



## Le Wazamae n'est pas

## Embu 演舞 mais Embu 演武

(Brussels Yaegaki-Kai, 13 février 2012

[www.yaegaki-kai.be/the-wazamae-is-not-embu-演舞-but-embu-演武/](http://www.yaegaki-kai.be/the-wazamae-is-not-embu-演舞-but-embu-演武/))



Avec ce genre de titre, j'espère que vous êtes tous curieux maintenant... la langue japonaise est parfois étrange, surtout quand il s'agit de mots ayant la même prononciation mais des significations différentes. Wazamae, qui pourrait se traduire par technique (capacité/compétence), dans un contexte d'art martial n'est pas Embu 演舞 avec 演 pour (em) de démonstration/performance et 舞 pour (Bu) de Buyo (danse), mais Embu 演武 avec 武 (Bu) de Budo (Voie Martiale). Simplement dit « la technique n'est pas de la danse, mais un budo ». Ce titre provient du livre « Iaido shinsain no me » et plus précisément du chapitre de Kawaguchi Toshihiko Sensei 8e dan Hanshi Iaido. Le livre se focalise sur les attentes des jurés concernant les passages de hauts grades et Kawaguchi Sensei va droit au but. Voici quelques extraits de ce chapitre...

### Iaido shinsain no me : Kawaguchi Toshihiko Sensei

- **Est-ce que le Kokoro (Esprit) du candidat est aussi fort que celui du Shinsain (jury) ?**

Au cours des examens, je me mets dans une situation de combat contre les candidats. C'était déjà le cas lorsque je jugeais des compétitions et c'est peut-être une habitude que j'ai gardée de ma vie de compétiteur. Je me bats spirituellement contre les candidats.

Cet état vous permet de voir l'esprit (Kokoro) du Embu des candidats. En fait, dans cet état, vous pouvez même voir les candidats en attente derrière. Je pense que cette façon de juger n'est pas seulement la mienne, mais que tous les jurés font la même chose.

C'est pourquoi la question la plus importante est : êtes-vous prêt à gagner contre le jury, avez-vous suffisamment confiance en vous et donc d'entraînement, pour le faire ? Je suis convaincu que c'est par l'accumulation de Keiko (*entraînement*) dans cet esprit que l'on sera en mesure de montrer Fûkaku (*profondeur de caractère due à l'entraînement*) et Hin-I (*dignité*). C'est aussi pourquoi il est important de préparer son Kokorogamae (*voir ci-dessous*) pour l'affrontement...

- **Qu'en est-il de Kokorogamae (esprit en état d'alerte) ?**

Essayez de ne pas confondre vos raisons/buts (Mokuteki) avec les objectifs (Mokuhyô). La raison/but de votre pratique est « L'évolution de votre comportement humain à travers la pratique (Shuren) et le respect des principes du sabre ».

L'objectif final ne doit pas être remplacé par des objectifs comme passer un examen ou gagner une compétition. Tous ces objectifs ne sont que des étapes que vous devez franchir (des jalons) pour atteindre le plus grand but/raison.



Si vous fixez des étapes comme un but alors vous ne comprenez pas. Dans la même idée, pour un examen, c'est la façon dont on va aborder le Hansei (*regard sur soi, introspection*) qui est important et non le résultat final.

Changez l'esprit de votre Keiko, votre Kokorogamae. C'est en comprenant cela que l'on peut exprimer le Kokorogamae en Iaido. Le Kokorogamae est différent pour chacun de nous.

En fait cela dépend de ce qui vous a amené au Iaido, ce qui vous a donné le désir de maîtriser le Iaido. Il est bon de revenir aux origines et de vous rappeler pourquoi et avec quel but vous avez commencé le Iaido. Par exemple pour moi, j'ai commencé le Iaido pour améliorer mon Kendo et j'essaie toujours de garder à l'esprit une situation de combat en Kendo tout en pratiquant.

