

Claude Durix

Le Sabre

et la Vie



Claude Durix (1921-2012), était un médecin français, ophtalmologue de métier. Passionné par le Japon et sa culture, il a commencé la pratique les arts martiaux en 1945, 4e dan de Kendo, 3e dan de Judo, 3e dan de laido, 2e dan d'Aikido. Il a participé à trois championnats du monde de Kendo à Tokyo 1970, Los Angeles en 1973 et à Londres en 1976.

Lors de son premier séjour au Japon en 1956 il découvre le bouddhisme Zen et devient progressivement l'ami du supérieur du monastère Manpuku-ji, Sengoku Roshi. Ce dernier le chargera d'introduire en occident un Zen adapté à la culture occidentale. Ce qu'il fera au Maroc, son pays d'adoption, en France, Suisse, Espagne, Allemagne.

Parlant couramment le japonais dont il est devenu linguiste et sémiologue, il en est un remarquable calligraphe. Auteur proluxe de livres sur le Zen et la calligraphie, il a également livré son approche du laido dans ce « Sabre et la Vie ». Paru en 1985 et sous titré « ou le combat pour l'unité de l'Être », le livre est moins un recueil technique que le prétexte du développement philosophique, presque mystique, voire ésotérique de sa rencontre avec le laido et de sa pratique. Il est illustré néanmoins par de nombreuses anecdotes toutes plus savoureuses les unes que les autres.

De l'introduction, Budo, à la conclusion, Ku (le vide), les 14 chapitres sont imagés par leurs calligraphies. Les Kanji sont décortiqués en leurs éléments les plus simples, permettant ainsi de plonger au cœur de leur sens étymologique premier.

Budo

武道

En introduction, réfutant la notion d'« Arts Martiaux » Durix choisit de définir Budo par la « Voie du Combat ». Sans surprise, en s'appuyant sur la lecture des deux Kanji, le Budo est défini comme le combat pour arrêter les armes. « De tous les Budo, le laido est le moins connu, le plus difficile, le plus dur. Avec le laido, on a la chance d'être d'emblée plongé dans une sorte d'abstraction, d'irréalité, de contradiction même, qui nous oblige à nous tourner vers l'essentiel, l'informulé, le fondamental, l'Absolu ».

« Celui qui n'a pas le goût de l'Absolu, disait Cézanne, se contente d'une médiocrité tranquille ».

lai

居合

lai ou l'Unité de l'Être.

Parole de jeune médecin à son maître : « Est pathologique tout ce qui détruit l'unité du corps et de l'esprit », maxime aussitôt agréée.

Lors d'une Sesshin en Suisse, citant le poète français Alfred de Musset,

« Tout près de moi vint s'asseoir

Un inconnu vêtu de noir

Qui me ressemblait comme un frère... »

prélude à une amitié, Durix raconte sa rencontre avec Alfredo Caycedo, le père de la Sophrologie, sans savoir qui il était. Au fil de la discussion, Caycedo : « Nous partons de ce principe de basse essentiel : *l'unité du corps et de l'esprit* ».

Gokui

極意

Gokui, les mystères secrets.

« Je voudrais seulement vous donner ici le goût subtil du lai, vous dire mon expérience personnelle sous-entendue par la pratique du Zen, vous laisser deviner tout ce qui inexprimé et qui est considérable à côté de ce que l'on peut seulement dire ».

Et citant Zeami, fondateur du théâtre Nō au XVe siècle: « ...Ce que l'on appelle le secret, n'est, un fois dévoilé rien de bien extraordinaire. Si pourtant quelqu'un pensait vraiment que ce n'est rien d'extraordinaire, c'est qu'il n'aura pas compris la grande valeur de ce qu'on appelle secret. »

« Un proverbe Zen dit « Le Thé et le Sabre ont le même goût ». Le lai c'est aussi très simple : il suffit de dégainer le sabre, de couper, et de le remettre au fourreau, conformément aux usages... .. Pas plus ! Mais, conformément aux usages »

Jusqu'à ce qu'on arrive au Kata suprême, celui du « non-ego » qui est de laisser le sabre au fourreau.

