

Championnats d'Europe de laido : Entretiens avec des **Sensei** et des **Compétiteurs**

Menés par Gabriele Gerbino le 30/10/20 pour le compte du [KIRYOKU](#) de Turin.
Gabriele, 3e dan, pratique au Fudoshin Dojo de Catane en Sicile



Les mois d'octobre et de novembre sont des mois chauds pour le laido européen depuis des années : en effet, c'est à cheval sur ces mois que se déroulent les Championnats d'Europe de laido (EIC), où en plus du Taikai, individuel et par équipes, ont lieu également le séminaire avec la délégation du ZNKR, le séminaire des arbitres avec cette délégation et les examens du 1er au 7e Dan. Que vous participiez en tant que compétiteur, arbitre ou candidat, les EIC représentent un événement important dans les agendas des laidokas européens et pour lesquels on se prépare souvent plusieurs mois à l'avance.

Personnellement, depuis que j'ai commencé à pratiquer le laido, les EIC ont toujours joué un rôle important : dans les premiers temps, ils ont été un moyen de trouver enfin du matériel frais sur YouTube; puis l'objectif d'être sélectionné pour faire partie de l'équipe italienne est devenu un autre incitation à m'entraîner plus et mieux; enfin, ayant eu la chance d'être sélectionné deux fois, l'envie de ne pas décevoir les Sensei et d'exprimer au mieux mon laido m'a poussé une nouvelle fois à beaucoup m'engager dans le Dojo durant les mois précédents.

Contrairement à ce qui devrait normalement se passer, alors que beaucoup d'entre nous seraient unis par des sentiments d'attente pour l'événement à venir, aujourd'hui malheureusement nous sommes unis par le regret de ne pas pouvoir pratiquer ensemble *[En période de confinement Covid]*.

C'est pour cette raison que nous avons décidé de réaliser des mini-entretiens avec ceux qui ont vécu les EIC et les vivent, en tant que protagonistes ! Répartis en 3 groupes, arbitres, champions historiques et champions modernes, ils ont répondu

à quelques questions en nous laissant retracer l'histoire de l'EIC à travers leurs expériences.

Participer à un tel événement suscite un tourbillon d'émotions, mais celle que j'ai ressentie le plus et constamment, surtout au retour des EIC, c'est la gratitude. J'éprouve aujourd'hui la même gratitude envers les Sensei européens et les camarades qui ont trouvé le temps de répondre à quelques questions dans le but de nous faire sentir, au moins en partie, un peu moins tristes face à l'annulation des EIC 2020 et en même temps nous rappelant à quel point il est beau et important de pratiquer ensemble, en espérant pouvoir le refaire au plus vite.

LES ARBITRES

- Danielle Borra Sensei (Iaido 7e Dan Kyoshi, Kendo 5e Dan)
- Patrik Demuyck Sensei (Iaido 7e Dan Kyoshi, Jodo 6e Dan Renshi)
- René van Amersfoort Sensei (Iaido 7e Dan Kyoshi, Jodo 8e Dan Kyoshi, Kendo 5e Dan)
- Takao Momiyama Sensei (Iaido 7e Dan Kyoshi, Jodo 7e Dan Kyoshi, Kendo 5e Dan)

Quel a été le premier EIC auquel vous avez participé ? Pouvez-vous nous parler des sensations et des impressions que vous avez éprouvées alors ?

D. Borra : Le premier EIC auquel j'ai participé en tant que chef de délégation remonte à 2001 en Belgique. En tant qu'arbitre, je pense que c'était plutôt celui de Bologne en 2005. Ce dernier a été un événement très prenant pour moi, qui était à l'époque secrétaire général de la CIK : nous l'organisons et c'était la première fois pour le Jodo et le Iaido en Italie, de plus notre structure organisationnelle était très différente de l'actuelle; il y avait une importante délégation de Sensei japonais dont Ishido Sensei; Notre expérience en tant que concurrents était également assez limitée. Donc, compte tenu de tout, je me sentais vraiment sous pression à bien des égards. Je me souviens qu'à la fin de la semaine, j'étais très fatiguée.



