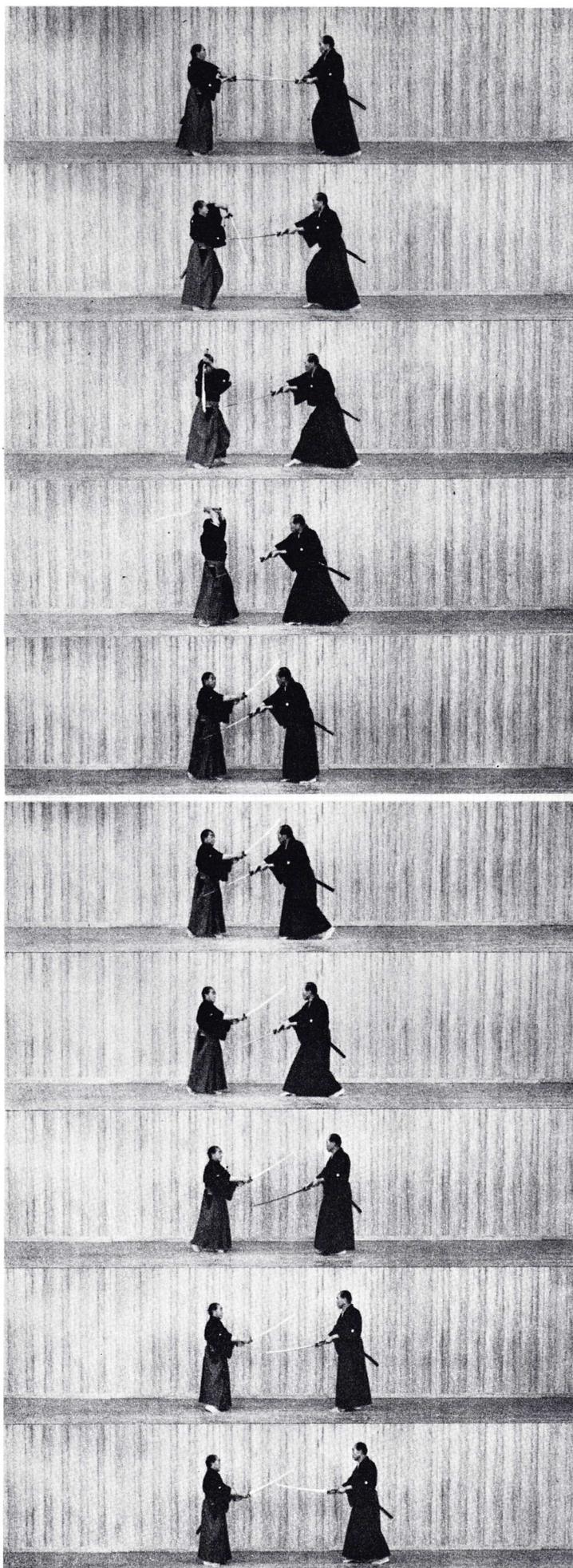
(le pied gauche suit de façon naturelle).

...sans temps d'arrêt, maintenant la pression, redescend bras et sabre jusqu'en chudan...

...avançant le pied gauche en hiraki ashi, relâche brusquement la pression de son sabre en le basculant verticalement, pointe en bas, se protège ainsi avec le shinogi droit, arme largement dans l'axe et, en plaçant le pied droit, contre-attaque en shomen avec kiai (ki ken tai).



Maintenant son contrôle, se replace dans l'axe en partant du pied droit, reprenant progressivement chudan (Ay. A.).

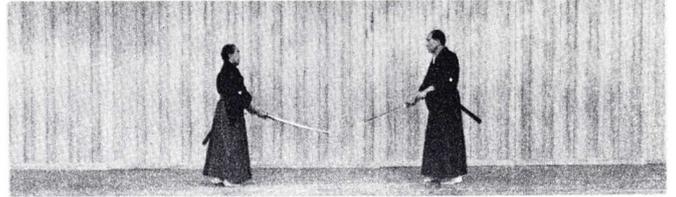
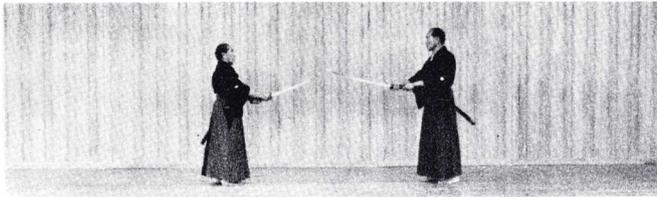


...puis tournant les mains vers la gauche, tente tsuki en direction de la partie droite de la poitrine de SD en avançant d'un grand pas Ok. A. D-G, avec kiai. (Le tsuki se porte avec l'idée d'écarter le sabre adverse dans l'action — vers la gauche et le bas — ce qui explique l'impression qu'UD tombe un peu, SD relâchant brusquement la pression de son sabre en sortant de l'axe.)

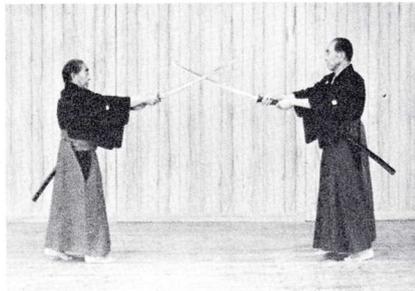
Après un temps où se manifeste le zanshin de SD, recule en relevant progressivement son sabre jusqu'au centre en reprenant chudan.

(Ok. A. un pas G, D, ou Ay. A. G, D, G, D).
Opérer naturellement.

Note : comme pour chaque kata, la recherche d'harmonie entre les exécutants nécessite la coïncidence des fins de déplacements et des reprises finales de garde.

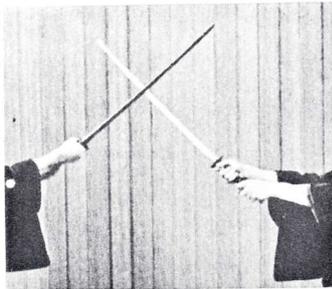


« Cassent » la garde, reculent de cinq petits pas.



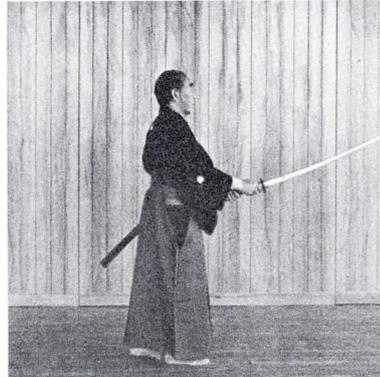
Le premier engagement doit se faire fortement; à l'issue de l'action, les pointes sont à hauteur de tête, bras tendus; les sabres sont croisés de telle façon qu'en chudan la distance soit d'issoku itto; si besoin est, UD « règle » la distance en reculant dans le temps de descente des sabres.

A éviter: engagement trop haut et coupes en diagonale.



Défense de SD.

Le poing gauche est levé haut et dans l'axe. La main droite est relâchée. Cette action s'effectue en avançant le pied gauche (hiraki ashi 2), la contre-attaque coïncidant avec le placement du pied droit (ki ken tai), en réarmant largement dans l'axe.



Prendre waki gamae en reculant le pied droit (talon décollé). Pieds parallèles vers l'avant droit. Corps de profil (hanmi).



Prendre hasso no kamae en avançant le pied gauche.

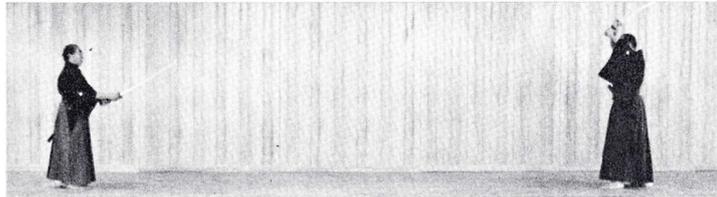
GOHONME

Chudan.



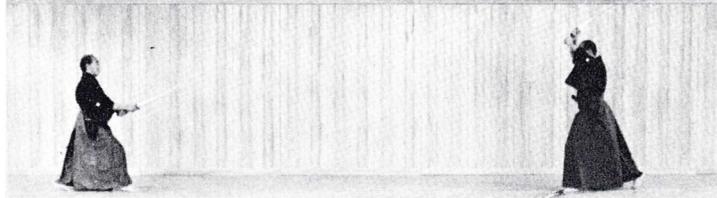
Chudan.

Sur place, oriente son sabre vers le poignet gauche d'UD (en avançant un peu les mains et en les tournant légèrement vers la droite).



Prend hidari jodan no kamae.

D



Avance de trois grands pas : G, D, G, Ay, A.

G

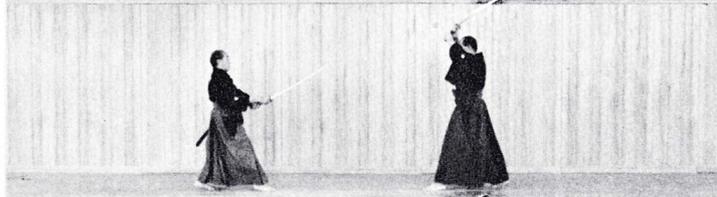
De même : D, G, D.

G



D

D

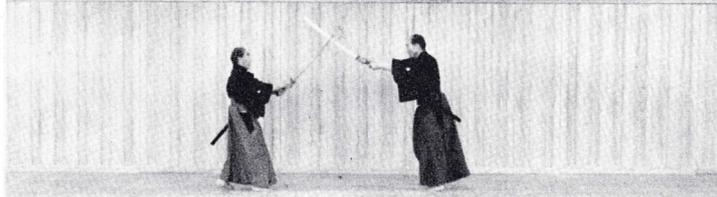
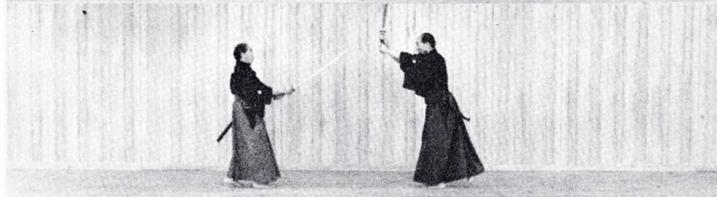
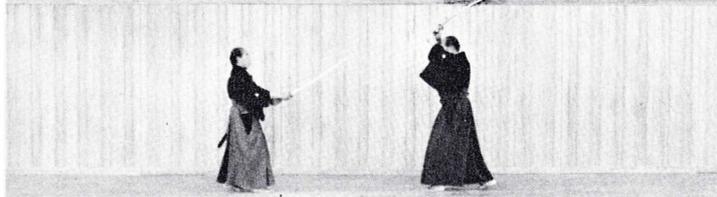


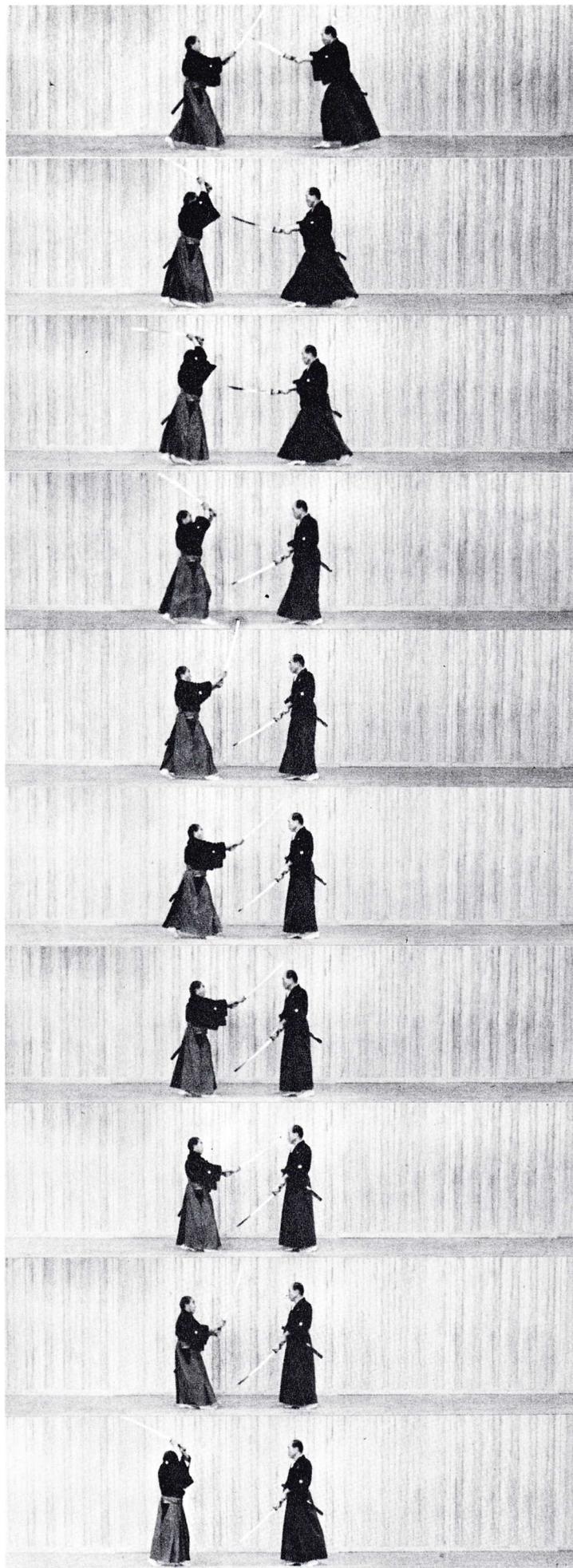
G

Après un temps d'observation, lance une grande coupe verticale (shomen) en avançant du pied droit.

...avec kiai...

Défend en reculant G-D, Ok. A. tout en déviant le sabre adverse avec le flanc gauche du sien, de bas en haut (suriage waza)...





(Remarque : dans le suriage, UD ne poursuit pas sa coupe comme dans ipponme, mais, suivant ainsi l'action de SD, laisse dévier son sabre vers le bas à droite, tranchant vers la gauche.)

... puis avance aussitôt D-G, Ok. A. en contre-attaquant en shomen avec kiai.

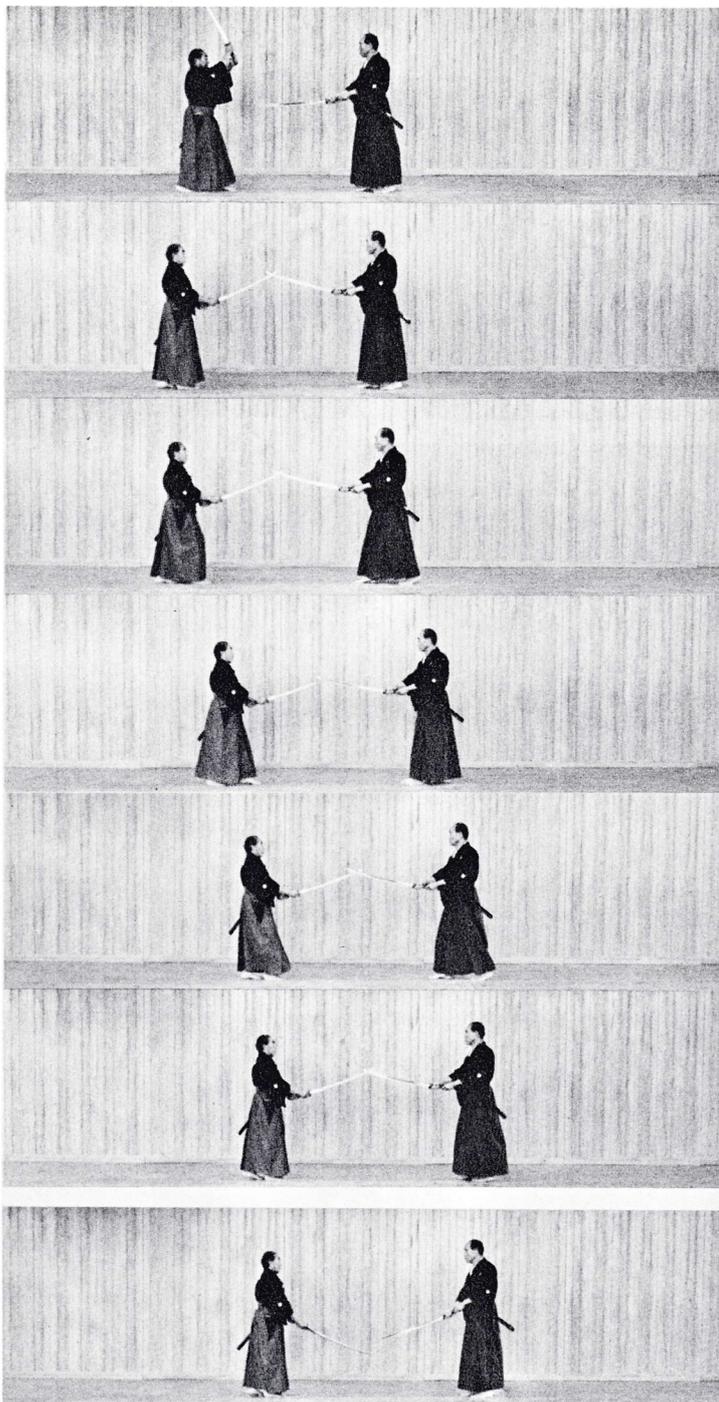
Reculant alors le pied droit, affirme son contrôle en prenant la garde hidari jodan (dans le recul, descendre la pointe du sabre devant le visage d'UD, pour ensuite remonter en jodan)...