Vu sur une plaquette de bois dans un Dojo vieux de 600 ans :

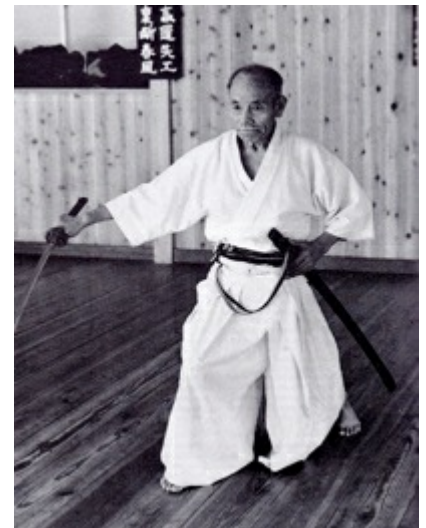
« Ayez un bon Maître et pratiquez selon ses instructions ».

Gyoji

行持

Gyoji, la pratique.

Introduit par son Sensei, Nakakura Kiyoshi, 9^e dan, disciple de Nakayama Hakudo Sensei, C. Durix est amené à pratiquer au Dojo de Morihiro Okada Sensei (disciple de Nakayama Hakudo Sensei également) qui enseignait alors à plusieurs français. Durix compare le petit homme presque chétif à un tigre vu sur une peinture : « un tigre superbe, gigantesque, qui vous regarde et vous fixe et vous suit du regard, quel que soit l'endroit de la salle où vous alliez. Impossible



de prendre ce regard en défaut. »

« Bien sûr, dit Okada Sensei, pendant la pratique il faut être « Mushin », sans pensées et « Muga » sans ego. Mais n'oubliez pas la technique. »

Kibun

氣分

Kibun, l'état d'esprit.

« Chaque figure des Kata correspond à une situation particulière, à un drame qui doit être réellement vécu dans une profonde concentration par le pratiquant. Mais, finalement, les techniques complètement assimilées, c'est à dire oubliées, il reste que les Kata du lai, sont, par l'expression de la sagesse instinctive du corps, une méditation de la vie. »

Il faudra tout d'abord « vaincre les quatre dangers majeurs : 'Kyo' 驚 la surprise; 'Ku' 恐 la peur; 'Ghi' 疑 le doute; 'Waku' 惑 l'indécision. »

« Puis, ces quatre défauts vaincus, vous devrez acquérir quatre vertus primordiales :

... 'Rei' 礼 la courtoisie... 'Occupez harmonieusement le lieu où vous vous trouvez' disait un vieux Maître de Fleurs à Kyoto.... ... 'Choku' 迫 la force, énergie du corps et de l'esprit unis... 'Sei' 制 c'est l'empire sur soi-même, la fermeté, la sérénité, le calme, l'équilibre... 'Soku' 速 la vitesse, la rapidité du jugement... »

« Cette connaissance de soi-même par la Voie du Sabre doit évidemment commencer comme je l'ai dit, par la pratique et par des études techniques difficiles. »

Durix reprend alors la parabole de Miyamoto Musashi formant un disciple seulement en le faisant marcher le long des tatamis, puis en coupant du bois et enfin en traversant sans peur un précipice sur une poutre. « Voilà lui dit le Maître, mon enseignement est terminé. »

En analogie, au cours d'une longue soirée sans sommeil autour d'un thé vert, Sengoku Roshi raconte l'histoire du moine devenu Supérieur rien qu'en préparant le thé pendant des années...

C'est à l'issue de cette soirée que Sengoku Roshi remet à C. Durix un très ancien Nyoibo, bâton de sagesse et de transmission. Il charge ainsi le français de mettre le Zen à la portée des occidentaux : « Le Zen doit être européen en Europe ».

Reigi

礼儀

Reigi, le cérémonial.