P. Demuyck : En 1993, j'ai participé au premier EIC à Sittard (NL). Les années précédentes, il y avait eu une sorte « d'échauffement » lors de l'Open des Pays-Bas, mais maintenant nous pouvions enfin vivre le véritable événement !

Une énorme délégation japonaise a été invitée et probablement l'événement le plus mémorable a été la rencontre avec O'Sensei (Ishido Sensei père) qui était le chef de la délégation.

Assister à ce genre de grand événement international était nouveau pour nous tous et donc les conseils et l'encadrement des Sensei japonais ont été grandement appréciés pour aider la communauté européenne du laido à avancer et à s'améliorer dans ce type d'événements/organisations.

Lors du Taikai proprement dit, le jury était composé de Sensei japonais assistés de quelques enseignants européens de haut rang (Vitalis, Hopson, Cook,...).

Mais les finales ont toutes été jugées par des Sensei japonais.

Participer (en tant que 4e dan) au premier Taikai européen signifiait beaucoup pour moi et pour les autres. Vivre le frisson d'un combat (presque) réel, hors de la zone de confort du Dojo, combattre un vrai adversaire tout en étant assis à ses côtés... Cela a donné une autre dimension au laido, le rendant plus réel, lui donnant vie.

Je pense toujours que c'est un must pour tous les iaidokas d'assister à ce genre d'événements, d'être jugés, de regarder les autres compétiteurs pour vraiment comprendre le laido et élever le niveau de pratique.

R. Van Amersfoort : Mon premier EIC a été le tout premier EIC, en 1993 à Sittard, aux Pays-Bas.



Je me suis classé deuxième dans la catégorie Yondan. La finale était contre Patrik Demuynck, le vainqueur.

Étant donné que l'EIC était à Sittard et que j'étais membre – avec Louis Vitalis Sensei et Richard Boel – du comité technique d'Iaido et de Jodo au sein du Nederlands Kendo Renmei (NKR), c'était un EIC assez difficile. En plus de la compétition, nous (Richard et moi) avons dû faire (avec Jolanda Dekker) beaucoup de travail en coulisses.

Personnellement, j'avais déjà de l'expérience dans les compétitions en général en raison de mon expérience en Karaté-do.

La raison pour laquelle j'ai commencé à pratiquer le Kendo, le laido et le Jodo était le contact (in)direct avec le Japon par l'intermédiaire de Louis Vitalis Sensei et ce fut le début d'un chemin de recherche approfondie. La force motrice au Japon derrière ce premier EIC était sans aucun doute Ishido Shizufumi Sensei. Impressions de l'EIC en général : de belles rencontres entre les « pionniers de seconde génération » du laido actuel en Europe. C'était un apprentissage constant, apprendre et apprendre. Les informations sur le Budo arrivées par l'intermédiaire de la ZNKR et divers Sensei japonais n'ont jamais cessé, et c'est ainsi que nous avons pu nous développer en Europe.

T. Momiyama : Ma première expérience a eu lieu en Hollande, à Sittard, en 1993.

J'étais 4e dan. J'ai commencé à suivre le groupe de Ishido Sensei depuis que j'ai rencontré d'autres iaidokas européens en Angleterre en 1985. Mon laido s'est développé avec l'aide de tous les Sensei du Japon et de tous les Senpai d'Europe. J'étais juste heureux de partager et d'apprendre davantage par les EIC.

Depuis combien d'années arbitrez-vous aux EIC ?

D. Borra : Depuis 2005 j'ai toujours arbitré les championnats d'Europe.

P. Demuynck : J'ai commencé à arbitrer à partir de l'an 2000.

R. Van Amersfoort : Si je me souviens bien, j'ai commencé à arbitrer les EIC lorsque j'ai arrêté la compétition. Dans les années 1990 et au début des années 2000, j'ai également été entraîneur des équipes d'laido et de Jodo des Pays-Bas. Je suis devenu 6e dan Jodo en 1998 au Japon - avec Louis Vitalis Sensei - et en 1999 à Brighton (UK) 6e dan d'laido.