Vous devriez être disposé et ouvert aux remarques et aux critiques. Pour être en mesure de le faire vous devez devenir bête et par bête je veux dire que vous devez plonger sincèrement dans les enseignements reçus. La sincérité vous permettra de recevoir totalement et motivera le Sensei à vous enseigner davantage. Cette sincérité vous permettra également de garder Heijōshin (*maintien d'un état d'esprit constant en toutes circonstances*), de calmer l'esprit et elle facilite la création de Kassō Teki (*l'ennemi invisible*).

Plus important encore, l'humilité liée à l'envie d'apprendre en permanence est cruciale. Apprendre de votre Shi (Shyushō/Shishō = enseignant principal), apprendre des autres, apprendre de vous-même et de la situation. Ces quatre sources d'apprentissage devraient rester claires dans votre tête pendant l'entraînement.

Pour les examens, Saho (cérémonial) et l'habillement sont des points cruciaux (Juyo). Il est nécessaire qu'ils soient parfaits et sont inséparables de Kokorogamae. S'il y a un Kokorogamae correct, il y aura, du Saho au Reiho (*étiquette*), un sentiment de perfection en elle-même. Saho et Reiho ne sont pas une succession de mouvements prédéfinis, ils montrent aussi combien vous impliquez votre esprit/coeur.

Le Torei (*salut au sabre*) change totalement si votre cœur/esprit dit « onegaishimasu, arigatōgozaimashita » ou non. Votre profondeur de pratique se traduit également par la façon dont vous vous déplacez dans le Dojo et c'est quelque chose d'essentiel pour les candidats au 8e dan. Les juges veulent voir une attitude et des mouvements qui sont couronnés de Hinkaku (dignité).

- **Vos yeux regardent-ils le Kassō Teki ?**

Il est évident que la technique devrait refléter le grade du pratiquant. Il est hors de question de penser avoir atteint un certain niveau une fois qu'un dan a été attribué. Si un 6e dan était proche d'un 7e dan, il serait impossible de considérer l'examen de 7e dan comme un point de passage. Il devrait y avoir une différence d'exécution dans des mouvements comme Nukitsuke, Kiritsuke, Chiburi et Noto entre un débutant, un grade moyen et un grade supérieur.

Les mouvements de base, les fondations devraient être acquises par un 3e dan. Il est impossible de construire quelque chose si les fondations ne sont pas solides/fortes. De Nukitsuke à Noto tout part de la gauche. Si on veut réaliser un Nukitsuke «explosif» on doit effectuer un Sayabiki (*retrait du fourreau par la main gauche*) fort. Lorsque la main gauche saisit le Koiguchi (*l'ouverture du fourreau*), le petit doigt doit pousser fortement en suivant le Obi, poussant le Koiguchi vers l'arrière et non sur le côté.



Le Kirioroshi (*coupe finale*) ne doit pas rayer le plafond mais plutôt le balayer afin d'utiliser le Monouchi (*tiers terminal de la lame*) correctement. Le Hasuji (*trajectoire de la lame, angle de coupe*) doit être correct et le Kirioroshi devrait utiliser le Tenouchi (*saisie du sa-bre*) de la main gauche.

Le Chiburi devrait bien sûr avoir un angle correct, mais en outre, il doit être effectué dans l'esprit « Si vous bouger, je vous transperce » en direction de votre adversaire, vous devez mouvoir votre Ki (*énergie*) et votre Kissaki (*la pointe du sabre*) avec cette intention.

Le Noto doit être effectué au Tsubamoto (*région du proche du Habaki*) en montrant Seme (*menace pressante*), protection et calme.

Il est important de pratiquer un Keiko sans Suki/ouverture.

Pour les niveaux intermédiaires, 4e et 5e dan, il est nécessaire d'avoir un esprit serein et des améliorations sur Metsuke (*placement du regard*), Kihaki (*énergie/détermination*) et le Ki-Ken-Tai no Itchi (*énergie, sabre et corps ne font qu'un*).