« *Le silence est une belle cérémonie*; Chapitre des Frères Prêcheurs - Milan 1505)

Citant l'article d'un certain monsieur Ono : « Quand on apprend le lai, il faut s'efforcer de ne pas manquer à la politesse dans toutes les conduites quotidiennes et de pratiquer l'élégance... »

...Un habillement négligé s'accompagne d'un esprit équivalent. »

Cela commence par *Obi no musubi no Kata* comment nouer le Obi.

« Cependant la Cérémonie peut être tout à fait dénaturée si elle est mise au service d'un ego destructeur, donc si elle ne sert à témoigner que de la dissociation de l'Être. »...

...« Si donc vous pratiquez le lai en ayant seulement le souci de l'esthétique, de l'efficacité, de

la technique, ou même de l'esprit, vous ne pouvez pas vraiment progresser. Le sabre n'est là que comme un support de méditation, un instrument de réflexion, un rappel de cette nécessité du détachement. C'est seulement quand vous aurez redécouvert l'unité du corps et de l'esprit, puis oublié cette unité retrouvée, que vous pourrez vraiment être là, sur la Voie, au cœur de la Cérémonie sans objet. »

« Il faut apprendre où fixer le regard, pas sur le professeur, pas sur l'adversaire fantôme, surtout pas sur le fourreau pour rengainer, pas sur vos doigts même si vous vous êtes coupé...
...Non devez pratiquer 'Enzan no Metsuke', c'est à dire le regard sur les montagnes lointaines. »

« Cette liturgie du Kata de lai doit se dérouler, comme dans la vie, dans l'harmonie des accords, dans l'équilibre des périodes. Ce qui fait la grande différence, suivant les exécutions, entre ces gestes toujours les mêmes, dans le même ordre, avec les mêmes techniques, c'est le rythme. » Et de citer à nouveau Zeami et ses « Traités secrets » avec le fameux Jo-Ha-Kyu : « dans le Kata de lai, il y a aussi des phases de préparation lente : le cérémonial par lequel s'ouvre la Cérémonie en est une; des phases de forte intensité émotionnelle, des phases de conclusion pathétique. »

Et puis dans le cérémonial il y a « Seme qui est l'esprit offensif se matérialisant par des détails importants dans l'action mais doit être sous-jacent à toute la durée de la Cérémonie, dès l'instant où l'on a passé le sabre dans la ceinture selon la règle. »

Le Kata qui est donc défini comme une « Cérémonie dédié à l'Unité de l'Être » se déroule en Nuki Tsuke, Seme, Furikabute, Kiri Tsuke, Chiburui, Noto Tsuke, avec Zanshi et Ku.

« Son rythme est le mouvement de la Vie... ..il trouve ce corollaire du Cérémonial qui est le Style. »

« Et maintenant, que le Kata commence. »

Nuki-Tsuke

抜
付

Nuki-Tsuke, dégainer.

« *Le sabre n'allonge pas le bras de celui qui ignore la vertu* » (Proverbe chinois).

Après le descriptif de Nuki-Tsuke, « Vous avez le temps ! Vous commencez par vous octroyer deux respirations profondes... ..vous ne savez pas respirer ! Il faut que je vous explique. »

« Aucune action n'est en effet possible en dehors du temps fort qui est l'*expiration*... »

... Dans le laido, le Kiai (気合, union des énergies) est généralement muet, tout intérieur sauf dans certaines écoles... .. mais qu'il soit exprimé ou inexprimé, il doit transporter avec lui la totalité de l'énergie. »

« Seulement, pour que la respiration (*en l'occurrence abdominale*) puisse ainsi s'établir naturellement de la façon la plus juste qui soit, il faut déjà que la posture du corps soit bonne. »

« La posture du corps se résume à une seule chose : bien placer, bien pousser en avant la cinquième vertèbre lombaire, clé de voûte de l'architecture du corps humain. »

D'un point de vue sémantique, « 抜, Nuki c'est tirer dehors, arracher, extraire, déboucher, déraciner, enlever, dépasser, surpasser, être attentif, dégainer. »

« 付, Tsuke vient compléter le sens du caractère qui le précède : donner à, soumettre à, rattacher, unir. On le retrouvera aussi avec Kiri-Tsuke, couper et Noto-Tsuke, rengainer, chaque fois que les deux mains seront nécessaires. Car ces deux caractères sont sous le signe de la

main.»