Lors du 6e EIC à Brighton (UK) en 1999, je me suis classé 3e dans la catégorie Godan. Ensuite, j'ai passé avec succès mon examen de 6e dan. La première fois que j'ai officiellement arbitré, c'était probablement lors du 7e EIC, en 2000, à Sittard, aux Pays-Bas.

Ma meilleure expérience d'arbitrage en laido a été avec Ishido Sensei et Cook Sensei. Ishido Sensei était Shushin. Les compétiteurs étaient Alan Nash et Patrik Demuynck. Ishido Sensei a voté pour Alan. Cook Sensei et moi-même avons voté pour Patrik.

Plus tard, j'ai reçu une profonde leçon d'arbitrage de Louis Vitalis Sensei. Une leçon inoubliable. On doit regarder l'image dans son ensemble, il ne s'agit pas seulement de compter et de comparer les erreurs.

Donc, pour résumer, presque vingt ans d'arbitrage à l'EIC.



T. Momiyama : Je ne me souviens pas exactement, probablement depuis 1993 ou 1994.

Dans quelle mesure considérez-vous que votre rôle est difficile ?

D. Borra : Je trouve la tâche d'un arbitre très difficile.

Lors des Championnats d'Europe, des gens très bien entraînés arrivent, qui pratiquent un laido correct et de haut niveau. Souvent, lorsqu'on arbitre une demi-finale ou une finale, les différences sont minimes et il est difficile de brandir un drapeau ou l'autre. Il faut vraiment observer le match avec la plus

grande attention et avec un esprit ouvert, sans préjugés d'aucune sorte. En tant qu'arbitre, il est nécessaire de se préparer, d'étudier et de se former à l'arbitrage, mais aussi de beaucoup s'entraîner, car nous avons une grande responsabilité et nous devons nous mettre à jour en permanence. Malheureusement, le rôle d'arbitre n'est pas toujours interprété de cette manière.

Il serait important de pouvoir faire des stages d'arbitrage avec des Sensei japonais en plus des deux heures pendant les Championnats d'Europe. Par exemple, je me souviens il y a des années avoir fait un stage avec Ishido Sensei en Europe, lors d'une simulation de compétition il nous a demandé d'évaluer les erreurs des deux compétiteurs, j'avais vu 9 erreurs, lui 42...

Se comparer ainsi avec des personnes qui ont une profondeur de pratique et de connaissance du laido inatteignable pour nous ne peut que nous aider à grandir.



P. Demuynck : Être arbitre est très difficile. Il faut être capable de juger immédiatement les participants et

le plus important est de savoir pourquoi on donne la victoire ou la défaite. Des gens de toute l'Europe viennent participer à l'EIC et il n'y a pas d'autre choix à faire que d'être juste et bien fondé. Cela signifie qu'en tant qu'arbitre, vous devez continuer à vous former, à étudier et à vous mettre à jour.

C'est pourquoi je pense qu'un séminaire annuel d'arbitres est nécessaire pour sélectionner des arbitres compétents (comme au Kendo) !

Car le niveau des participants augmente d'année en année !

R. Van Amersfoort : L'arbitrage est difficile, très difficile.

Il faut être très concentré. Et être en forme, pour pouvoir maintenir une attitude corporelle correcte pendant toute la durée de l'EIC. Il faut connaître les règles et les règlements. On doit avoir une voix forte et une bonne prononciation pour donner aux autres arbitres des ordres clairs et transparents afin de pouvoir activer les pratiquants même avec votre esprit.