Après un temps où se manifeste le zanshin de SD...

...reculant le pied gauche,
descend le sien jusqu'en...

...chudan.

Avance de même D, G, D
(presser un peu les lames
pour éviter qu'elles
ne s'entrechoquent).



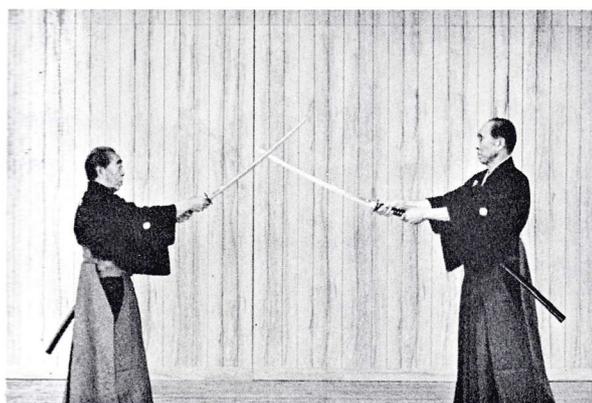
Cassent la garde, reculent de cinq petits pas.

...commence de relever
son sabre...

...jusqu'en chudan issoku
itto no maai.

Recule de trois pas Ay. A.
G, D, G...

...pour se retrouver au centre.



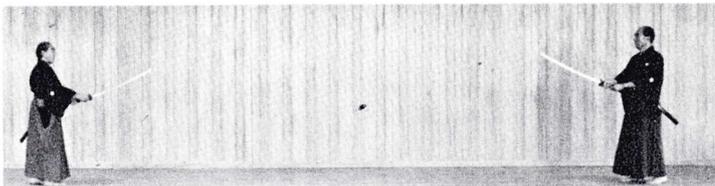
Suriage avec le flanc gauche (omote suriage):
coordonner l'action avec le recul tout le corps sans plier
les bras ni temps d'appel vers la droite, le sabre étant déjà
dans la position adéquate.

Fin du suriage: veiller à ce
que la pointe ne tombe pas.
Idée de se grandir
en reculant: talons décollés
(cf. ipponme).



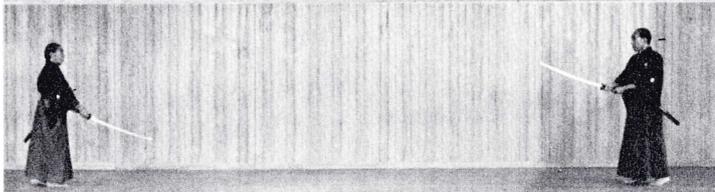
ROPPONME

Prend la garde gedan.



Chudan.

Fait de même.



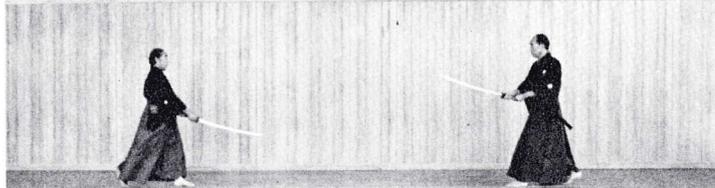
D



Avance de trois grands pas
Ay. A. D, G, D.

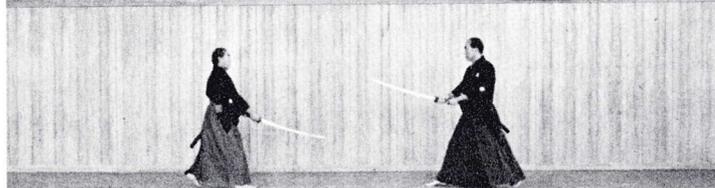
D

G



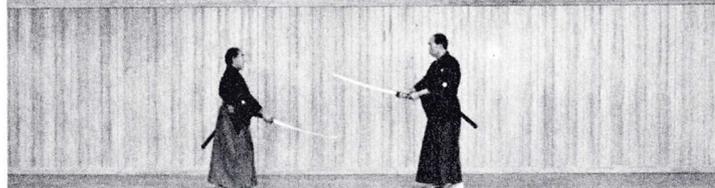
G

D



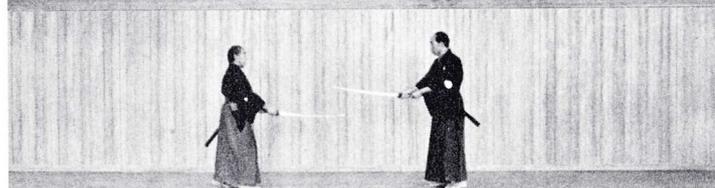
D

g



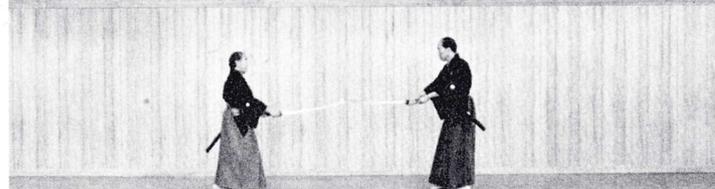
(g)

...relève alors le sabre dans un fort esprit de menace et d'attaque (seme) vers le poignet...



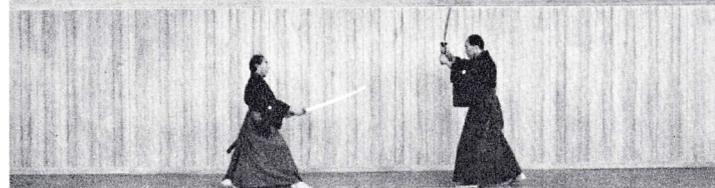
Tente de s'opposer à cette action, mentalement, et physiquement, en descendant son sabre comme pour appuyer sur celui de SD (garder cependant la lame verticale: ne pas opérer avec le flanc)*.

...poursuit l'action obligeant...



...UD à reculer le pied droit et essayer de retrouver le contrôle en prenant la garde hidari jodan.

...avance D-G, Ok. A. dans le recul même d'UD menaçant son poignet gauche en fin de déplacement.



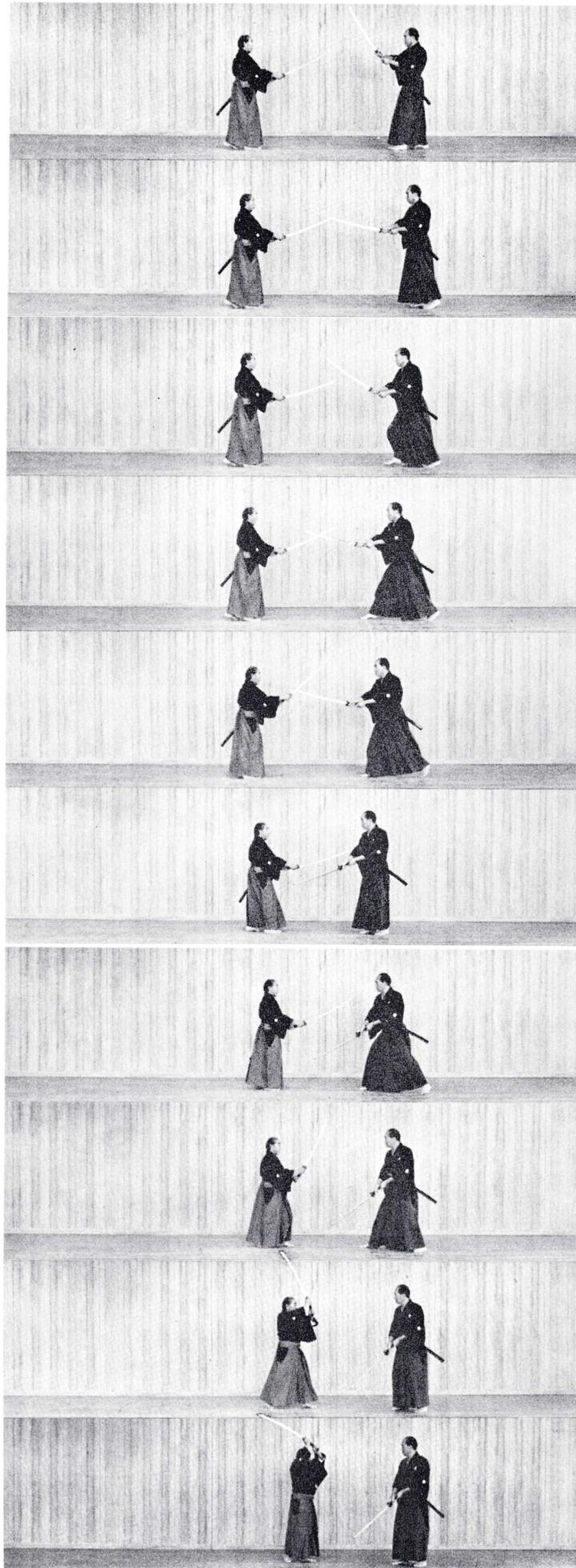
* SD en relevant le sabre menace le poignet d'UD; celui-ci recule donc dès que la pointe de SD est environ à hauteur de son poignet; ne pas laisser les lames se croiser.

...suit le mouvement d'UD
en reprenant chudan...

defend et contre-attaque
en suriage kote avec kiai.

*Suriage avec
déplacement du pied gauche,
kote avec celui du pied droit
[traki ashi (3)].*

Sans rupture, suit en avançant
le pied gauche (Ay. A.)
et en prenant hidari jodan.



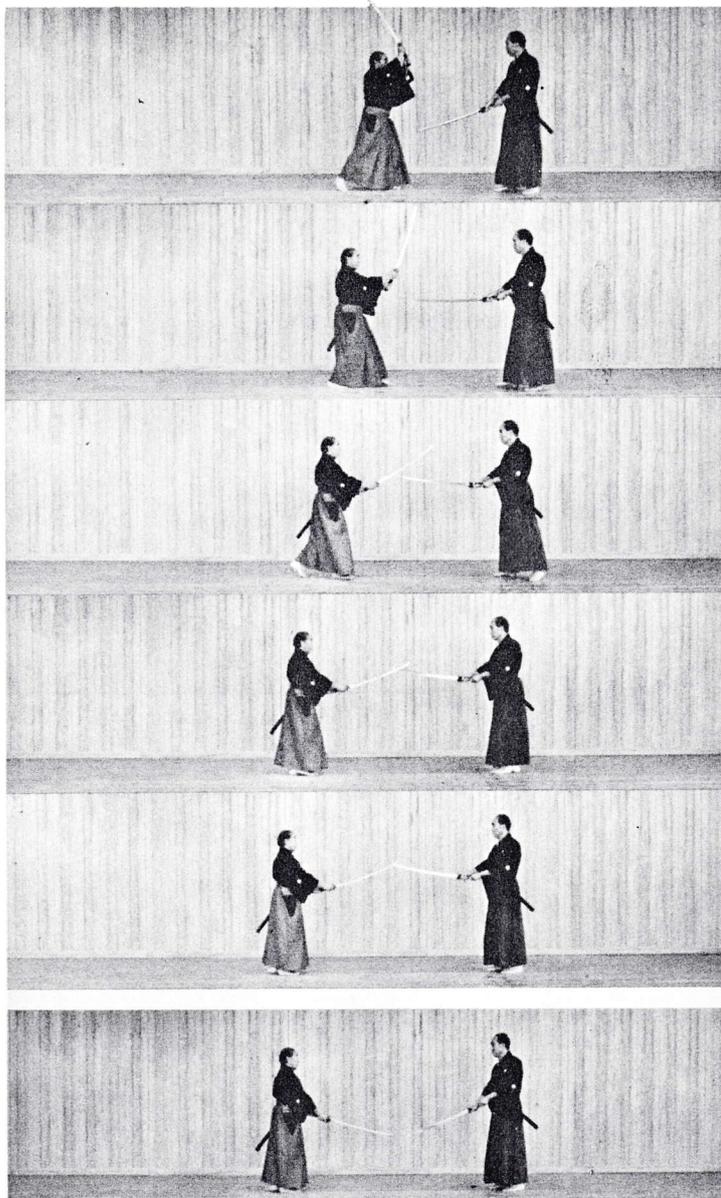
...ne pouvant pas plus
maintenir cette nouvelle
position, recule le pied gauche
en reprenant chudan...

...et avançant D-G, Ok. A.
attaque aussitôt le poignet
(migi kote) armant en
petite amplitude, avec kiai.

Dès la contre-attaque achevée,
recule en diagonale arrière
gauche (Ok. A. naname)
en baissant complètement
le sabre.

Après un temps où
se manifeste le zanshin
de SD...

Maintenant son contrôle, commence de reculer (D, G... Ay. A.) en se replaçant dans l'axe et en baissant progressivement le sabre.

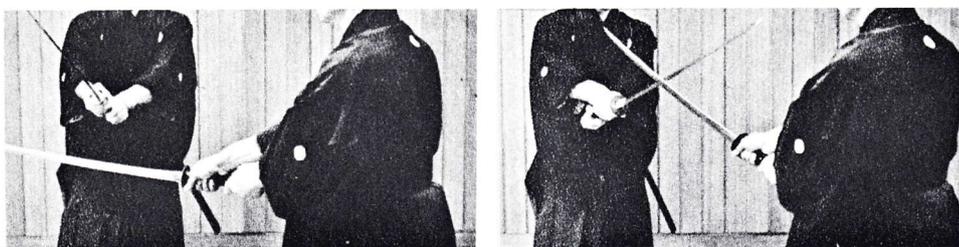


...commence de relever son sabre tout en se replaçant dans l'axe (D-G, Ok. A. avant droit).

Chudan.

Chudan.

Cassent la garde, reculent de cinq pas arrière.