« Et dans Tsuke, il y a encore une main qui remet un objet à un homme : le sens primitif est 'donner', le sens actuel plus précis est 'transmettre'. Donc le total 'Nuki-Tsuke', toutes ces mains ensemble, c'est l'harmonie des gestes, la coordination. »

« il y a davantage encore dans Nuki-Tsuke : maintenant le sabre est à l'intérieur du fourreau; l'instant d'après il est dehors, à l'extérieur. »

« 内 Uchi, l'intérieur, c'est 'nous les japonais'... 外 Soto, l'extérieur, c'est 'vous, les autres'. »

« Nuki-Tsuke, c'est l'ouverture à la vie, la sortie volontaire de l'espace intérieur préservé pour affirmer notre présence au monde... »

Et de citer Ingen Zenji, moine d'obédience Obaku, XVIIe siècle : « Il faut avoir le courage d'entrer dans les vagues dangereuses qui terrifient les hommes. »

« Telle est la leçon de Nuki-Tsuke », l'art de dégainer le sabre. »

Seme

攻
め

Seme, l'esprit offensif (攻める *semeru*, attaquer assiéger).

« En faisant face à l'ennemi, lancez la pointe de votre sabre contre son visage; Miyamoto Musashi, *Go Rin no Sho*, le Livre de l'Eau).

« Seme n'a rien à voir avec l'agressivité qui en est une forme pathologique...

...Dans le laido, l'esprit offensif est la réponse à une agression, une réponse calme, sans haine, et sans colère... Car n'oublions pas que l'esprit véritable du Budo est en définitive l'arrêt des armes... Ainsi compris, il doit se maintenir non seulement tout au long du Kata de lai mais tout au long du Kata de la vie. »

Suivent deux anecdotes. L'une pour désamorcer, simplement par la présence et le sang froid, une agression potentielle par trois hommes : « J'analysai en un éclair les éléments favorables et les éléments défavorables de la situation : Miyamoto Musashi principe No 5... »

L'autre pour retourner l'agressivité de deux colosses Judoka alcoolisés en une inoubliable soirée à continuer... l'alcoolisation au Sake en chantant au fond d'un bar.

Sept Kanji sont ensuite analysés :

先 : Sen « implique de prendre l'initiative, de savoir d'avance ce qui va se passer pour neutraliser l'attaque avant même qu'elle se soit produite. »

剛 : Gō, la force, la dureté « c'est la force brutale de l'adversaire que nous devons savoir utiliser pour obtenir la victoire : laisser venir le choc et le détourner à notre profit. »

陰 : In « c'est le mode négatif... on attend en cachant son jeu... C'est le principe féminin, la ruse aussi. C'est en tout cas l'intuition indispensable, l'esprit d'observation dans toute son acuité. »

陽 : Yō « c'est au contraire le mode positif... On est prêt à l'action immédiate... C'est le principe masculin, l'action directe... »

行 : Gyō « c'est l'art de provoquer une action de l'adversaire pour en tirer un avantage, l'amener dans un terrain qui nous est favorable. »

進 : Shin « signifie 'attaquer en avançant'... On s'élançait immédiatement, sans aucun retard, pour frapper l'adversaire en une action instantanée et fulgurante. »

草 : Kusa, « est peut-être le plus subtil de tous ces états d'esprit : c'est la souplesse de l'herbe qui se balance au gré des vents... C'est la parfaite disponibilité. »

« Seme s'écrit avec un seul caractère très simple. Mais dans ce seul caractère, il y a quantité

de symboles : 攻 à gauche, c'est l'équerre antique, le sens est 'travail, œuvre, agencement'. À droite, un homme et un souffle réunis signifient 'expirer, souffler'.