On doit être impartial. Ne pas céder à ses préférences. On doit avoir l'œil attentif pour maintenir sa précision. On doit travailler en équipe avec ses collègues arbitres. On doit également former d'autres arbitres (plus jeunes) sur place. Ce n'est pas toujours facile, mais si on prend l'arbitrage au sérieux, on doit agir chaque fois que c'est nécessaire pour améliorer l'arbitrage en général. Être irréprochable tout au long de l'EIC. Si on se relâche trop, on manquera l'occasion de mettre en œuvre certaines choses sur place. On est un exemple. Si on ne fait pas de son mieux, on sera remarqué par le public. Impartial. Correct.

Exemplaire. Etc... C'est pourquoi c'est difficile. On ne peut jamais se détendre. Pour moi, lors de l'arbitrage d'un EIC, le dicton japonais JI RI ITCHI prend tout son sens : la théorie et la pratique ne font qu'un !

T. Momiyama : Jusqu'en 2005-2007, ma période de préparation, j'avais du mal à prendre une décision assez rapidement lorsque je siégeais en tant qu'arbitre. Pour être capable d'être attentif à l'action de deux concurrents en même temps, il faut de nombreuses années d'expérience lors d'événements comme l'EIC.

Au cours de ces années d'arbitrage, avez-vous perçu une évolution dans le laido européen ?

D. Borra : Le laido européen s'est beaucoup développé ces dernières années. Je suis les Championnats d'Europe depuis 2001 et le niveau a beaucoup changé. Nous avons tous beaucoup progressé dans tous les pays et avons eu la chance de pouvoir faire chaque année de nombreux stages avec des Sensei japonais. Aujourd'hui, nous voyons des 4e et 5e dan qui sont impressionnants dans leur capacité à exprimer un laido correct et précis avec un Kihaku fort et un contrôle global que l'on ne voyait pas il y a quelques années.

P. Demuynck : Oui, le laido a beaucoup évolué. Le niveau de laido a énormément augmenté au cours des 25 dernières années. Et cela vaut pour toutes les parties impliquées : fédérations organisatrices, participants et arbitres.

R. Van Amersfoort : Une grande évolution.

De plus en plus de pays ont rejoint l'EKF et les EIC. Au début, il s'agissait principalement d'une bataille entre les pays où le laido avait plus ou moins vu le jour. Au fil des ans, d'autres pays européens se sont renforcés et la situation des EIC a changé très rapidement après 2005, je crois. Cette évolution se poursuit encore aujourd'hui. Merci à tous ceux qui font partie de l'EKF et qui veillent à ce que ce développement soit continu, en s'entraînant correctement comme nous l'avons appris de nos prédécesseurs.

T. Momiyama : Oui beaucoup. La connaissance du ZNKR laido et des différents Ryuha de Koryu augmente et la variation des méthodes d'enseignement de nombreux enseignants a permis que la qualité technique soit devenue très élevée au cours des 6-7 dernières années.

Quelle importance accordez-vous aux EIC pour le laido européen ? Pourquoi ?

D. Borra : Je pense qu'il est important de se rencontrer chaque année et de discuter avec les Sensei, avec les autres arbitres et avec les athlètes.

Souvent en laido on voit des personnes qui s'isolent dans leur propre salle en continuant à pratiquer toujours avec le même groupe et sans avoir d'échanges avec le monde extérieur. Le laido est une pratique individuelle et donc il est facile de s'isoler mais à moyen terme cela entraîne une involution de son laido, nous avons eu l'occasion de le constater à de nombreuses reprises. D'un autre côté, participer aux Championnats d'Europe, c'est ouvrir une fenêtre sur un

monde différent de celui auquel nous sommes habitués dans notre salle de sport. Se confronter et voir les autres pratiquer le laido nous permet d'activer une ouverture d'esprit difficile à atteindre autrement. Je crois que l'EIC a été un outil de croissance pour nous tous et nous espérons pouvoir le reprendre bientôt

P. Demuynck : Le niveau augmente en Europe, c'est certain ! Et l'organisation d'EIC est certainement importante pour que la communauté européenne du laido continue à grandir.