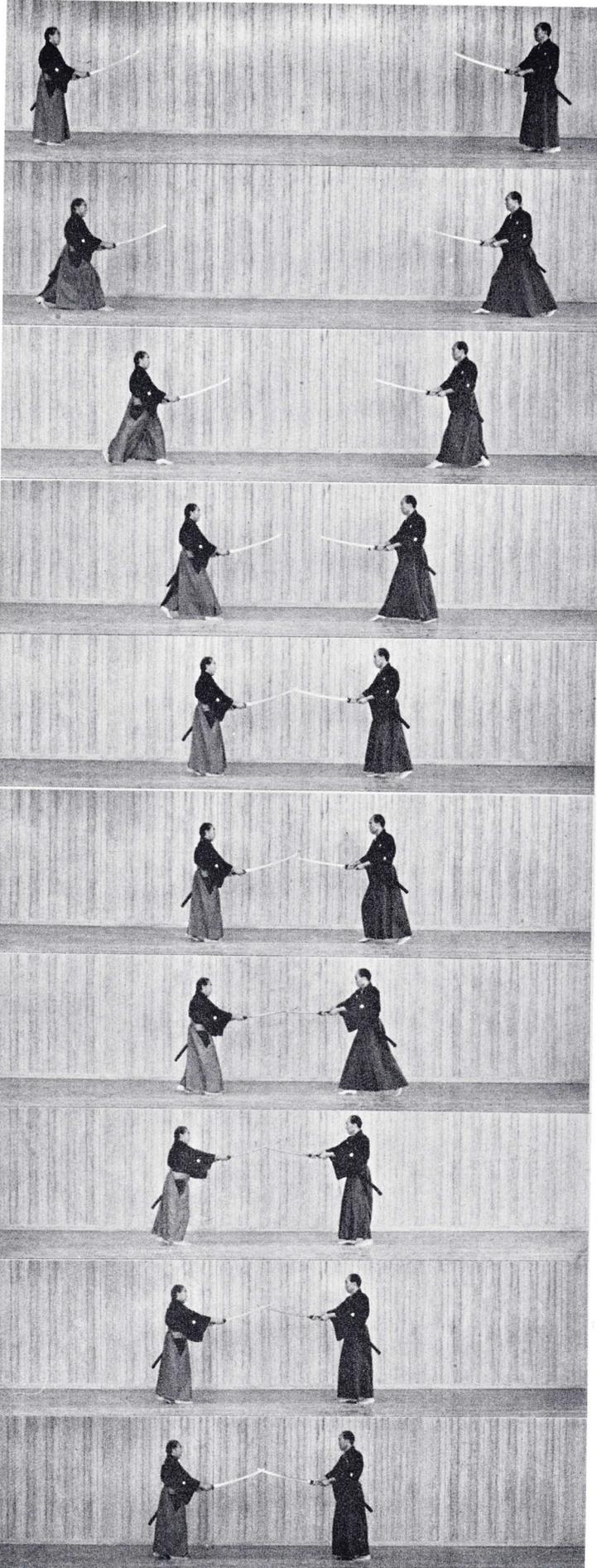
KOTE SURIAGE KOTE: le suriage se fait ici avec le flanc droit du sabre (migi shinogi = ura suriage). L'action est de petite amplitude (cf. photo de droite) bien de bas en haut et circulaire, la pointe restant dans l'axe (illustration du contraire photo de gauche). Faire coïncider le suriage avec le déplacement du pied gauche, la coupe avec celui du pied droit [hiraki ashi (3)]: ki ken tai.



Depuis la menace initiale jusqu'au contrôle final, les actions se succèdent sans précipitation, mais sans temps d'arrêt: unité d'exécution. Noter la position du sabre d'UD.

NANAHONME

Ai chudan.



Avance de trois grands pas
Ay. A. D, G, D.

D

D

Fait de même.

G

G

D

D

Après un temps d'observation,
tente tsuki comme dans
sanbonme (mains tournées
à gauche), mais sur un plus
petit pas (Ok. A. D-G)...

Neutralise dans le même
temps l'action en repoussant
le sabre adverse, bras tendus,
mains tournées vers la droite
dans un pas de recul
Ok. A. G-D...

...reprend la garde chudan,
en ramenant les mains,
sabre vertical...

...suit de même.

(issoku itto no maai)

...arme le sabre vers l'épaule gauche en avançant le pied droit d'un petit pas vers l'avant droit...

...coupe au flanc droit (migi do) avec kiai, en avançant le gauche d'un grand pas. Ay. A...

...poursuit et achève la coupe en posant le genou droit au sol (3^e pas), corps orienté vers UD, genou gauche dressé à la verticale du pied (actions en un seul temps: D, G, D).

(Veillez à respecter le sens du tranchant jusqu'à la fin de l'action.)



...et, avançant G, D, Ay. A. tente alors une grande coupe verticale (shomen)...

G

D

D

(Avec kiai.)

D



(Note: UD et SD, dans tous les kata, doivent veiller à se quitter le moins possible des yeux.)

A.
coupe

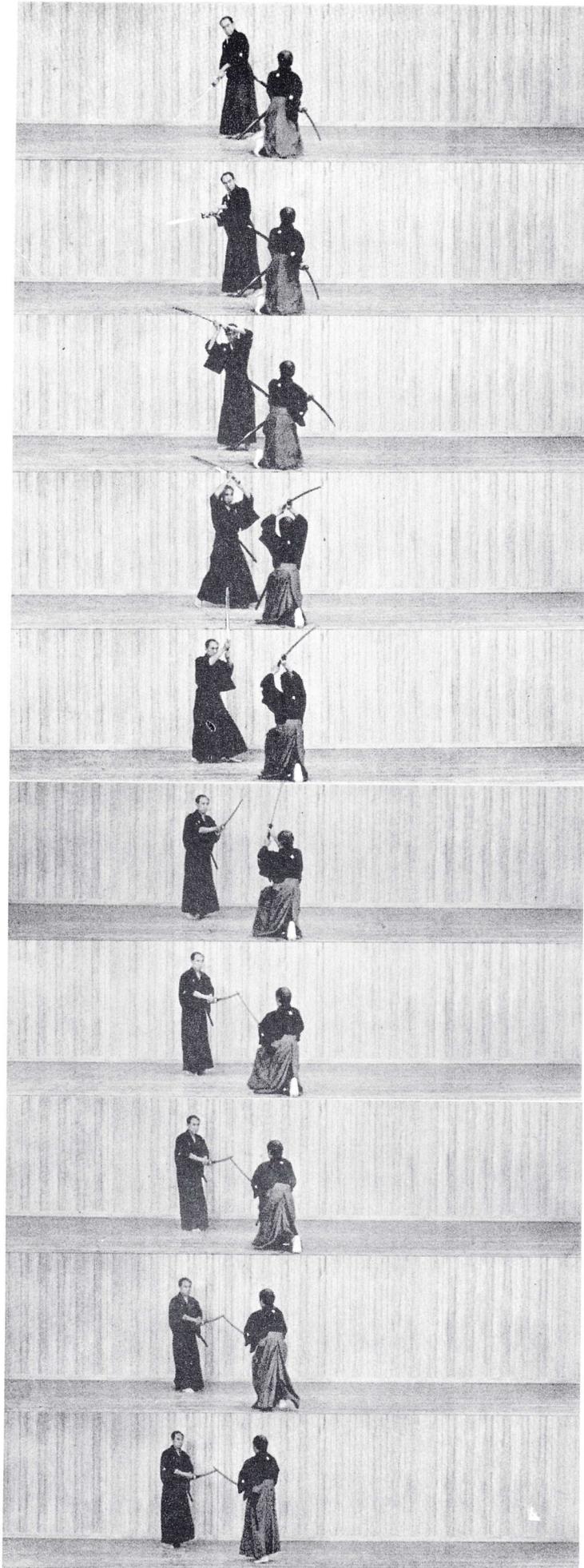
Prend aussitôt waki gamae...

Zanshin.

...relève son sabre de la même
manière en plaçant dans
le même temps la jambe droite
parallèle à la gauche.

De même:
(Rappel: faire coïncider
ces actions.)...

...suit en se relevant et
en avançant d'un grand pas
(Ay. A. D).
(Veiller à garder le buste
bien droit.)



Après un temps, commence
de pivoter vers SD en relevant
le sabre haut et dans l'axe
(jodan)...

...et en reculant (d), G, Ay. A...

...descend en...

...chudan, issoku itto no maai...

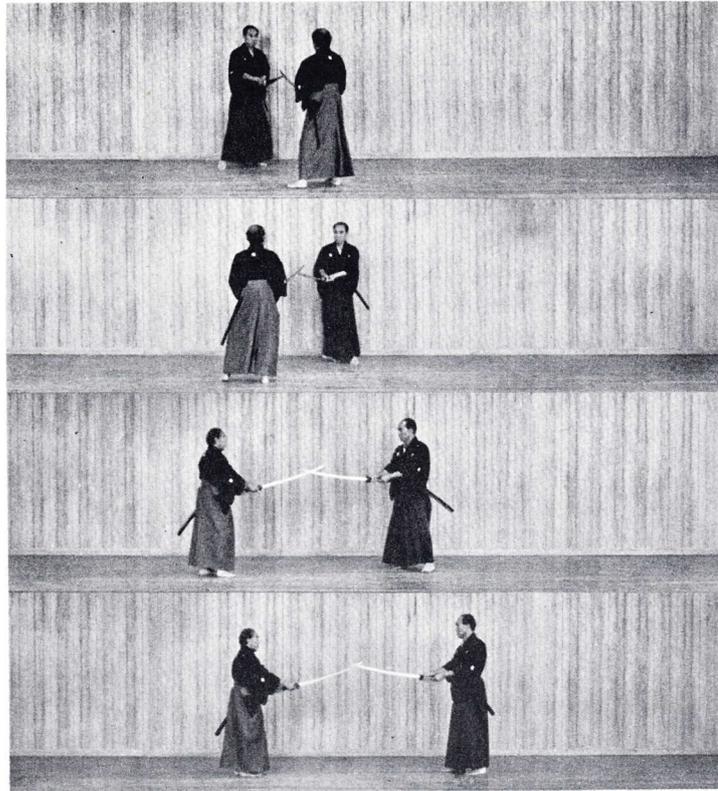
...recule d'un pas Ok. A. G-D.



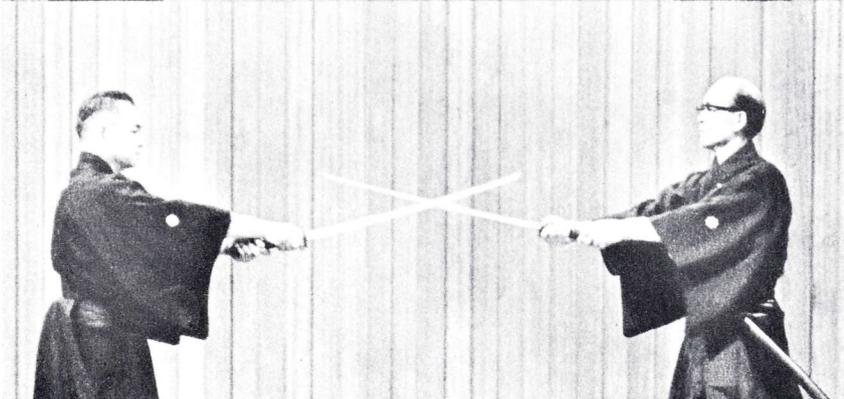
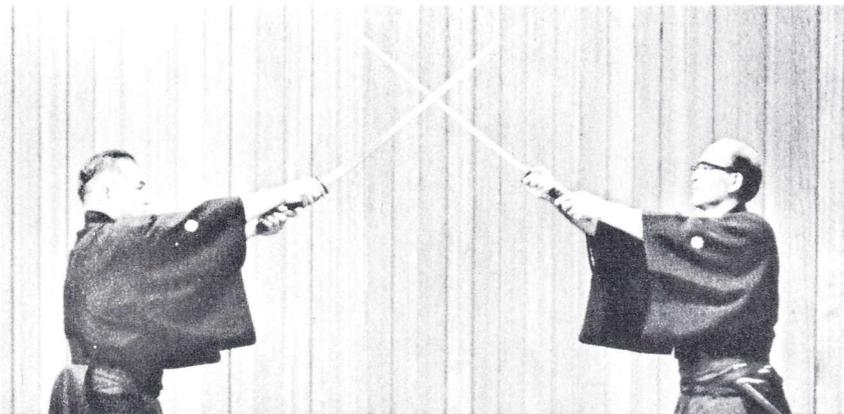
us
sible

Fait de même.

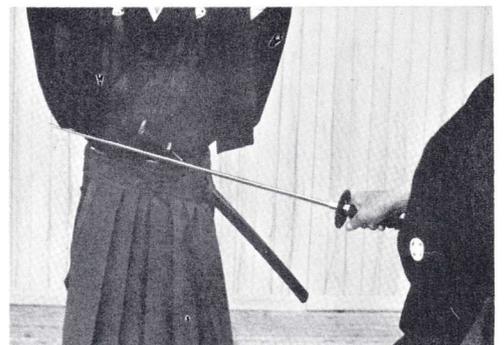
(Presser un peu les lames l'une contre l'autre.)



Partant du pied gauche, se replace progressivement dans l'axe (Ay. A. G, D, G, D) et dans la position initiale.



UD : mains tournées à gauche ; SD : mains tournées à droite. Dans cette première action, ne pas lever artificiellement les bras (photo du haut). Les sabres montent légèrement du fait même de l'action de SD (à droite) qui repousse, tout en reculant, le sabre d'UD en tendant droit devant les bras, mains tournées vers la droite. En fait, le tsuki d'UD sur un petit pas, quoique porté avec résolution, n'est pas poussé complètement, mais est exécuté avec l'idée de mesurer l'adversaire au travers du contact des lames. (Ki atari).



Nuki do

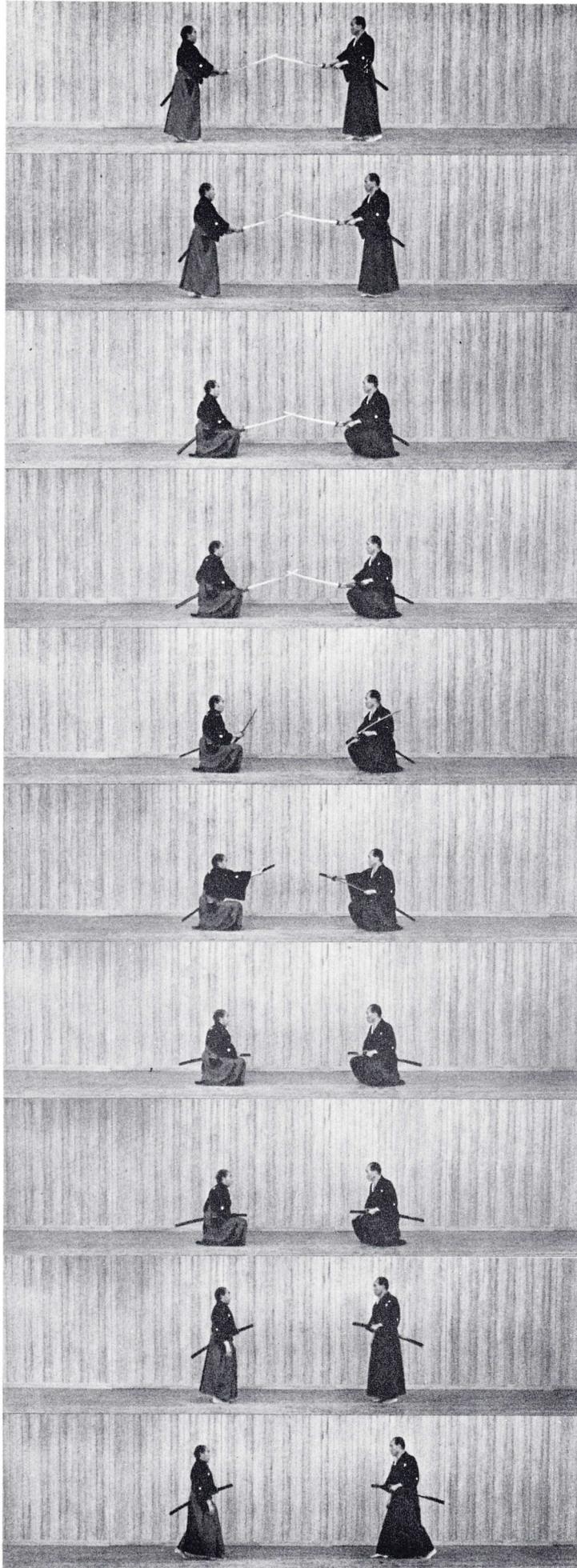


Coupe avec l'avancée du pied gauche.

...e.
...ment
... G, D)
...iale.

Chudan (fin du 7^e kata).

De même.