Donc, tout ensemble, le travail de l'expiration, c'est Seme, l'esprit offensif. »

Furikabute

振
被

Furikabute, brandir le sabre.

... « vous devez maintenant brandir le sabre : 'Furikabute', au dessus de votre tête. Le passage est difficile : il ne faut pas rompre l'harmonie des mouvements, il faut maintenir votre esprit offensif et il faut vous garder en sécurité. »
« Mais attention ! Voici dans cette position, le détail essentiel, vital, capital, fondamental, celui qui conditionne tout : la lame doit former avec l'axe vertical de votre corps, un angle de quarante-cinq degrés. Exactement : pas quarante-quatre, pas quarante-six : quarante-cinq. Retenez bien ceci : à quarante-cinq degré, les mains sont naturellement placées sur la poignée, elles peuvent transmettre dans les proportions correctes la puissance et la précision

de votre 'Hara' au sabre tout entier. »

« Respectez absolument cette bissectrice, juste milieu entre l'horizontale qui est l'espace infini et la verticale qui est le temps infini : elle est aussi l'exactitude du moment présent dans lequel vous devez vivre, l'ici et maintenant de l'art du sabre et l'art de la vie. »

« C'est la seule action de tout le Kata qui se fasse en inspiration, moment faible de la respiration. C'est donc une phase éminemment vulnérable et dangereuse. »

« Comme dans le tir à l'arc, c'est le moment d'intense concentration où la corde est tendue jusqu'à sa limite, où la flèche se prépare à quitter l'archer pour voler à la rencontre d'une destinée. »

Furikabute c'est le moment où l'on choisit entre laisser la vie ou donner la mort.

C'est l'occasion pour Durix de dire qu'à partir de son petit tableau 'Le Martyre des saints Côme et Damien', Fra Angelico ne connaissait rien à l'art du Sabre...



« 振, Furi signifie 'entrer en action, ébranler, brandir, manier'. Prononcé différemment vous le retrouverez dans le sens de 'secouer' dans Chi-Burui... 被 Kabute c'est 'porter, mettre sur, recouvrir, suspendre'. Si on lui rajoute le caractère 'au-dessous' 下, cela devient une formule de

politesse très courante pour dire 'donner, rendre hommage, s'il vous plaît, excusez-moi, je vous prie'... ..il se prononce alors Kudasai 被下 comme dans 'Chotto matte kudasai', attendez un peu s'il vous plaît. »

Puis suit l'anecdote célèbre du jeune apprenti Samurai Muramatsu Yagoro qui vainc la brute épaisse Kurosuke Sandayu rien qu'en restant en Furikabute et en fermant les yeux, attendant la mort.

« Voilà donc le sens authentique de Furikabute : être prêt non pas à ôter la vie, mais à quitter la vie... ..'Ce n'est qu'en abandonnant tout qu'on peut tout recevoir' disait Dōgen. Le sens mystique de Furikabute; c'est se préparer à cet abandon. Si cela n'est pas compris, il est impossible de progresser. »

Kiritsuke

切
付

Kiritsuke, couper.

Le chapitre introduit la notion de coupe par l'exemple du Tameshigiri 試し斬り, initialement l'art de tester les lames et par le rôle du Kaishakunin 介錯人, celui qui donne le coup de grâce lors d'un Seppuku.