Il y a la tension des compétitions et il y a le rassemblement des participants. Et il y a aussi la mise à jour continue des techniques de laido apportées par la délégation japonaise.

EIC : un grand rendez-vous européen avec les passionnés de laido...

J'espère vraiment que nous pourrons reprendre ce chemin l'année prochaine.

R. Van Amersfoort : Facile : très important ! Le Budo moderne a besoin de compétition.

En fait, dans les temps anciens, à l'intérieur ou à l'extérieur du Japon, les gens ont toujours trouvé un certain moyen de rivaliser. Les êtres humains doivent entrer en compétition afin de s'améliorer et de devenir meilleurs qu'hier. Sans l'EIC et, bien sûr, toutes les autres compétitions nationales, le laido ne serait pas aussi bien développé et organisé qu'il l'est aujourd'hui.

T. Momiyama : C'est très important. L'échange mutuel de connaissances pour l'étude du laido dans les EIC ne peut se faire par le biais d'internet ou par tout autre moyen.

Champions historiques

- Andy Watson Sensei (laido 7e Dan Kyoshi, Jodo 7e Dan Kyoshi)
- Claudio Zanoni Sensei (laido 7e Dan Renshi)
- Peter Röder S. (laido 7e Dan Renshi)

Quel a été le premier EIC auquel vous avez participé ? Pouvez-vous nous parler des sensations et des impressions que vous avez eues alors ?

A. Watson : Mon premier EIC a eu lieu à Brighton en 1999. À l'époque, il s'agissait d'un événement ouvert à tous, de sorte que tout le monde pouvait participer au Shiai.

Chaque pays devait ensuite nommer deux compétiteurs pour chaque grade et leur score total était ensuite utilisé pour décider du résultat de l'épreuve par équipe. Ce fut une expérience intéressante, car j'avais d'abord été désigné comme concurrent, mais la direction de l'équipe a décidé à la dernière minute qu'étant donné que j'étais très occupée à faire de la traduction pendant le séminaire, ce serait trop stressant pour moi. Cela m'a énervé un peu, alors j'ai abordé le Taikai toutes armes dehors et j'ai fini par remporter la catégorie Nidan. C'était en fait une bonne année pour tout le Royaume-Uni, puisque nous

avons remporté toutes les catégories, sauf Mudan.

Après l'événement, Jock Hopson Sensei est venu me voir et m'a dit : « Heureusement que tu as été désigné comme compétiteur ! » Je lui ai répondu que je ne l'étais pas et que j'avais été écarté au dernier moment. Ce qui fit hausser un sourcil à Hopson Sensei...

À l'époque j'étais jeune, très colérique et plutôt égoïste. Je n'avais aucune idée de la difficulté pour un entraîneur de

constituer une équipe et de la façon dont il pourrait devoir choisir deux personnes parmi un groupe de trois candidats idéaux ou plus. Comment prendre cette décision ? En fin de compte, on prend une décision basée sur l'instinct ou sur quelque chose qui peut sembler assez arbitraire, mais il n'y a peut-être pas d'autre moyen.

Je me souviens d'avoir été très heureux de rencontrer mon partenaire d'entraînement lors de la finale, Steve Boyes. À mes débuts, Steve était une source d'inspiration pour moi en raison de sa bonne technique, de sa coordination et de sa puissance naturelle.

J'ai également eu le sentiment extraordinaire de faire partie d'une communauté internationale que je n'avais jamais vraiment ressenti auparavant. Mes coéquipiers plus âgés m'ont fait comprendre qu'il y avait déjà des rivalités amicales lors des championnats. Je pense que la Suède en particulier avait été très forte lors des championnats précédents et que l'équipe britannique essayait de la battre. Quelque chose semblait particulièrement bien fonctionner cette année-là : nous étions l'équipe locale et nous avons probablement plus de concurrents dans chaque catégorie.

C. Zanoni : Question difficile, le premier a eu lieu à Brighton en 1999, mais il ne s'agissait pas d'un championnat "structuré". J'y ai participé pratiquement seul et après avoir perdu mes deux matches, je suis rentré chez moi.