« L'œil parle plus que la bouche » ce dicton est tellement vrai. C'est tellement dommage de voir une technique merveilleuse ruinée par le clignement d'un oeil perdant contact avec l'adversaire ou un Metsuke suivant le Kissaki ou pire en regardant là où l'ennemi n'est pas.

Vous devez être en mesure de créer un véritable adversaire et vos yeux doivent constamment le suivre. C'est la seule façon d'avoir un Iaido vivant. Les yeux reflètent l'état du Kokoro (feu/esprit). C'est seulement quand vos yeux suivront l'adversaire que nous sentirons/ comprendrons la puissance de votre Waza.

Si vous vous présentez sans confiance en vous, nerveux, anxieux, nous allons le voir dans vos yeux.

- **Les cinq exigences pour les grades supérieurs (Jokyusha)**

Riai (*scénario*), Fukaku (*confiance en soi*), Hinkaku (*dignité*) sont ce qui est demandé aux grades supérieurs. L'accumulation de l'expérience et de la connaissances. C'est ce que nous, juges, cherchons tout en évaluant la profondeur et la compréhension de votre pratique.

Ce n'est pas seulement acquis par le Keiko mais également par les expériences de la vie quotidienne. Le Wazamae doit évidemment tenir compte suffisamment de la compréhension du Riai et l'on devrait se dédier/consacrer à l'enseignement correct et la transmission de la culture traditionnelle du Iaido.

Basé sur mon expérience, je vous livre mes réflexions sur Kokorogamae et Embu pour les candidats aux examens.

1. **L'état d'esprit est-il Mushin (vacuité mentale) ?**

Mushin est très important pour Kokorogamae et c'est quelque chose qui devrait être présent en entrant dans la salle d'examen. L'esprit doit être purifié de tous les intérêts personnels. C'est très probablement Mushin qui conduit à un bon Enzan no Metsuke (*le regard sur la montagne au loin*).

2. **Wazamae est-il Embu (do) (performance technique martiale) et non Embu (yo) (danse)?**



Le Waza devrait être une démonstration d'art martial et pas de la danse. Le Ma (*distance physique*), Maai (*espace physique et temporel*), Kensabaki (*mouvement du sabre*), Taisabaki (*déplacement du corps*), Ashisabaki (*déplacement des pieds*), Tenouchi (*tenue du sabre*), le sabre devenant un avec le corps, tous ces éléments doivent se correspondre.

Le Kirioroshi n'est pas séparé du Furi Kaburi (armé du sabre), nous faisons Furi Kaburi dans le but de couper, c'est pourquoi nous ne devrions pas nous arrêter (Tome) après le Furi Kaburi, mais nous le faisons avec Tame (accumulation). Tome et Tame ne doivent pas être confondus.

**3. Est-ce que Kan-kyû/Kyô-Jaku et Jo-Ha-Kyu sont visibles ?** (*lent-rapide/fort-doux et- lent-plus rapide-très rapide avec un arrêt brutal*)

Dans le Waza il devrait y avoir Shikan (relâchement)/Kinchô (tension)/Kyô (force) / Jaku (douceur) mais aussi le rythme. Dans un Waza il y a des pics et des vallées, les sommets n'existent que parce qu'il y a des vallées. Le début d'un Kata doit être fait dans l'esprit de Saya no uchi no Shôbu (*la victoire est dans le fourreau*), suivi de phases violentes comme Nukitsuke et Kirioroshi entrecoupées de Seme, de phases de Zanshin et le calme pendant Chiburi et Noto.

#### **4. Les épaules sont-elles détendues ?**

L'arrêt de la respiration et la tension dans les épaules devraient être évités. J'aimerais que les hauts gradés étudient/travaillent sur leur respiration en utilisant le Hara avec des contractions des muscles abdominaux. Inspirer pour accumuler dans le Hara et expirer lentement va soulager la tension dans les épaules. Bien sûr effectuer un long Kata en expirant seulement est difficile.