« 切 Ki(ri) signifie 'couper, hacher, scier, écorcher, etc... ..付 Tsuke, nous l'avons vu, veut dire 'donner, unir' et marque la coopération nécessaire des deux mains. »

« Pas de précipitation ! Miyamoto Musashi le disait : 'La précipitation est nuisible, surtout dans la Voie de la Tactique... Quant au sabre, il est inutile qu'il tranche vite. Le sabre n'est pas un éventail ou un couteau. Si l'on veut trancher vite, alors le sabre ne tranche pas du tout. Sachez bien discerner cela [Le Livre du Vent]. »

- « Deux principes essentiels : Accélération progressive et continue. Kime, contrôle des mains pour arrêter le sabre.
- Deux conditions capitales : Respiration centrée sur l'expiration. Posture du corps équilibrée, menton rentré, Hara tendu, épaules souples, cinquième vertèbre lombaire poussée en avant.
- Deux éléments primordiaux : la force transmise à 80% par la main gauche. La précision donnée par la main droite, avec un léger Shimeru (絞める presser, tordre, étrangler) progressif des deux mains.
- Deux recommandations importantes : Couper le plus loin possible, d'arrière en avant et non de haut en bas. Jeter le regard en avant en même temps que le sabre.
- Quatre défauts majeurs à éviter :
 - Lancer les mains devant soi;
 - Monter et descendre les hanches;
 - Se pencher en avant;
 - Frapper avec les bras ou les épaules.

Puis citant l'article de ce monsieur Ono : « Une fois posée la main sur la poignée, tiré le sabre du fourreau, comme la source pure qui jaillit du rocher puis s'écoule peu à peu en ruisseau vers la vallée, devient une rivière et tombe enfin en cascade mugissante, votre esprit doit devenir comme un lac empli d'eau depuis les temps antiques, sans vague et sans bruit. Quand on cou-

pe, dans l'accord parfait et séculaire du sabre et du tréfonds de l'être, toutes les parties du corps doivent s'équilibrer, s'harmoniser sans contracture, sans mollesse, sans dureté, sans relâchement. L'essentiel ne consiste pas à couper avec les mains ni avec le sabre, mais avec tout le corps et le centre de la force doit se situer dans le ventre. Au moment de couper, le trajet de la lame doit être bien rectiligne et on la fait descendre en un arc de cercle, de la main gauche et de la main droite harmonisées. C'est ainsi que ce doit être : fort et concentré, souple et décontracté, précis et ample. En bref, cela se nomme le véritable lai qui unit le cœur, l'esprit, la force et le sabre. »

Durix relate ensuite une extraordinaire rencontre avec Mishima Yukio lors d'un Taikai de Kendo à Tokyo. Quelques mois avant son spectaculaire Seppuku, l'écrivain noue avec l'auteur une longue conversation toute empreinte d'une mystique de la mort et par là-même de la vie.

Cette conversation trouve ensuite un prolongement dans le long récit de la Légende des 47 Ronin menés par Oishi Kuranosuke, dont l'action, pour venger le Seppuku injustement réclamé à leur Seigneur, a été également tournée vers une mort choisie.

Ce chapitre sur Kiritsuke voit également la disparition de son Maître Zen, Sengoku Rōshi, mort en Seiza, puis la rencontre et les discussions avec

Karlfrief Graf Dürckheim qui l'enjoint à sont tour de continuer à propager le Zen. Dürckheim : « L'expérience de la mort, c'est l'expérience du non-destructible. »

« Ce chapitre sur Kiritsuke nous a menés un peu loin, mais nous en avons compris maintenant le véritable sens. Mishima, Oishi Kuranosuke nous ont donné leur versions personnelles. Sengoku Rōshi nous a montré l'exemple. Karlfrief Graf Dürckheim nous apporte une conclusion magistrale.

Car en fin de compte, Kiritsuke signifie : 'Faire la paix avec la mort', avoir le courage de couper toutes les sortes d'attachements qui nous relie excessivement à la vie. »



Chiburui

血
振

Chiburui est la forme sémantique ancienne de l'actuel Chiburi le sens restant le même à savoir littéralement secouer le sang.

« Vous éviterez quatre défauts majeurs :

- Ramener votre coude vers l'avant
- Laisser tomber la pointe du sabre derrière votre dos
- Monter insuffisamment le sabre au dessus de votre tête
- À l'arrivée, laisser partir la pointe à l'extérieur.