Cette aventure m'a cependant bien stimulé et l'année suivante, en 2000, j'ai participé pour la première fois aux championnats tels que nous les connaissons aujourd'hui. Fort de la raclée anglaise, je suis arrivé plus farouche, perdant la finale des 2e Dan avec un de mes amis-adversaires historiques Simonini. Je me suis toutefois rattrapé le lendemain en remportant l'or par équipe avec Grosso et Maresi. À l'occasion de cette compétition, en demi-finale, j'étais tellement excité que je me suis trompé dans l'ordre des Kata et j'ai perdu mon match ; heureusement, Paolo et Roberto ont gagné leur match et nous ont emmenés en finale.



Je me souviens de Paolo me disant, ne t'inquiète pas, tu ne te tromperas plus en finale, en fait je ne me suis plus jamais trompé de Kata, les leçons sont toujours utiles. Une expérience mémorable qui a jalonné mon parcours dans le laido et m'a fait rencontrer de nombreuses personnes de différents pays qui avaient la même passion que moi. Participer à un stage de ce niveau au cours de ces années était un privilège incroyable. C'est aussi l'année où j'ai rencontré Ishido Sensei et l'année qui a changé ma façon d'interpréter le laido.

P. Röder : Mon premier EIC a eu lieu en 1997 en Allemagne. À cette époque, il n'y avait aucune restriction à ce que seulement 2 personnes par pays/grade puissent participer. De plus, il n'y avait aucune organisation dans la fédération allemande qui s'occupait d'une sorte d'équipe nationale.

À l'époque, je me concentrais à 99 % sur le kendo et je n'avais jamais assisté à un séminaire international auparavant ! Je pense que j'ai eu de la chance, car sinon je me serais probablement dégonflé.

Sagawa Sensei (9e Dan Hanshi) dirigeait la délégation et Morita Sensei de Kyoto n'était « que » 6e Dan Renshi (si je me souviens bien).

Quoi qu'il en soit, c'était aussi mon tout premier Taikai et je me suis trompé sur toute la ligne... Je crois que je n'ai fait qu'un seul combat mais j'ai réussi à passer mon examen de Shodan.

Quel est votre meilleur souvenir ?

A. Watson : Les EIC ont été l'occasion de tant d'expériences formidables, en particulier celles qui se sont terminées par un crescendo d'intensité.

Plus d'une fois, je suis sorti d'un Shiaiyo avec un grand sourire sur le visage après avoir perdu contre mes plus grands rivaux, Claudio Zaroni, Michael Simonini, Martin Lindgren et d'autres. Pour moi, ces occasions n'étaient pas des défaites, mais l'impression d'avoir fait un pas décisif en avant. Elles ne semblaient pas très différentes d'une victoire dans un championnat. Mettre tout ce que l'on peut dans chaque combat, résister à ses nerfs, continuer à repousser l'incertitude – et puis faire la queue pour la finale, trépigner d'impatience pour son match... le simple fait d'écrire cela me donne un léger frisson. C'est une victoire sur soi-même.

Je pense que le seul moment que je n'ai jamais pu répéter est celui de 2004 à Stockholm, en Suède. Cette année-là, j'ai remporté les médailles d'or en laido et en Jodo pour les épreuves individuelles et par équipe. J'ai également remporté le prix du Fighting Spirit décerné par Kishimoto Sensei pour la meilleure performance globale. J'ai donc gagné 5 médailles cette année-là (il se peut que j'aie gagné quelque chose de similaire pour le Jodo, mais je ne peux pas en être sûr, il se peut que ce soit 6 médailles à l'époque). Je devrais également ajouter que j'ai payé une note de bar de 450 € lors de cet événement, bien que je ne veuille pas insinuer que les deux événements soient liés...