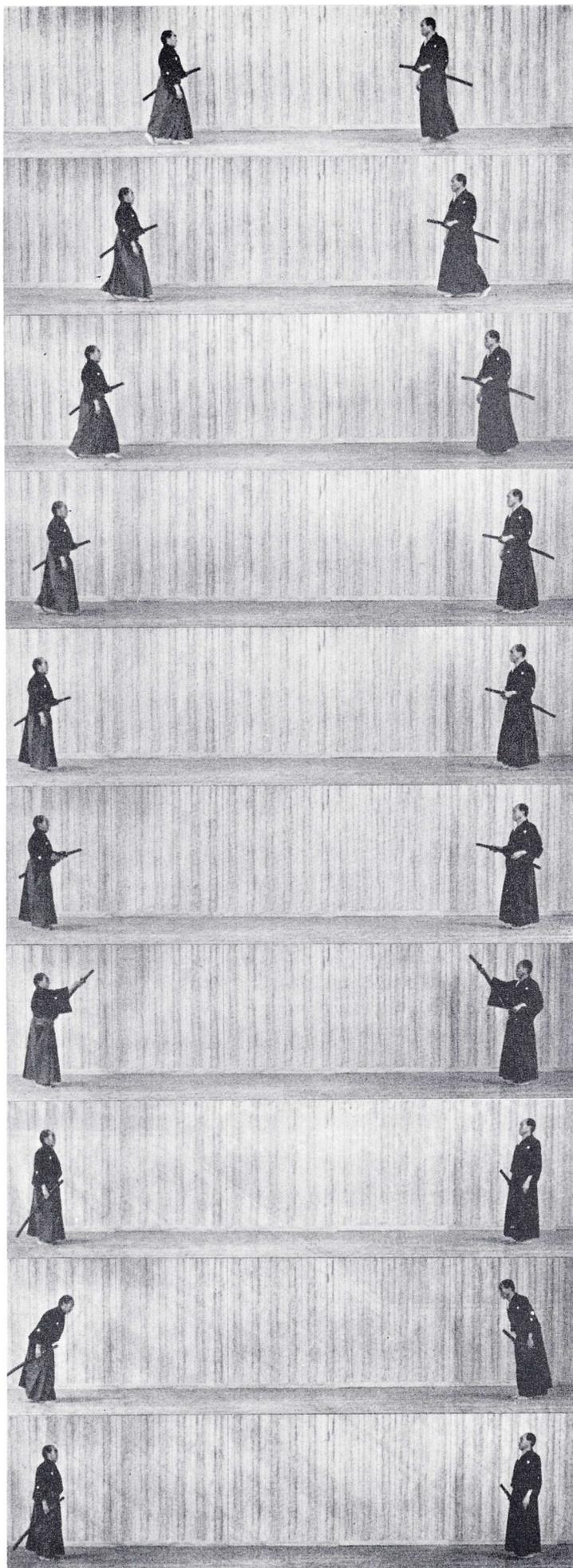
Reculé pied droit, talons joints.

Sonkyo.

Rengainent.

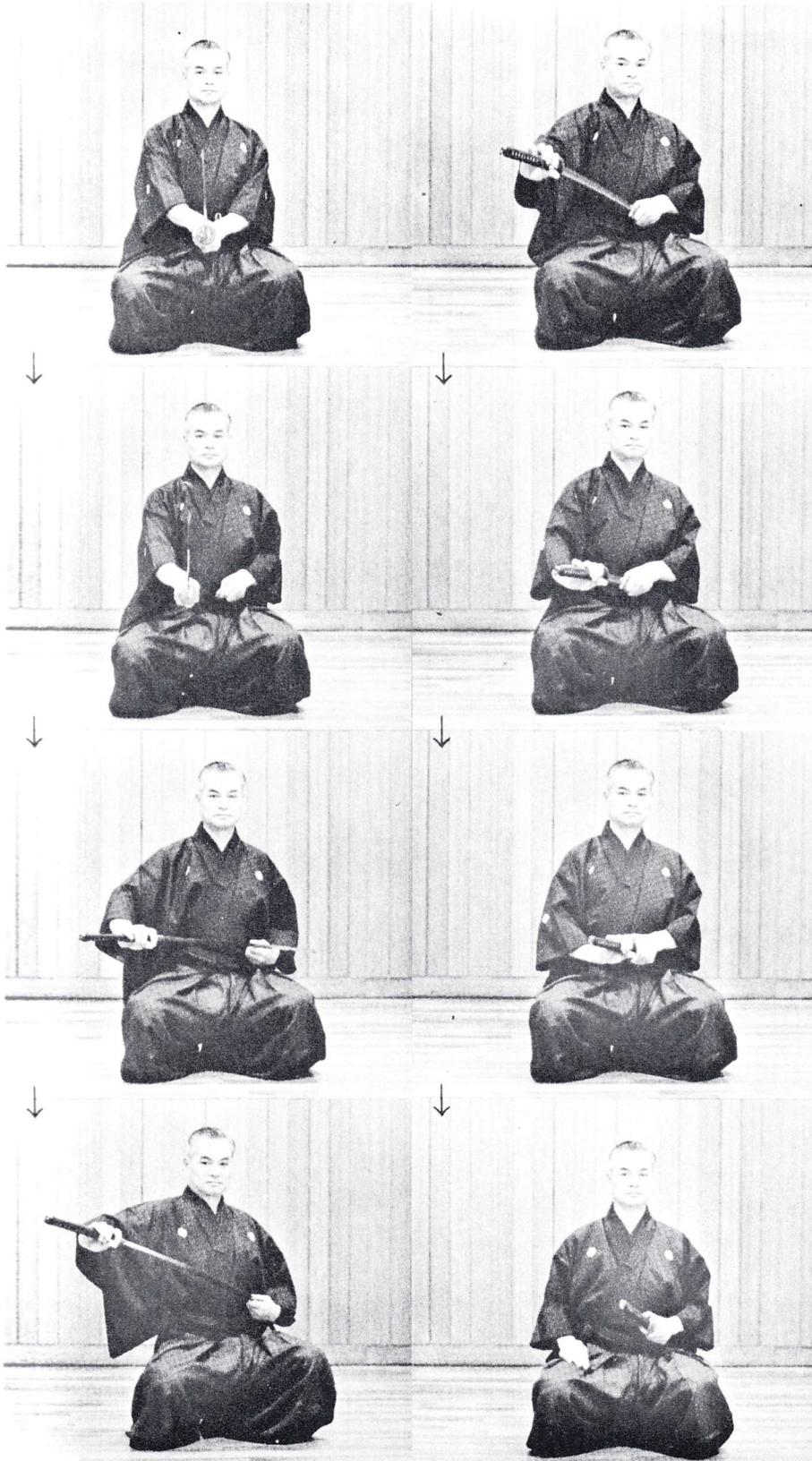
Cinq pas arrière Ay. A.
G, D, G, D, G.

...pe avec
...ancée
...pied
...iche.



Enlèvent le sabre de la ceinture: la main gauche commence de le tirer vers l'avant, puis la main droite prend le relais (tsuba toujours maintenue), finit l'action alors que la main gauche, à la hanche, guide le passage.

Rei.



Rengainer en sonkyo.

Après le salut, SD va poser le grand sabre, tranchant vers lui, tsuka vers l'avant, à l'extérieur du petit, en posant le genou droit au sol (opérer de façon naturelle), se munit du ko dachi et rejoint son emplacement.

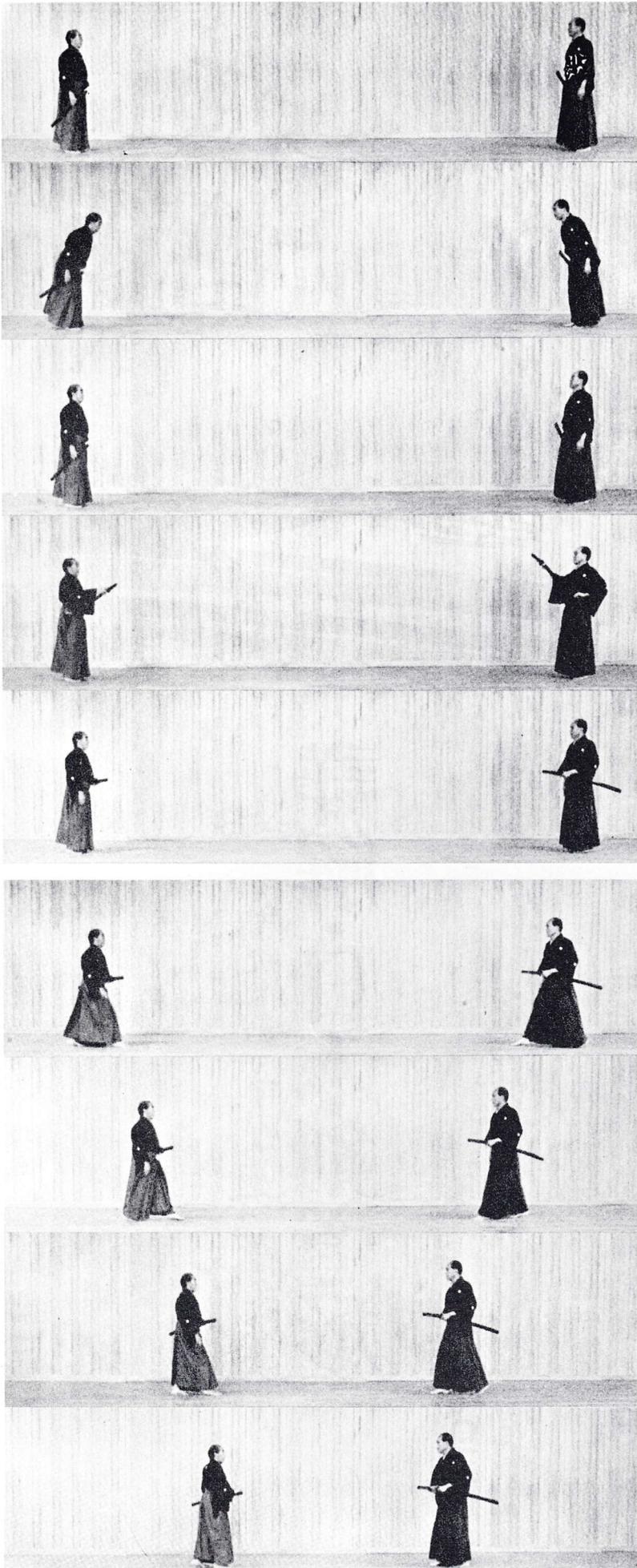
Pendant ce temps UD :

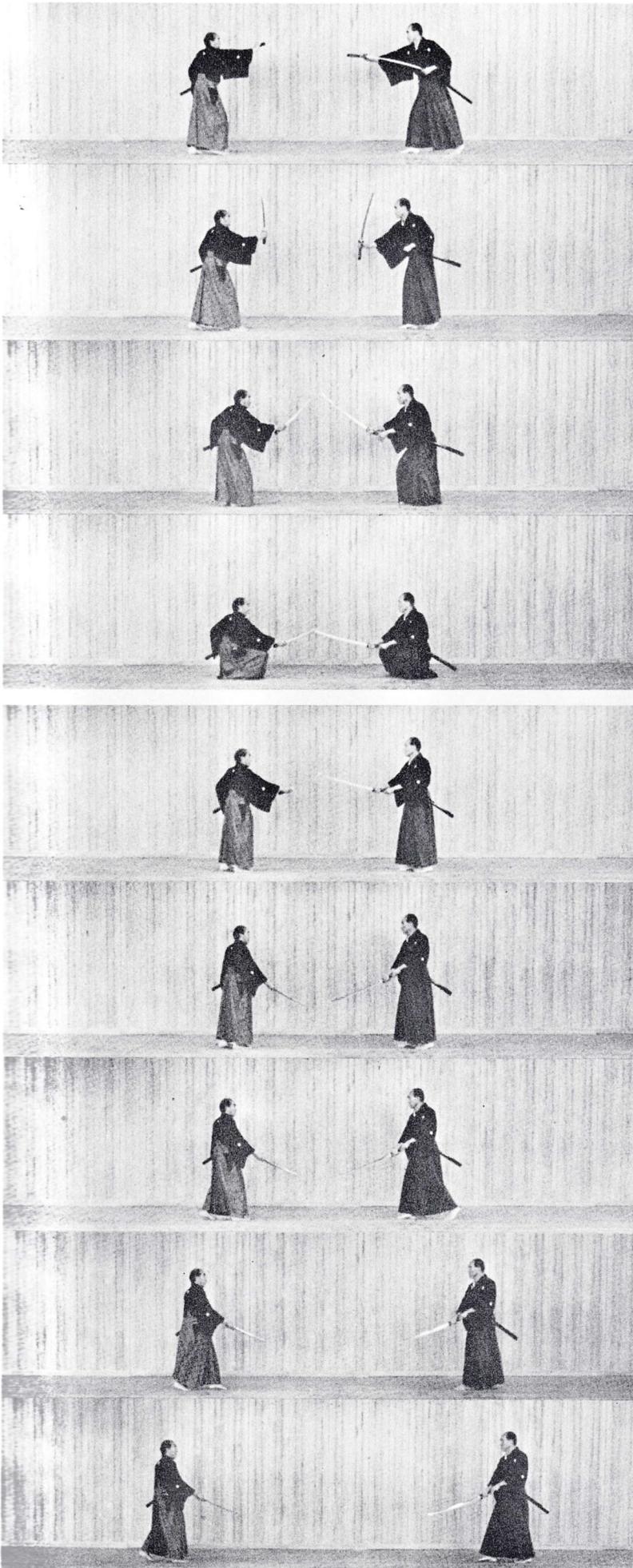
— se met en sonkyo, sabre dans la main droite posé sur la cuisse, se relevant lorsque SD atteint son emplacement.

KODACHI

Salut

Salut et début identiques à ceux réalisés
avec le grand sabre.





Sabres croisés de la même manière.

Cassent la garde.

Cinq pas arrière Ay. A. G, D, G, D, G.



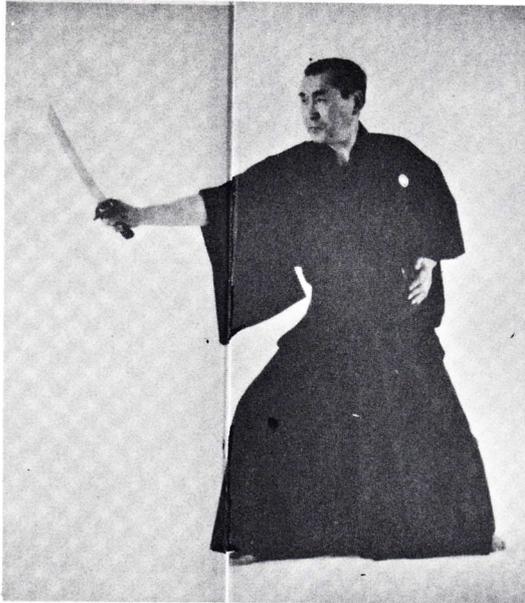
Chudan.

Chudan no kamae

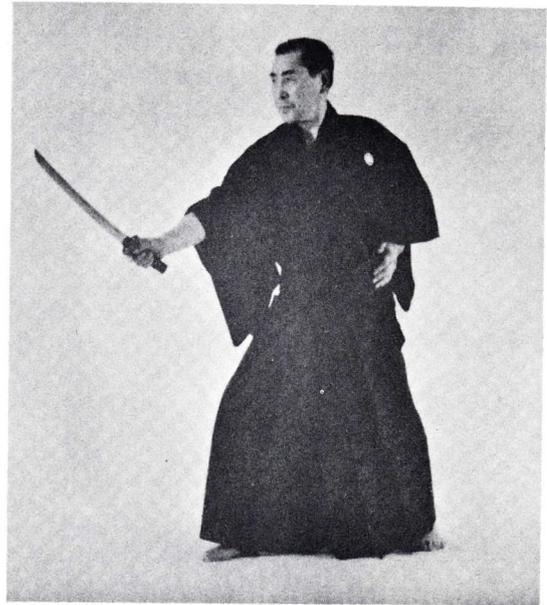
Dans la pratique avec le bokuto, la main gauche se place sur la hanche gauche, pouce en arrière, doigts vers l'avant, paume vers le bas.