Vigilance, vigilance, vigilance !... »

« Si l'on veut avancer sur la Voie, il faut sans cesse nous débarrasser de tout ce qui nous encombre, de tout ce qui est inutile, de tout ce qui risque de retarder notre progression. Tel est l'enseignement de Chiburui. »

« Sengoku Rōshi mon Maître, m'en avait ainsi parlé autrefois lors de nos premières rencontres : 'Savez-vous quelle est l'expression japonaise qui correspond chez nous à ce que vous appelez

le 'faire son salut' ? C'est Gedatsu qui veut dire littéralement 'se dépouiller' comme on se dépouille d'un vêtement, comme l'arbre se dépouille de ses feuilles de ses feuilles. Si vous ne savez pas vous dépouiller, jour après jour, vous ne pouvez pas faire votre salut. Voilà le sens véritable de Chiburui, secouer le sang, faire son salut. N'oubliez pas ! ».

Nototsuke

納
刀
付

Nototsuke, rengainer.

Lors du fameux duel entre Miyamoto Musashi et Sasaki Kojiro Ganryu sur l'île de Funashima, « Musashi arrive volontairement en retard. Il prend pied sur la plage où l'attendait Ganryu. Celui-ci aussitôt dégaine son sabre, jette le fourreau à terre et s'avance menaçant.

- Vous avez perdu lui dit Musashi !

- Comment ?...

- Vous avez jeté votre fourreau. Vous êtes vaincu. Plus question pour vous de rengainer votre sabre : vous avez sacrifié votre avenir. Le combat est terminé !

Et Sasaki Kojiro Ganryu fut effectivement vaincu. »

« Nototsuke, l'art de rengainer le sabre, c'est en effet l'avenir et c'est la vie. Rengainer signifie : être vivant. Faites-y bien attention ! »

« Le No de Noto s'écrit en juxtaposant deux caractères : celui de droite n'est autre que Uchi, l'intérieur, un homme qui rentre qui rentre à l'intérieur de ses frontières et celui de gauche représente à l'origine un fil torsadé : il entre dans la composition de tous les caractères qui expriment l'idée d'un lien, d'une attache. »

Le dictionnaire donne plusieurs sens à No et « tous ces sens impliquent une idée de retour, d'achèvement, de dénouement. »

« Et tout au long de ce mouvement, comme dans le Kata en entier, Seme, l'esprit offensif doit continuer à se manifester sans relâche. Même lorsque, le sabre au fourreau, vous reprendrez vos affaires ordinaires, il vous faudra garder cet état d'esprit calme et vigilant. »

« Revenir de l'extérieur vers l'intérieur, c'est le sens de Nototsuke et c'est le sens de la vie. »

納

Zanshin

残
心

Zanshin, vigilance.

« Il semble, à première vue, que Nototsuke constitue le point final, la conclusion naturelle, la phase ultime du Kata de lai... ..Eh bien non ! Vous devez toujours être prêt, en toutes circonstances, à faire quelque chose de plus. Vous devez pratiquer Zanshin, non seulement pendant toute la durée du Kata mais aussi bien avant qu'après, pendant toute votre vie, à tout instant ! »

« Zanshin se traduit habituellement en français par vigilance. Ce n'est pas exactement cela... ..il y a davantage encore dans le sens profond de ce mot. »

« Zanshin signifie : maintenir l'esprit, rester attentif à ce qui peut encore être fait. Rien n'est jamais acquis, rien n'est jamais fini. »

« Karl von Clausewitz (1780-1831) distinguait dans l'art de la stratégie trois facteurs importants

: le caractère, l'expérience et la perspicacité. Dans la tradition des Arts Martiaux, nous apprenons aussi qu'il y a trois points d'application de l'énergie : Shin, 心 l'esprit, Ghi, 技 la technique et Tai, 体, le corps... ... Transposé dans les termes de Clausewitz, Shin c'est la perspicacité ou mieux encore l'intuition; Ghi c'est l'expérience, l'habileté dans le maniement des armes; Tai c'est le caractère spécifique, l'infrastructure de chaque homme, sa logistique. »