C'est par la pratique que vous serez en mesure de trouver votre façon de relier efficacement les moments d'inspiration et d'expiration. Je me souviens d'avoir regardé mon Sensei pendant l'hiver froid pour voir par la vapeur sortant de sa bouche quand et comment il respirait.

#### **5. Ne pas commettre d'erreurs impardonnables**

Rien ne peut vous sauver d'un Shiteiwaza (*kata imposés en examen*) ou d'un dépassement du temps. Il est également très difficile d'être pardonné pour un Noto manqué ou d'une erreur dans le Kata lui-même. Parfois le problème est aussi l'attitude suite à une erreur. Une pensée indulgente comme « L'erreur est humaine » n'est absolument pas acceptable.

Une erreur comme le dépassement du temps peut être évitée en s'entraînant correctement. Ne prenez pas trop de temps pour Hajime no Torei (*le salut du début*) et Owari no Torei (*le salut de la fin*), vous devez commencer votre Waza après 1 minute maximum.

Je me souviens de l'époque où il y avait 5 Kata en 5 minutes, ce n'était pas impossible. Préparez-vous pour un Reiho net et rapide, ajustez votre Keiko afin d'avoir assez de temps pour Zanshin.

Pour finir je vous donne quelques exemples et méthodologies de Keiko que j'utilise pour améliorer le Wazamae :



- ♦ **Kihonshûren** : entraînement des fondamentaux incluant Nukitsuke, Kiritsuke, Chiburi, Noto, assis et debout.
- ♦ **Suburi** : Oshigiri (*coupe en avançant*), Hikigiri (*coupe en reculant*), Seizasuburi (coupe avec le Hara).
- ♦ **Kirikaeshi** (*coupe répétitive*) : Mae kirioroshi en alternant les pieds avec ou sans Yokochiburi (« *petit* » Chiburi, Chiburi latéral et horizontal).
- ♦ **Kendo Kihon Waza Keikohô** (*méthode d'étude des techniques de bases du Kendo*) : compréhension de Ma et Maai, Okuriashi (*déplacement du pied avant suivi par le pied arrière*) et Taisabaki (*déplacements du corps*).
- ♦ **Hayanuki** (*coupes rapides et sans arrêt*) : Améliorer la posture du corps en pratiquant le ZKR Iai avec 4 niveaux de vitesse : normal, un peu plus rapide, très vite, et finalement - **Ittônyûkon**- mettre tout votre esprit dans la coupe.
- ♦ **Aikakarigeiko** (*une forme d'entraînement à deux au Kendo où un des partenaires doit suivre le rythme de l'autre*) : face à face avec un partenaire, effectuer le Waza sans être en retard et sans être submergé par le Ki de l'opposant. Garder le contact avec les yeux et combattre sérieusement avec le véritable esprit d'un Shobu Shinken (*combat pour la vie*).

Les enseignements que je viens de mentionner viennent de mes Sempai et Sensei auxquels je demande humblement de me pardonner.  
Je souhaite la réussite à tous les candidats de grades avancés. J'espère qu'ils vont devenir de bons enseignants et prendront soin au développement du Iaido.

Il n'y a pas de retraite pour les défis.

Kawaguchi Toshihiko

**Y. & M.** Nous ne sommes pas des traducteurs professionnels et l'extrait de chapitre ci-dessus peut contenir des erreurs. La traduction de ces extraits était très longue et complexe. Son seul but est de vous donner une idée générale de son contenu, de le diffuser et de le partager avec vous.

Brussels Yaegaki-Kai, 13 février 2012,

[www.yaegaki-kai.be/the-wazamae-is-not-embu-演舞-but-embu-演武/](http://www.yaegaki-kai.be/the-wazamae-is-not-embu-演舞-but-embu-演武/)

*Les italiques sont du traducteur anglais-français.* [www.busen-iaido-dojo.eu](http://www.busen-iaido-dojo.eu)

**Iaido shinsain no me**  
**Kendo Jidai éditeur**