Casser la garde, bras gauche le long du corps de façon naturelle.



Hanmi-no-kamae



Irimi-no-kamae



Gedan-hanmi-no-kamae

NAKANO Yasoji Sensei, 9^e dan
(Bases du Kendo-ZNKR)

IPPONME

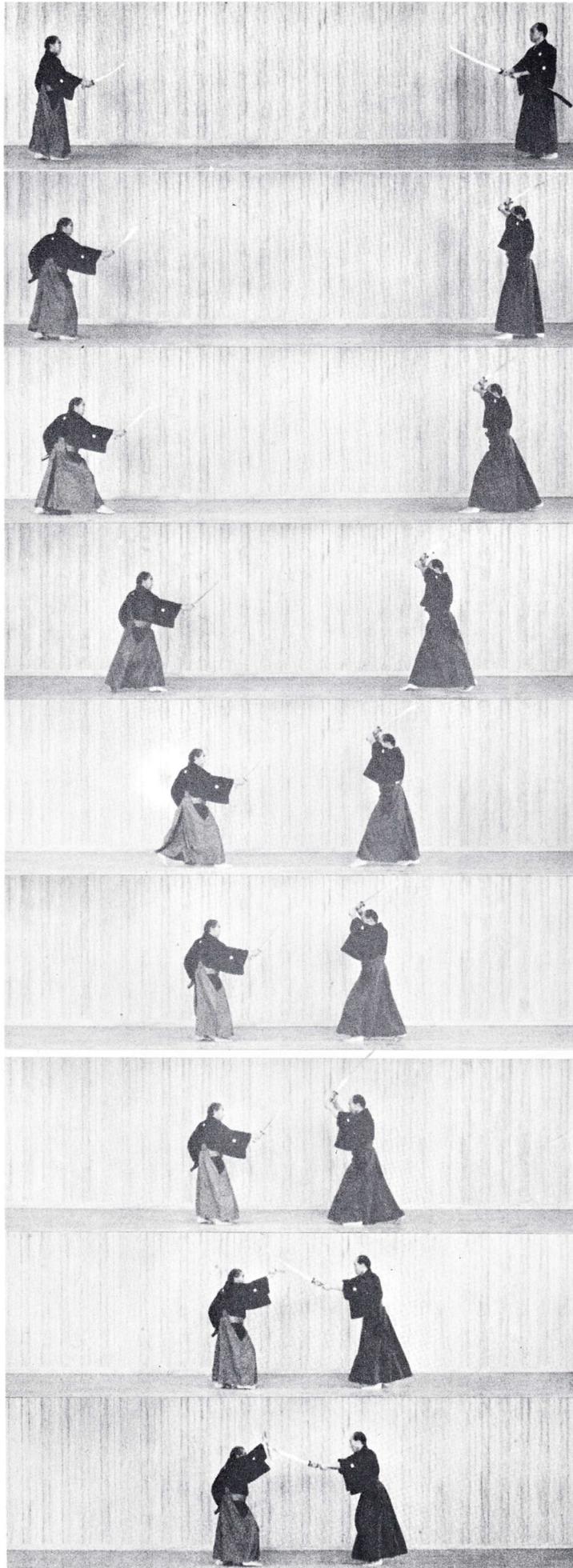
Chudan.

SD

Avançant le pied droit, prend hanmi no kamae : corps de profil, « ouvert » vers la gauche. Pointe dirigée vers la gauche en direction du visage d'UD.

De même : D, G, D.

Défend avec le shinogi gauche, tout en déplaçant le pied droit vers l'avant droit...



UD Chudan.

Prends la garde hidari jodan.

Avance de trois pas Ay. A. G, D, G...

G

D

G

...après un bref temps et menacé par SD qui le presse de la pointe, lance une grande coupe verticale, en avançant le pied droit d'un grand pas avec kiai (le pied gauche « suit » de façon naturelle).

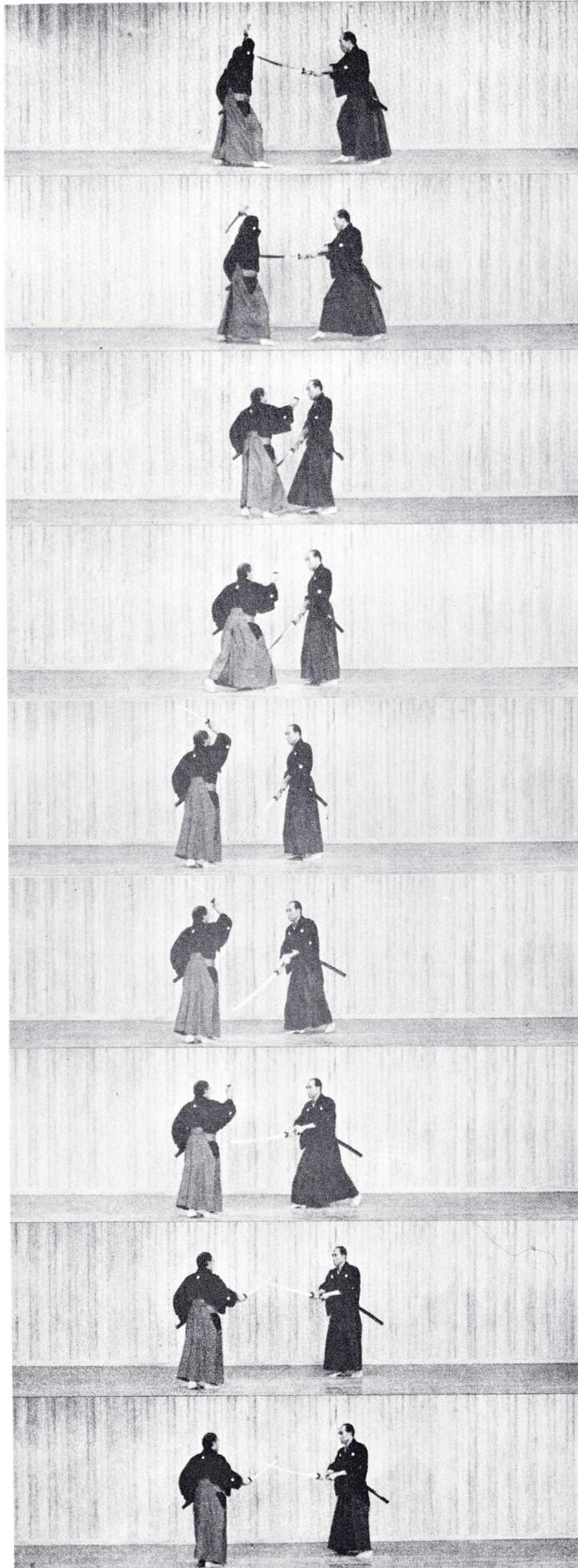
...contre-attaque en shomen
en plaçant le pied gauche
avec kiai...

[Hirakashi (4)].

...sans temps d'arrêt, recule
d'un pas G-D, Ok. A.
en prenant migi jodan no
kamae.

Zanshin.

Baisse le sien dans
le même temps...



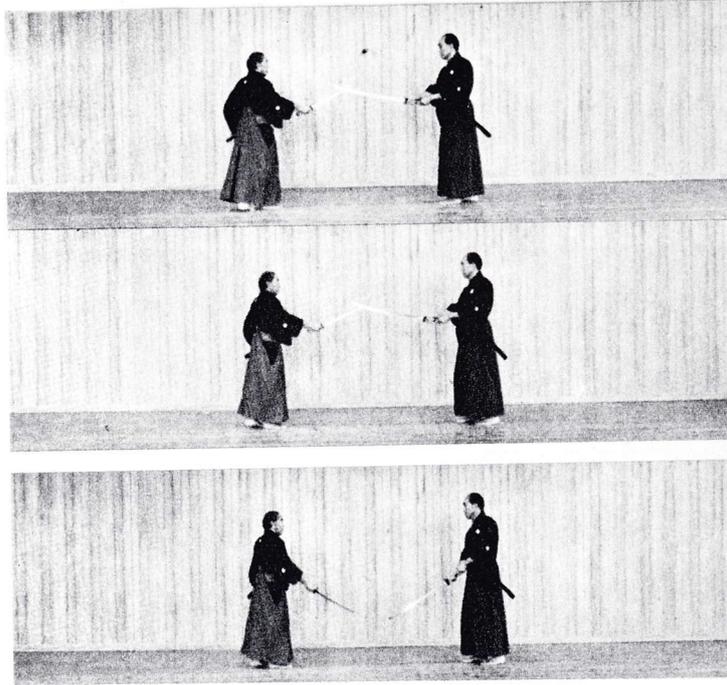
(g)

Après un temps où
se manifeste le zanshin de SD,
s'oriente face à ce dernier
dans un pas de recul G-D,
Ok. A.
(en latéral arrière droit),
tout en relevant son sabre
jusqu'en chudan...

Issoku itto no maai.

...sans interruption...

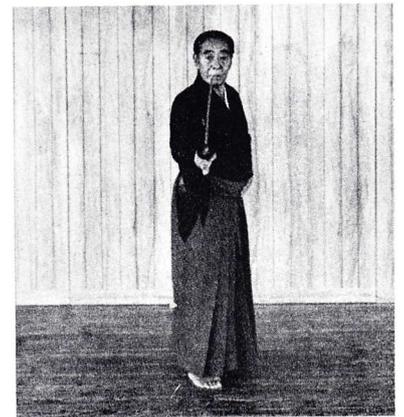
...de même.



...se replace dans l'axe
et au centre
(Déplacement naturel : un pas
G-D ou G, D, G, Ay. A.)

Cassent la garde ; cinq pas arrière.

Moment de la défense.



Hanmi no kamae

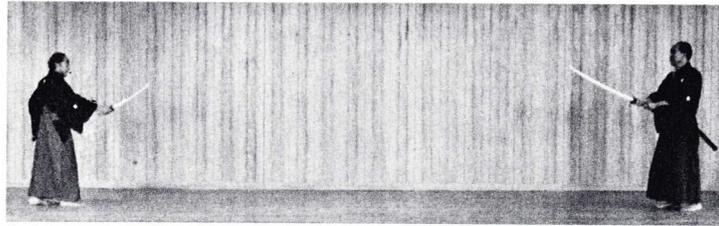
Remarque : suivant la façon de faire, le pied droit est plus ou moins avancé.

Moment de la défense.

Bien avec le flanc gauche du sabre (hidari shinogi). La main droite est haute et dans l'axe, poignet cassé vers soi, sabre maintenu avec pouce et index serrés, autres doigts détendus. (Au moment de l'impact, le sabre est presque horizontal et cette saisie permet une défense à la fois ferme, souple et sûre.)

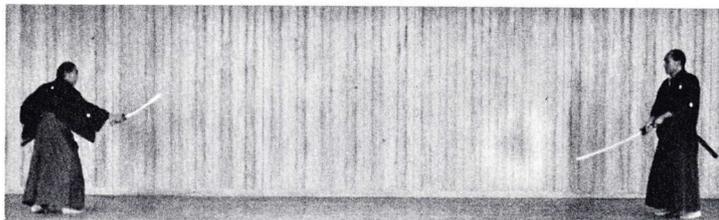
Le pied droit est déplacé dans le même temps, orienté vers UD (Hiraki ashi 4) ; couper en réarmant bien dans l'axe et en plaçant le pied gauche (ki ken tai), défense et contre-attaque dans un seul temps.

NIHONME



Avance le pied droit et menace UD avec l'idée d'« entrer » dans sa garde et de contrôler son sabre par le dessus (irimi no kamae).

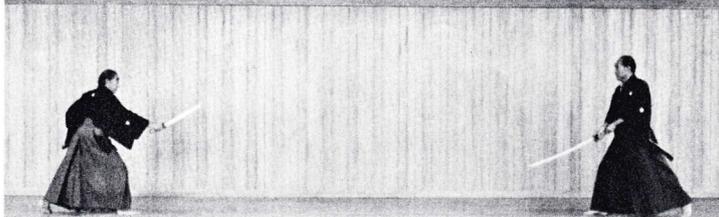
Adopte la garde gedan.



De même.

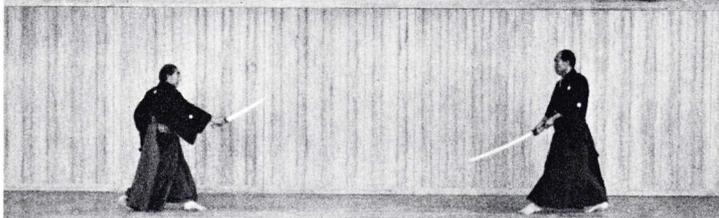
Avance de trois pas Ay. A. D, G, D (g).

D



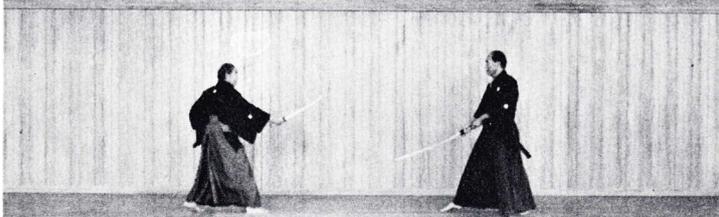
D

G



G

D



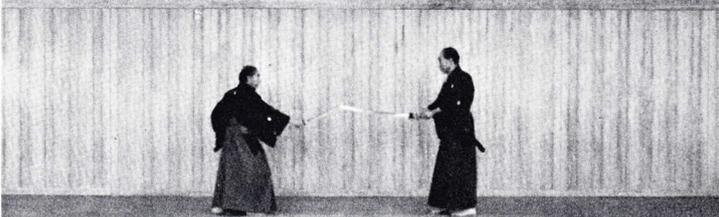
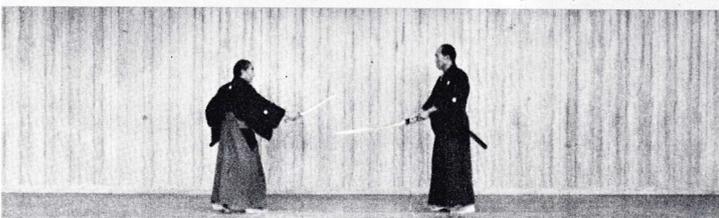
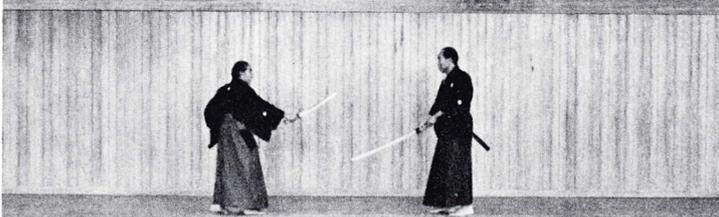
D

(g)

Issoku itto no maai.

Tente de relever son sabre...

Contrôle aussitôt l'action adverse en descendant son sabre, pointe légèrement à gauche, comme pour appuyer sur celui d'UD, tout en menaçant son poignet, dans une attitude générale « vers l'avant »...