Âge	20 ans	40 ans	60 ans	80 ans
心 Shin Esprit	*	**	****	*****
技 Ghi Technique	*	***	****	****
体 Tai Corps	****	***	**	*
Total	6	8	10	12

« ...quelle que soit la garde et la posture et le moment du Kata dans lequel on l'exécute , ce qui est important dans Zanshin, c'est d'arrêter le temps et de prendre la distance. Cela nous amène donc à deux notions essentielles de la vie qui s'expriment au Japon par deux mots : Ma 間 et son corollaire Ma-Ai 間合い... »

« Ma : l'intervalle entre deux choses, une unité de mesure, une pièce dans une maison, un type d'intervalle en musique... ...le temps au sens où il est opportun ou inopportun... ...à côté de Ma vous écrivez le caractère Ai, l'unité. Intervalle + unité, c'est la distance entre vous et votre adversaire. Vous comprenez tout de suite déjà que Ma-ai, la distance, c'est ce qui vous unit à l'autre et non ce qui vous sépare... ...et c'est en même temps le nombre de minutes ou de secondes qu'il vous faudra pour aller à lui. Par votre sabre et par votre esprit, l'espace et le temps se trouvent unifiés. »

« Voilà ce qu'il faut se rappeler, pour pratiquer correctement Zanshin. Attention veut dire attention : attention à vous, aux autres, à l'espace qui nous unit, à la Vie Cosmique dans laquelle nous baignons. Cette attention, c'est 'la présence au monde' dont parle Léopold Sédar Senghor...

...Le sens de Zanshin, c'est le sens de notre responsabilité.

Kū

Kū, le vide.

« Le laido, l'exercice du Sabre qui a servi de prétexte à ce livre, a été notre instrument privilégié 'des œuvres et de la vertu' qui mène à l'expérience fructueuse du Vide véritable.

Tranché par la lame pure du Sabre de notre esprit, jour après jour se déchire le voile de nos appétits égoïstes, de nos besoins de notoriété, de nos soucis de performances. Miné par l'inlassable répétition des Formes Fondamentales du Kata de la Vie, jour après jour se détruit le mur de l'orgueil de l'esprit et de la complaisance en nous-mêmes. Et voici que, traver-

sés les obstacles, se découvre à nos yeux éblouis ce monde nouveau, le Monde du Vide qui est l'Absolu de notre Disponibilité.

'Dans le Vide, dit Miyamoto Musashi, il y a le Bien et non le mal. La Sagesse existe, les Principes existent, la Voie existe, mais l'Esprit, c'est le vide.'

Alors, à la lumière de cette expérience, comment le Sabre qui nous y a conduits pourrait-il avoir quelque rapport avec autre chose que le Paix, La Vérité, la Voie, la Vie ? C'est ce Sabre de l'Esprit qui nous mène à un nouvel enracinement dans le Vide d'où procèdent toutes choses. La fine pointe du Sabre, la fine pointe de l'Âme ? Elles tranchent dans le Vide qui est devant vous, le Vide qui est vous, elles vous introduisent au 'cœur éclatant du Mystère' qui est le Mystère de la Vie, elles vous font surgir hors du monde de l'avoir pour vous faire enfin pénétrer dans le monde de l'être où se trouve la plus parfaite Liberté ! »

*

* *

« Rappelez-vous ! C'est l'instruction la plus importante de toutes celles que j'ai pu vous donner dans ces pages :

**vous devez constamment surveiller votre pointe, la fine pointe de l'âme !
Exercez-vous bien !**

Le Sabre et la Vie
Claude Durix
Guy Trédaniel, Éditeur, 1985

Les tirages du livre sont épuisés, il est devenu introuvable.
Le choix a été pris, malgré le Copyright d'en reprendre de larges extraits.
Cet aperçu sera évidemment retiré en cas de litige.