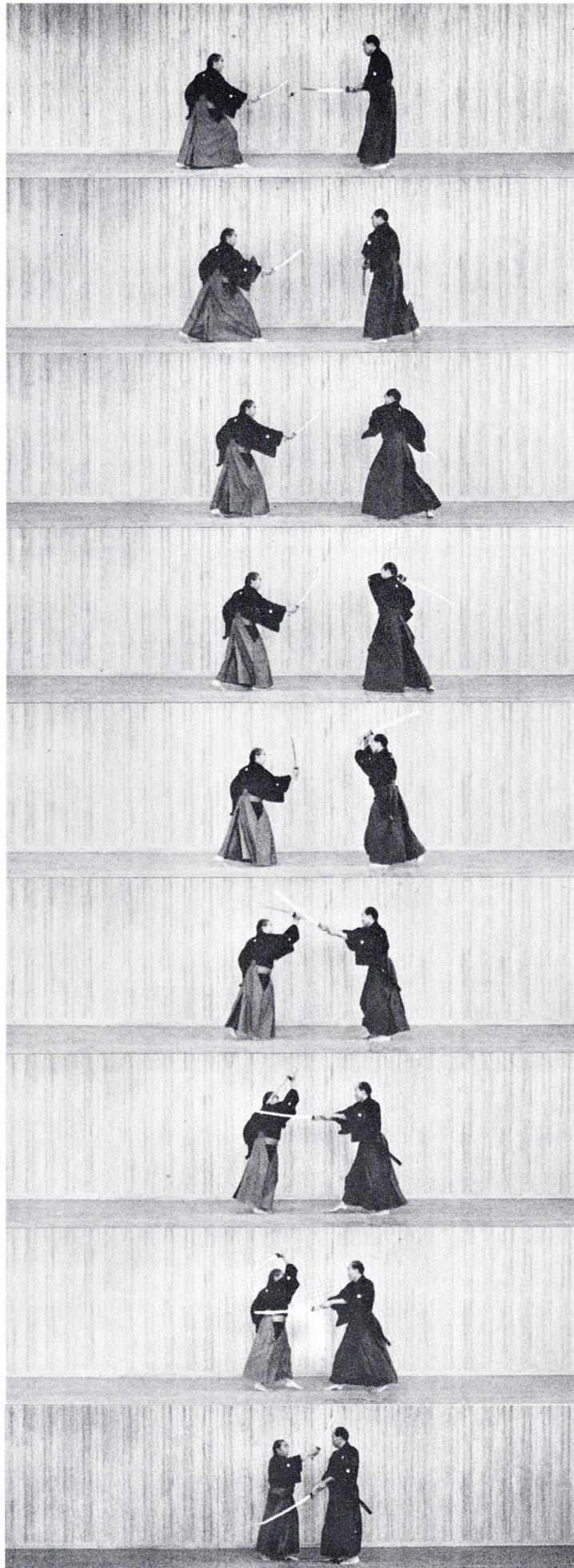
...menacé, tente de reprendre l'avantage en reculant largement le pied droit et en prenant, dans un geste latéral, waki gamae...

...dans le recul même d'UD, poursuit la menace, pointe en direction de sa gorge, dans un pas avant D-G, Ok. A.

...sans temps d'arrêt, arme largement dans l'axe et, en avançant d'un grand pas du pied droit, tente une grande coupe verticale shomen avec kiai.

...Défend avec le shinogi droit tout en déplaçant le pied gauche vers l'avant gauche...
[Hiraki ashi (3).]

...contre-attaque en shomen en plaçant le pied droit avec kiai...

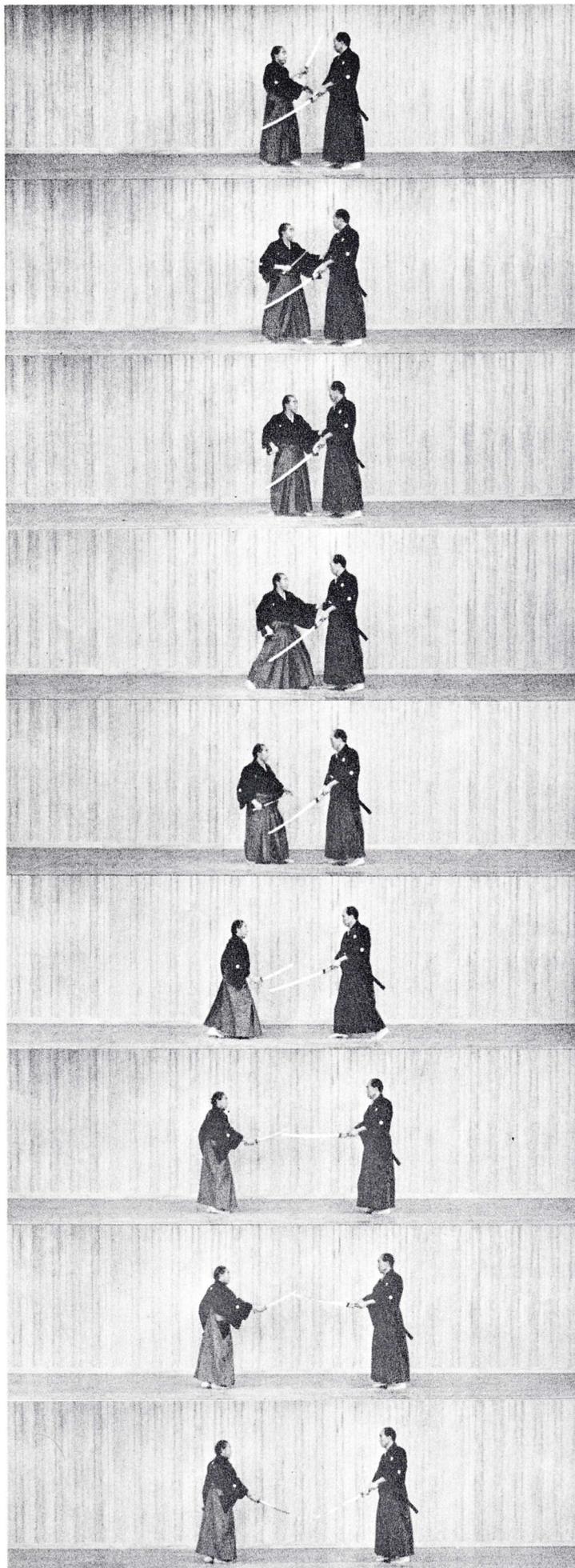


(g)

—sans temps d'arrêt,
 avance d'un petit pas
 G-D. Ok. A. et vient contrôler
 UD en le saisissant à hauteur
 du coude, sabre à la hanche,
 menaçant la gorge.

Zanshin.

Maintenant son contrôle
 physique et mental,
 se replace au centre
 en reculant D,G,D,G... Ay. A.
 (contrôler le sabre adverse
 jusqu'à la fin et la reprise
 au chudan).



Se replace au centre
 en reculant d'un pas G-D,
 Ok. A., tout en reprenant
 chudan.

issent la garde, cinq pas arrière.



**Irimi
no kamae**



**Sabre
droit devant**



Contrôle et menace par-dessus, la pointe ne sortant pas pour autant de l'axe. Ne pas avancer seulement le bras dans la menace, mais tout le corps.

Dans le recul d'UD, SD replace son sabre droit dans l'axe (menace de la pointe), en avançant d'un pas.



**Moment
de la défense**

Avec le flanc droit (migi-shinogi). Poignet haut et dans l'axe, coude rentré. Le pied gauche est déplacé dans le même temps, orienté vers UD; couper en plaçant le pied droit, après avoir bien réarmé dans l'axe (ki ken tai). (Défense et contre-attaque en un seul temps.)



**Détail
du contrôle
final**

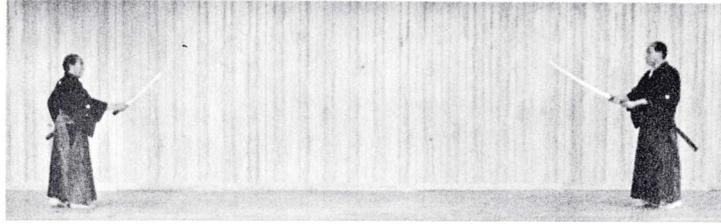


Pouce dans la saignée du coude. Suivant les façons de procéder, simplement maintenir le bras ou le tourner vers l'extérieur.



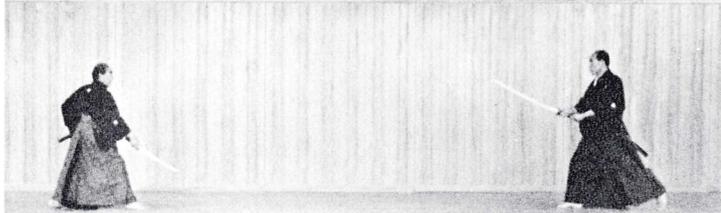
SANBONME

Prend la garde gedan hanmi no kamae ou se place sans garde (mugamae) (bras droit relâché).



Chudan.

D



Avance de trois pas Ay. A.
D, G, D...

D

G



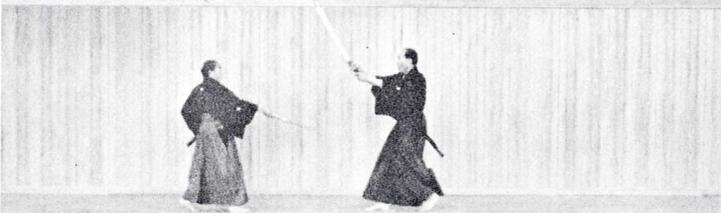
G

D



...tentant sur le dernier
une grande coupe verticale
(sans temps d'arrêt dans
le déplacement) avec kiai...

D

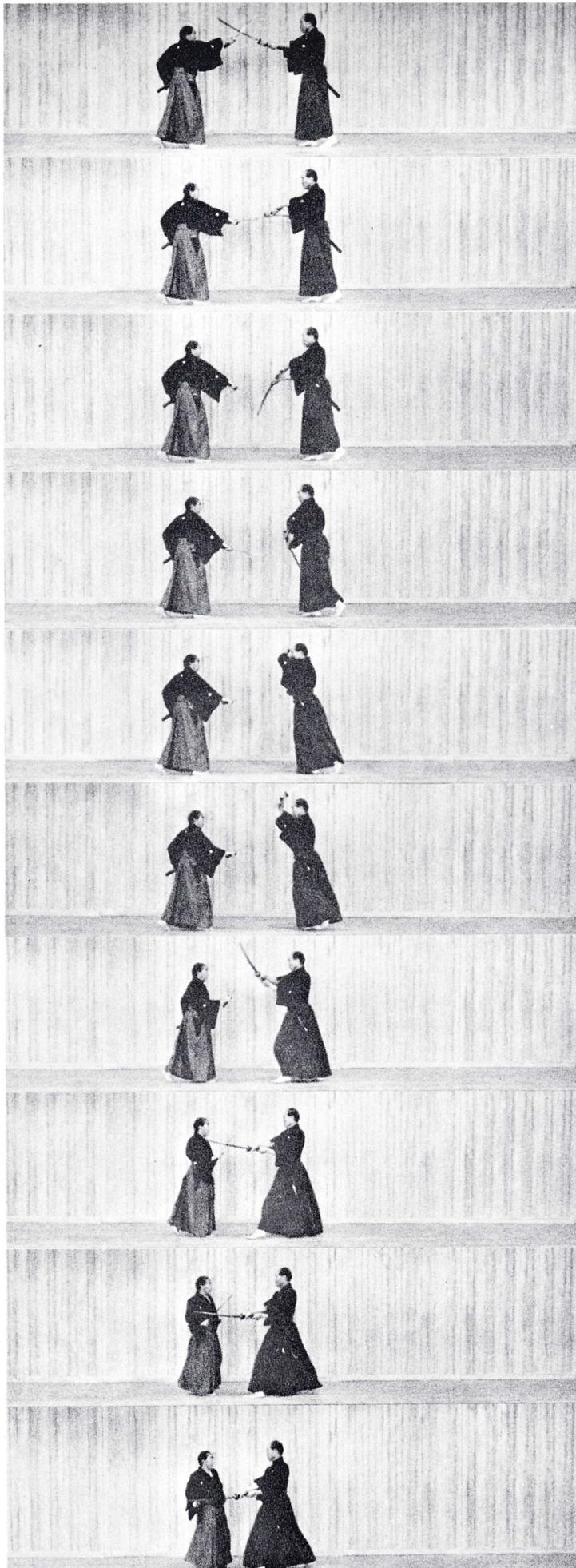


Neutralise l'action en arrêtant le sabre adverse dans sa course en dressant le sien vers l'avant, pointe légèrement à droite, bien dans l'axe, bras tendu...



(g)

...puis le repousse aussitôt
vers l'arrière droit d'UD...

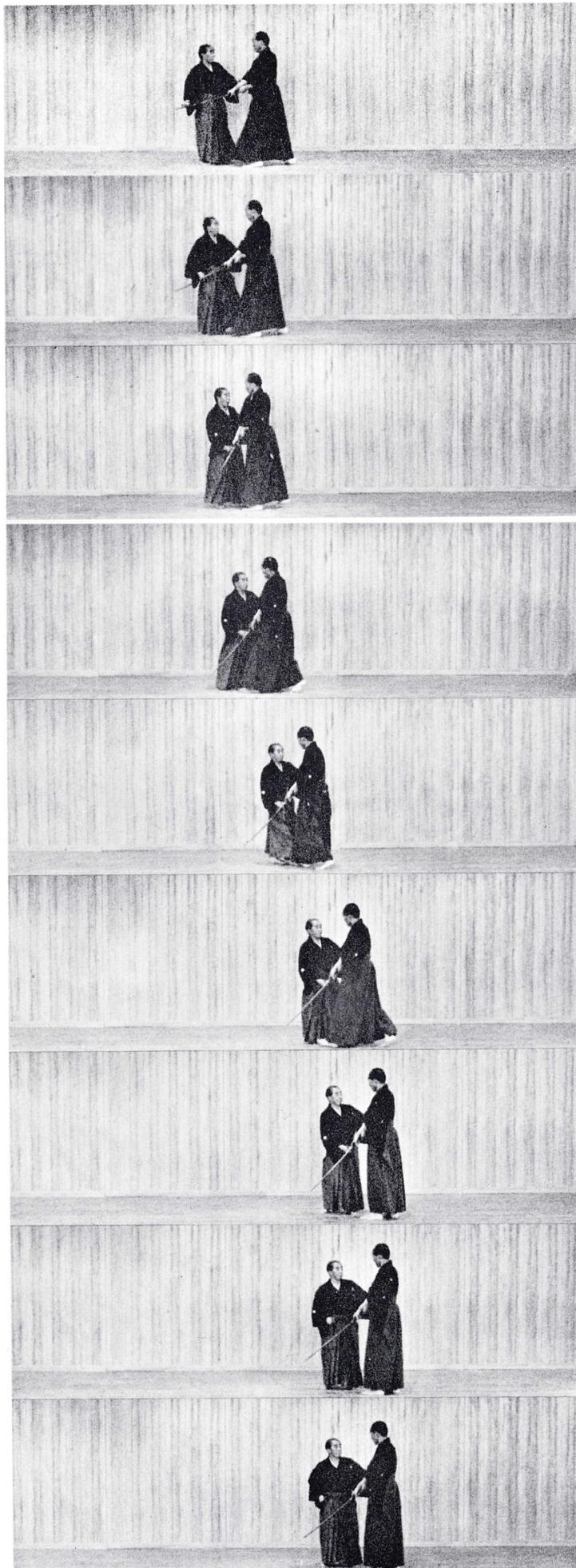


...suit le mouvement
sans bouger les pieds...

...réarme alors largement
dans l'axe, et en avançant
pied gauche Ay. A., tente
une coupe horizontale au flanc
droit (migi do) de SD.

...neutralise l'action en avançant
le pied gauche (pivot sur
le pied droit qui reste fixe),
corps ouvert vers la droite,
arrêtant le sabre adverse
avec le shinogi gauche
(avant-bras droit devant
la hanche)...

...puis sans rupture et vivement, dans un pas avant G-D Ok. A., vient contrôler (de la main gauche) le bras droit d'UD, et son sabre (tsuba contre tsuba) en appuyant vers l'avant, de bas en haut, avec kiai.



...poursuit et maintient son contrôle en avançant de trois pas Ay. A. G, D, G (diagonale avant droit)...

...à l'issue desquels il porte le sabre à la hanche, menaçant UD à la gorge.

Zanshin.

Subissant le contrôle, recule de trois pas Ay. A. D, G, D, légèrement en diagonale arrière gauche.
D

G

D

(g)

Après un temps où se manifeste le zanshin de SD...

Se replace au centre
en reculant (d) G, D, Ay. A.,
en maintenant son contrôle
physique (du sabre adverse)
et mental jusqu'à la fin.

G

D

G

Chudan.

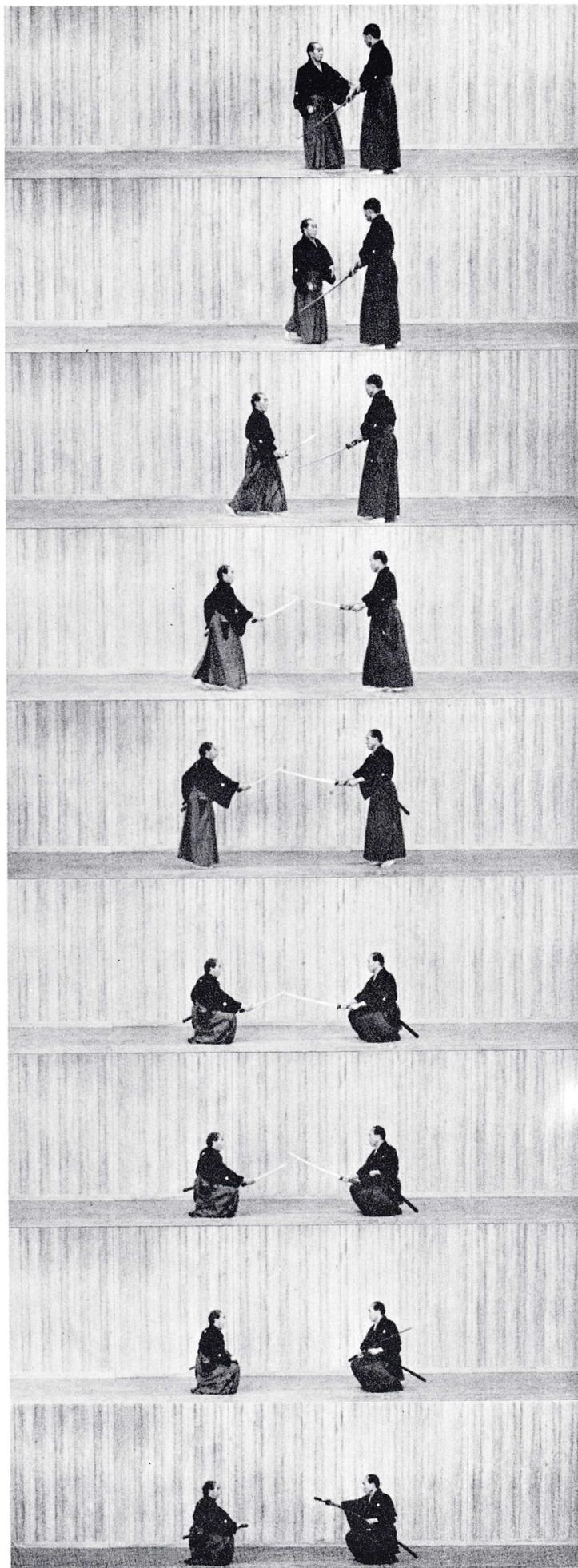
Sonkyo.

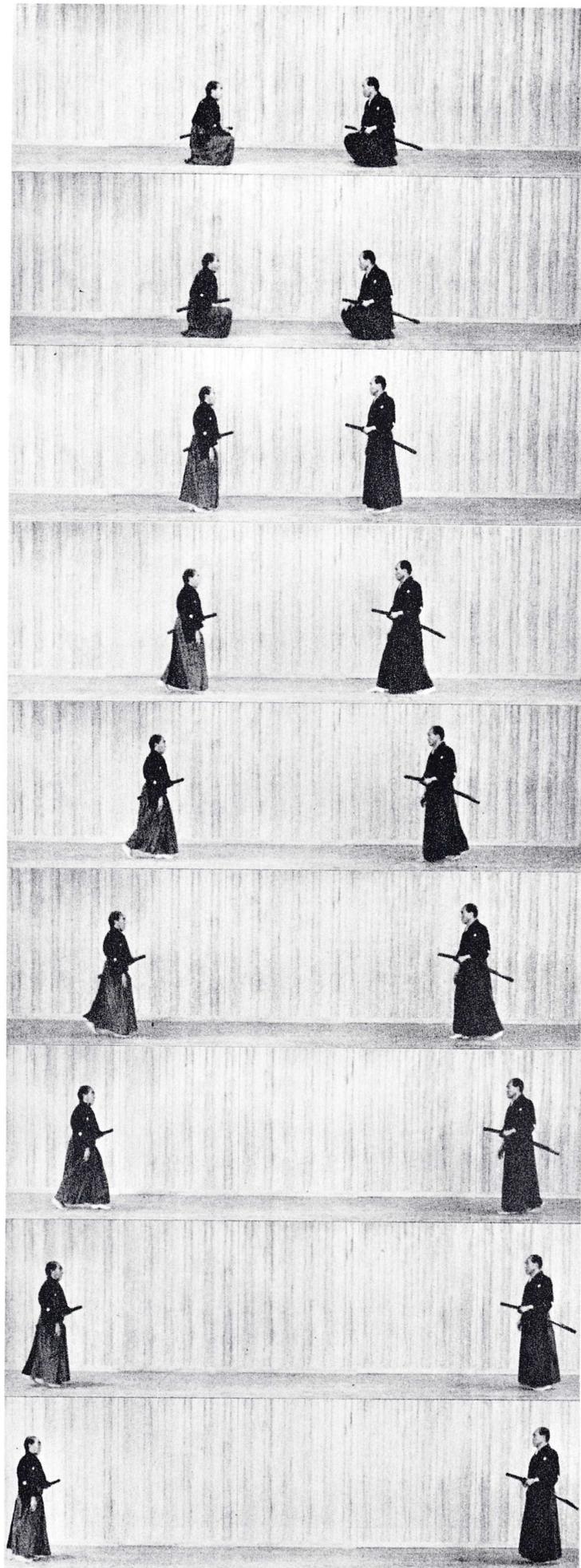
...se replace au centre
(Ay. A. D, G... opérer de façon
naturelle).

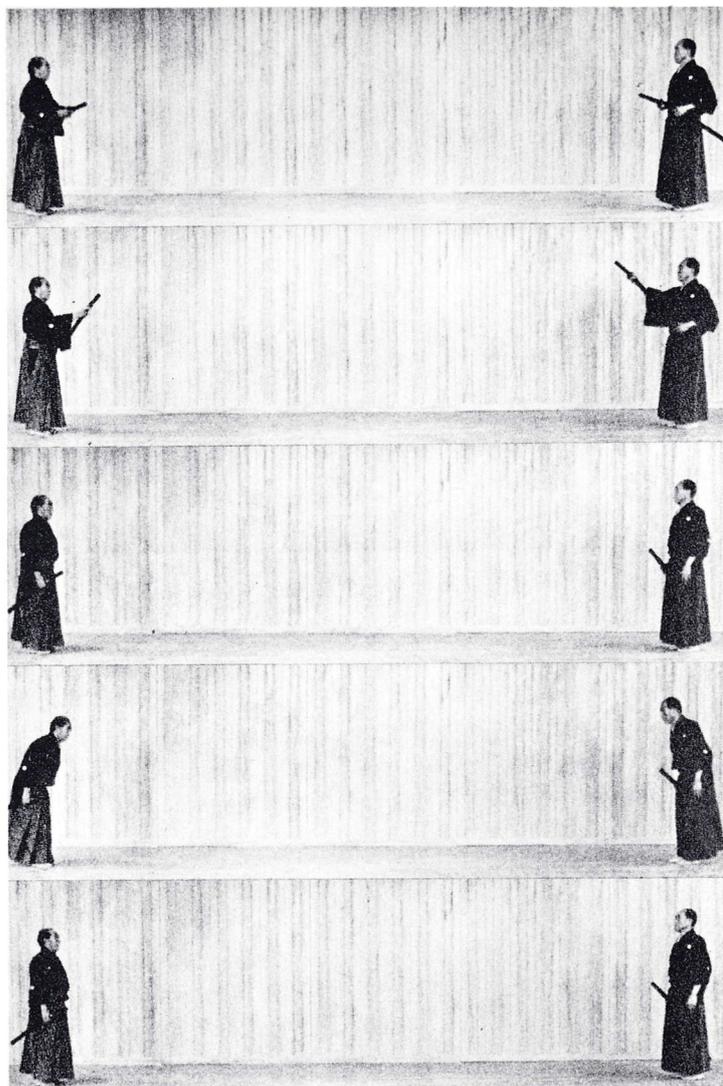
Chudan Issoku itto.

Sonkyo.

Rengainent.

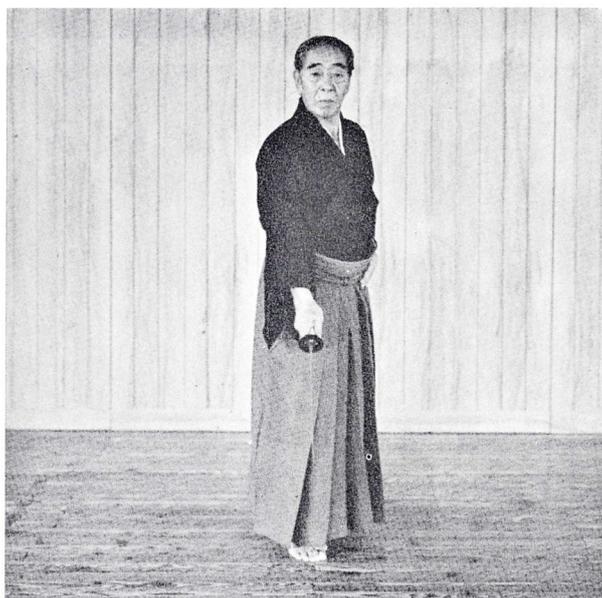


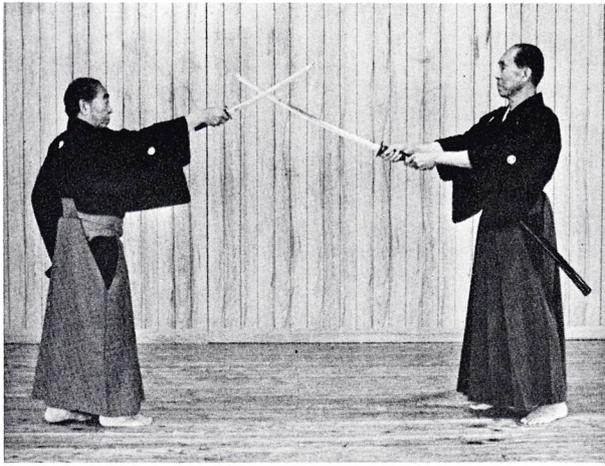




Après s'être salués, UD et SD regagnent l'emplacement du salut en seiza ; saluent le côté supérieur, réexécutent le zarei (cf. au début).
SD a repris le Odachi au passage.

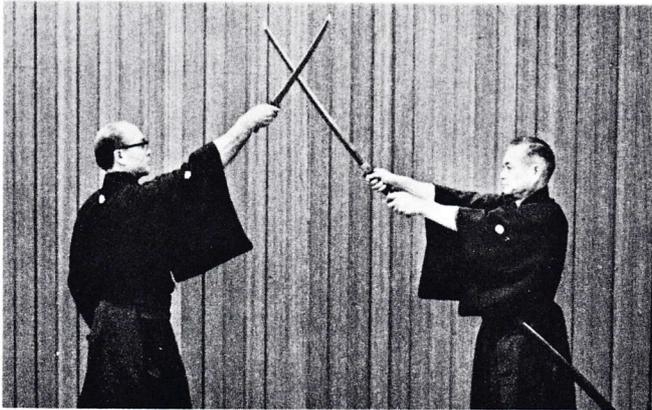
Gedan hanmi no kamae
(Mugamae : corps de face, bras droit devant, relâché.)





Sabres trop hauts.

▲ Moment de la défense. ▶



Contrôle du do.



Note: suivant les façons de faire, après avoir repoussé le sabre adverse vers l'arrière, SD garde le sien soit dans la position qu'il occupe alors (vers la gauche), soit le replace dans l'axe.

(Dans cette première action, veiller à ne pas « accompagner » avec le haut du corps.)

Contrôle du sabre et du bras.

En glissant sa lame le long de celle d'UD, SD la contrôle finalement, tsuba contre tsuba en appuyant alors vers le bas et l'avant, dans le même temps, de la main gauche, il assure le contrôle au coude d'UD, pouce dans la saignée.

Suivant les façons de procéder, simplement maintenir le bras ou le tourner vers l'intérieur.

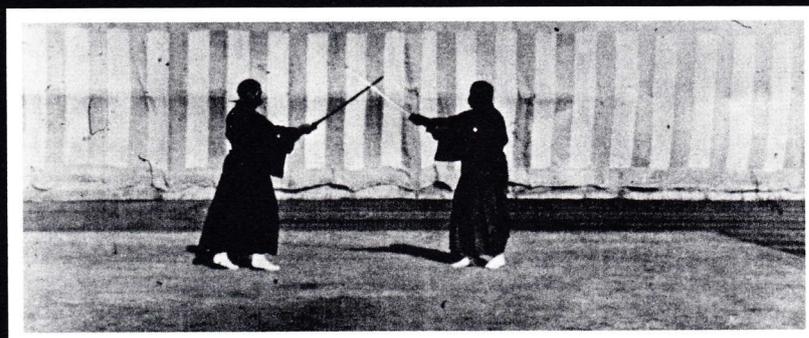


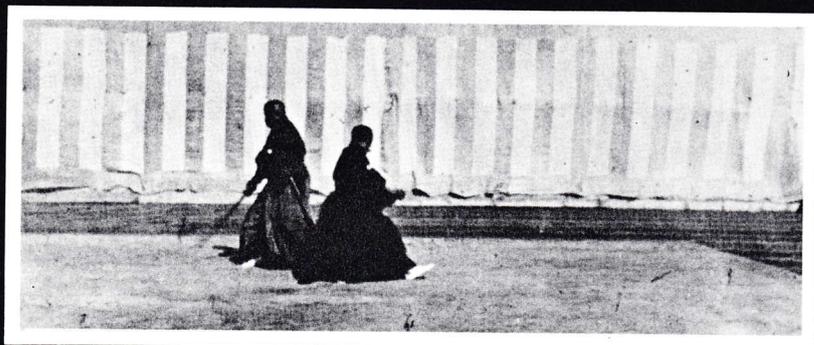
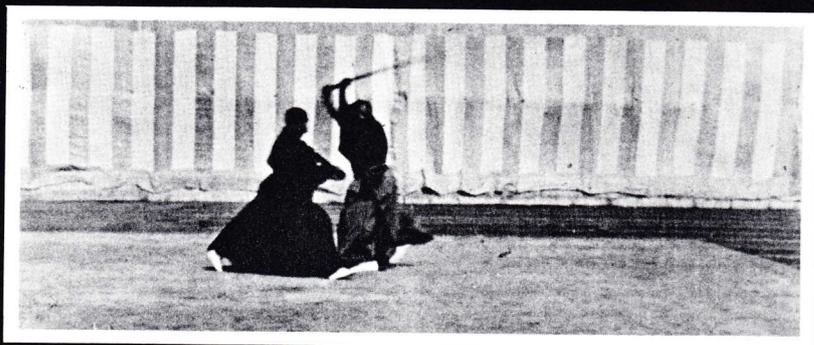
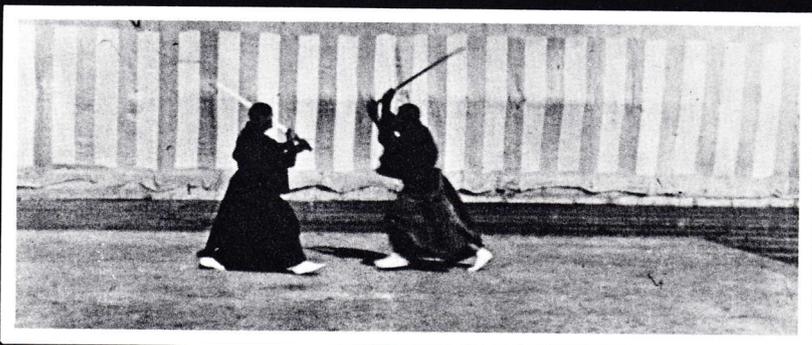
Document :

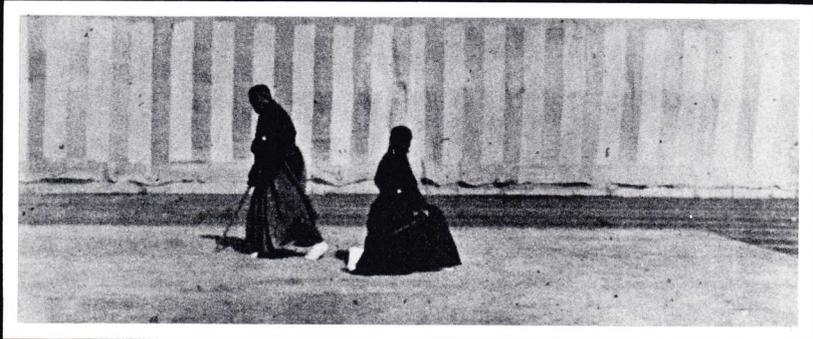
Nanahonme par TAKANO Sasaburo (1862-1950)
et NAKAYAMA Hakudo (1872-1958)

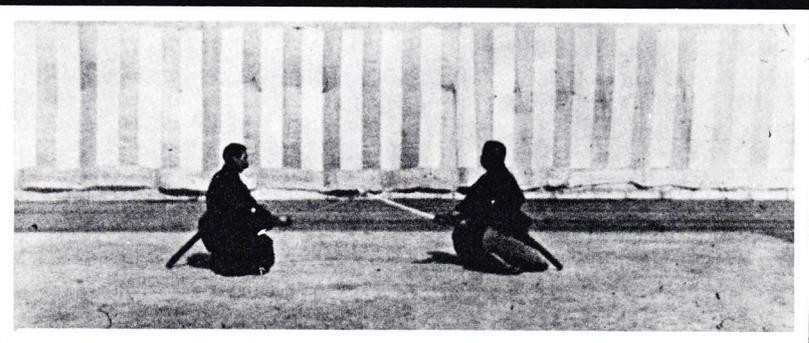
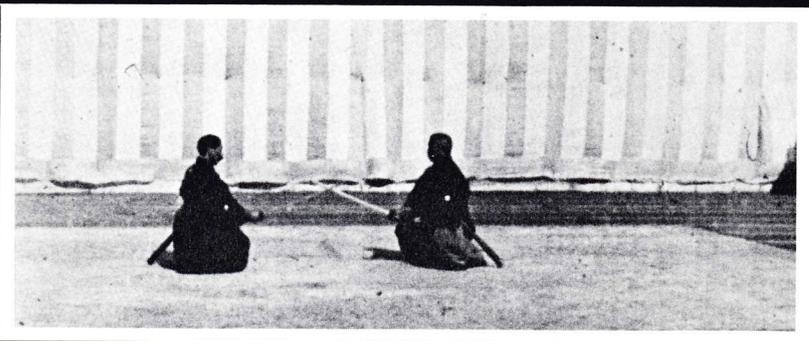
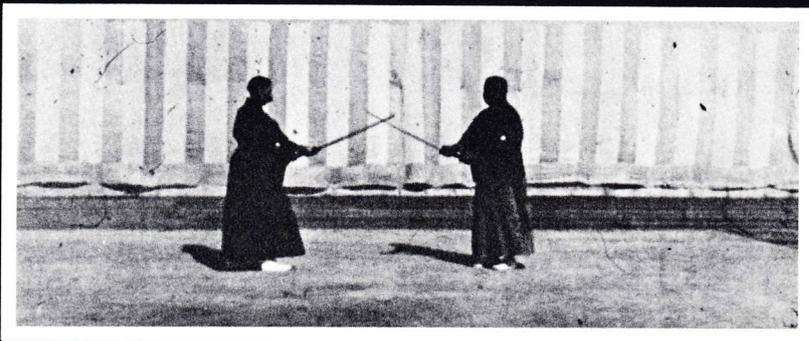
SD : NAKAYAMA HAKUDO

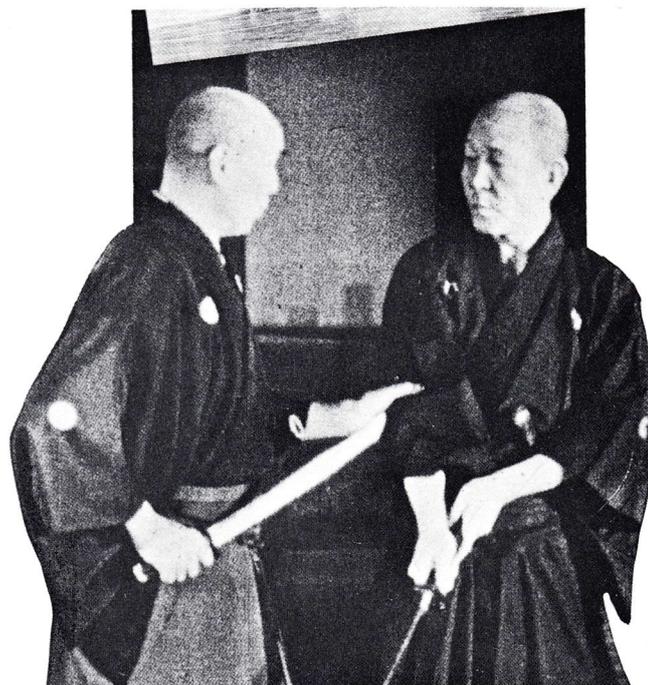
UD : TAKANO SASABURO











MOCHIDA Moriji Sensei
10^o dan hanshi
1885-1974

SAIMURA Goro Sensei
10^o dan hanshi
1887-1969

NOTES

(1) Exemples illustrant ce propos. (Les écoles concernées apparaissent à une époque de sabre « réel » : la transmission technique se fait uniquement au travers l'enseignement kata. Leur influence s'est maintenue jusqu'à nos jours.)

SHINKAGE RYU

On trouve dans les enseignements de cette école fondée par Kamiizumi Ise no Kami (1508-1578) l'idée que, bien que l'habileté avec le sabre doit être acquise et maintenue dans un but d'efficacité en combat, cette habileté doit être exercée sans effort délibéré (volontaire) et sans intention. Elle doit être utilisée :

Munen : sans réflexion.

Muso : sans pensée.

ITTO RYU

Fondée par Itto « Ittosai » Kagehisa (1560-1653). Célèbre pour son efficacité en combat réel et préparant par ailleurs à cette éventualité, Itto « Ittosai » posait que la raison *ultime* d'étudier l'escrime ne devait pas être l'acquisition d'une technique effective pour le combat. Dans cette recherche, au demeurant, un individu porteur de valeurs morales négatives n'aboutirait qu'à sa propre destruction. L'escrimeur d'Itto ryu doit viser à « katsujin no ken » (littéralement : sabre qui donne la vie) par opposition à « satsujin no ken » (sabre qui prend la vie), le plus haut degré de l'escrime consistant à remporter la victoire sans avoir à tirer le sabre.

YAMAOKA TESSHU (1837-1888)

Formé aux enseignements du Jikishin Kage ryu (fondé vers 1550) et du Yagyu Shinkage ryu, Yamaoka, escrimeur très influent des débuts du kendo moderne, met également l'accent sur le principe de « résoudre les problèmes sans tirer le sabre », difficile à maîtriser car devant commencer, dans son approche, paradoxalement, par l'apprentissage des moyens d'utilisation du sabre : en kendo, son « habileté intérieure » dépend d'un entraînement suffisant avec le sabre tiré dans la réalisation de son « habileté extérieure ». Son principe : « Shingi ittai » (esprit et technique sont un). Perfection de l'habileté technique et développement spirituel sont inséparables.

(2) La plus ancienne utilisation du shinai est créditée traditionnellement à Hikida Bungoro (1537-1606), fondateur du Hikida ryu. Mais Kamiizumi Ise no Kami (1508-1578), fondateur du Shinkage ryu, et Yamada Heizaemon (?-1550), fondateur du Jikishin Kage ryu, utilisaient également le shinai dans leurs méthodes d'entraînement.

(3) Les premières pièces d'équipement apparaissent à peu près à la même époque dans plusieurs ryu : Nen ryu, Jikishin Kage ryu (≈ 1710) puis Nakanishi Ha Itto ryu fondée par Nakanishi Chuta (1750) qui remodela également le shinai antérieur pour aboutir au shinai que l'on connaît aujourd'hui.

(4) Le terme « kendo » est employé pour la première fois vers 1668 par Abe Gorodayu, fondateur de l'Abe ryu, et aussi à peu près à la même époque par Yamanuchi Renshinsai, fondateur du Heijo Muteki ryu (1670).

(5) Il convient de ne pas associer systématiquement shinai-geiko à style nouveau : Sakakibara Kenkichi par exemple (1829-1894), très fameux escrimeur de l'époque, qui contribua fortement au maintien du kendo dans la période Meiji, tout en désapprouvant un certain nombre d'aspects techniques du shinai geiko, était lui-même partisan de l'utilisation du shinai à l'entraînement. Mais il critiquait le recours à de « petites » et rapides techniques : pendant l'entraînement avec ceux qui utilisaient de telles techniques pour le « frapper » ou le « toucher », Sakakibara, ignorant ces tactiques, cherchait, lui, l'*ippatsu* : « un seul coup », une conclusion définitive prenant la forme d'un coup porté comme une coupe faite avec un vrai sabre et non une simple touche du corps adverse avec le shinai.

(6) En 1879, les forces de police avaient, deux ans avant, fait la preuve de leur efficacité en maîtrisant les fameux soulèvements de Satsuma.

(7) Aujourd'hui le Butokuden est le lieu annuel d'un événement central de kendo : le Kyoto Taikai qui se tient début mai : démonstration d'anciennes écoles de Bujutsu et Budo, shiai (un seul combat par couple de combattants) de 6^e, 7^e, 8^e et 9^e dan, examen annuel unique pour le 8^e dan.

(8) Rappelons que le premier kata du kendo moderne fut créé en 1886 à la section kendo de la Police de Tokyo où s'étaient agrégés des experts provenant d'écoles différentes. Ce kata, toujours pratiqué, est composé de techniques de dix écoles différentes.

(9) Son président en est alors Ono Kumao et le Butokukai existera jusqu'à sa mort en 1977.

(10) « Le Nippon Budokan a été fondé afin de diffuser les arts martiaux traditionnels dans le public, en particulier chez les jeunes, de les encourager dans leur éducation et leur développement moral et physique et pour ainsi contribuer à l'essor de la nation et de la paix mondiale. » In plaquette, « Budo » éd. Nippon Budokan, Ass. japonaise de Budo.

(11) Il faut mentionner l'organisation, de 1949 à 1952, d'une forme édulcorée de kendo (tenue de type escrime occidentale, shinai ultra-léger, compte des touches, etc.), le shinai-kyogi, dont la Fédération devait se fondre à la ZNKR en 1952.

(12) Dans le même ordre d'idée, l'encouragement à la pratique du lai par l'élaboration du Seitei lai (sept, puis dix techniques de « bases », de référence) de la Fédération japonaise de Kendo correspond au même souci (1968-1980).

BIBLIOGRAPHIE

L'essentiel des données historiques est la traduction de passages tirés des trois ouvrages de D.F. Draeger :

- *Classical Bujutsu*.
- *Classical Budo*.
- *Modern Bujutsu et Budo*.

Consultés également :

- *Comprehensive Asian Fightings Arts* (D.F. Draeger).

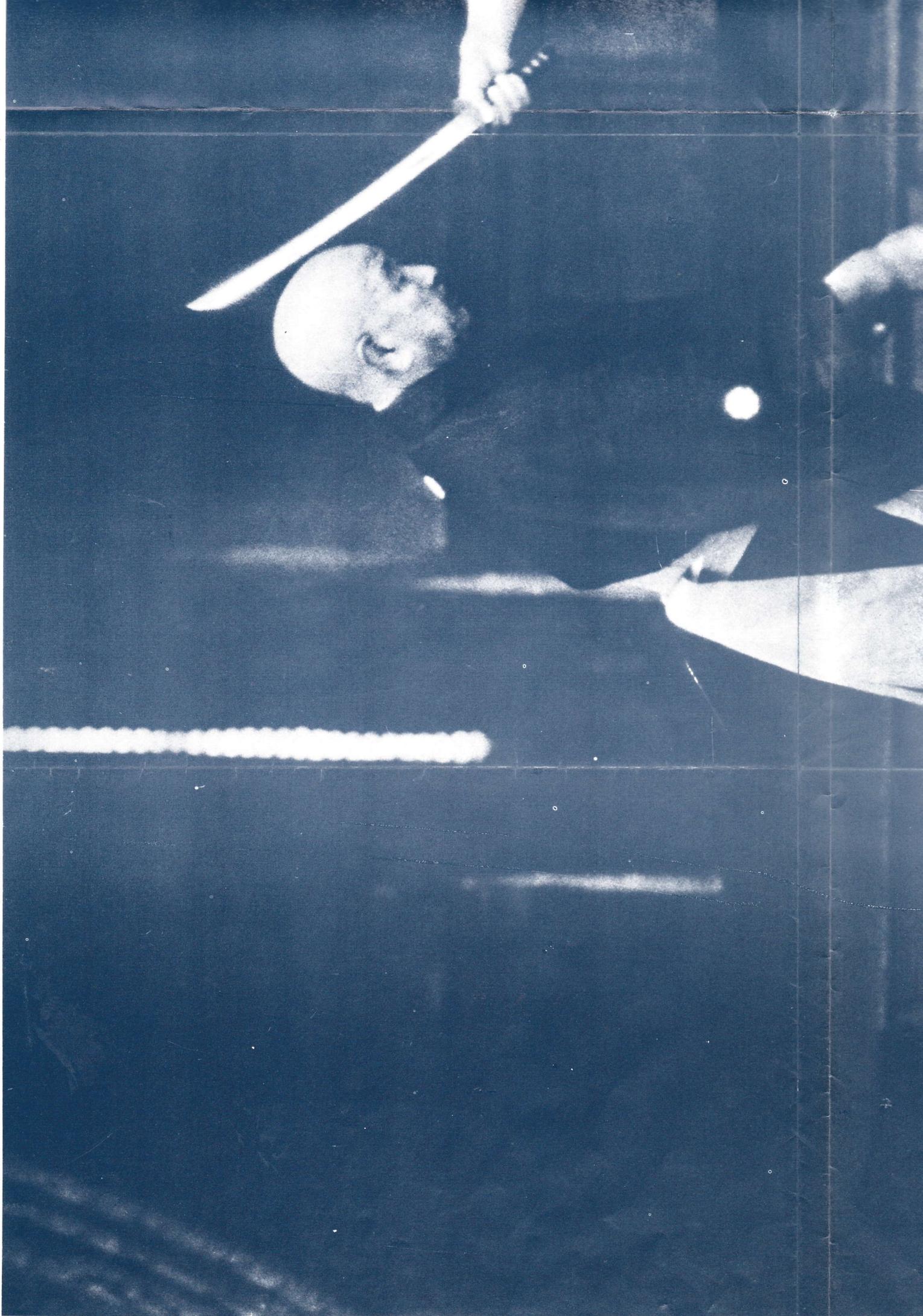
- *This is Kendo* (J. Sasamori - Gordon Warner).
- *Japanese Swordsmanship* (G. Warner - D.F. Draeger).
- *Bases du Kendo* (ZNKR - Nakano Y. - Sato N.).
- *La voie du Karaté* (K. Tokitsu).
- *Le Zen dans l'art chevaleresque du tir à l'arc* (E. Herrigel).

- Plaquette *Budo*, rédigée en japonais, anglais, français et allemand, et publiée par le Budokan.

Remerciements au titre de l'aide à la publication : Université Kokushikan.

NOTES DU LECTEUR







KANO Sasaburo Sensei hanshi
AYAMA Hakudo Sensei hanshi

VOIX DU KENDŌ





NIHON KENDO KATA Kodachi Kata ipponme

Uchitachi : TAKANO Sasaburo Sensei ho
Shitachi : NAKAYAMA Hakudo Sensei ho

Gravure reproduite avec l'aimable autorisation de la revue KENDO NIPPON - 10/1983.