Je dois également ajouter que la finale entre Jonathan Vandebussche et Henrike Michaelis à Mèze, en 2013, a été mémorable. Je pense qu'Henrike aurait eu de bonnes chances de remporter la finale du 4e dan, sa vivacité et son sang-froid

sont vraiment admirables. Jonathan a cependant exécuté le « Chojo » de Tamiya Ryu, une forme semblable à Batto où la personne saute en avant sur ses genoux pour faire une coupe soudaine. C'était tellement athlétique et soudain que tout le monde en avait le souffle coupé. Je pense que c'était un geste tellement audacieux par rapport à la manière habituelle de sélectionner les Kata de Koryu "sûrs" qu'il ne pouvait pas faire un mauvais mouvement par la suite. Je pense qu'il y a très peu de fois où l'on se souvient d'un championnat par la sélection et la façon dont quelqu'un exécute un Kata, Jonathan peut donc être fier de lui.

C. Zanoni : En réalité, il y a toute une série de bons souvenirs, à commencer par les soirées de Sayonara passées à discuter, dans mon très mauvais anglais, avec des athlètes et des amis de toute l'Europe.



Un souvenir très vif que je porte en moi, à Bologne, à l'occasion de mon premier succès au championnat, après avoir remporté le combat avec mon ami/adversaire historique Andy Watson, Angela Papaccio m'a approché et m'a dit « maintenant je comprends quel combat c'est, le laido, mais regarde, tu n'as pas encore fini » et en fait je n'ai pas été distrait et en finale j'ai gagné contre l'anglais Threipland. Je pense que c'était vraiment une

journée vécue intensément.

P. Röder : Il y a peut-être deux moments... Le premier a été lorsque Claudio Sensei a gagné contre Andy Sensei à Bologne 2005 et que le public a applaudi. Pas de façon désagréable, mais simplement parce qu'Andy n'avait jamais perdu de combat auparavant et que personne ne s'attendait à ce que quelqu'un le batte !

Le deuxième, c'était à Paris, en 2010. J'ai gagné ma première médaille EIC (3e place) en 2008 juste 2 mois après être devenu Godan. Même résultat 2009. Alors j'étais sûr en m'envolant pour Paris en 2010 qu'une 3e place serait « le résultat logique »... au final pourtant j'ai perdu des combats dans ma poule et mon Taikai s'est terminé avant les KO.

J'ai été incroyablement déçu et j'ai pensé que j'avais perdu à cause des erreurs d'arbitrage ! J'étais assis seul en tribune et je regardais les autres concurrents. Tout le monde (!!) se déplaçait et coupait différemment de moi et j'ai réalisé que j'étais engagé dans une voie sans issue. Après Paris, j'ai complètement changé mon entraînement et mon développement...

Pendant ces années en tant que compétiteur, avez-vous perçu une évolution du laido européen ?

A. Watson : Je dirais que oui, même si, bien sûr, le regard d'une personne pour apprécier le laido des autres change aussi avec le temps. Maintenant que j'arbitre, j'ai un peu plus de capacité mentale pour observer et apprécier les autres. Je suis sûr que le niveau technique s'est élevé en Europe, mais ce n'est pas une surprise car nous produisons de plus en plus d'enseignants de haut niveau et les gens peuvent assister à davantage de séminaires et de Taikai tout au long de l'année.

Je pense qu'en tant que compétiteur, il était parfois difficile d'apprécier le laido des autres parce que a) vous ne voulez pas être submergé par eux et b) vous ne voulez pas être influencé par ce que les autres font en essayant de les imiter et finir par faire quelque chose qui ne vous appartient pas. Aujourd'hui, je vois des choses qui attirent vraiment l'attention et que je n'avais pas remarquées auparavant. L'intensité de Clémentine Chung Ferreiro, la sérénité et la grâce de Stan Engelen, la vitalité d'Adam Bieniak – ces qualités n'ont jamais semblé briller autant qu'aujourd'hui. Avoir la capacité d'étonner les autres, c'est le genre d'évolution qui, si elle est réelle, je l'espère, s'accroîtra avec le temps.

Je ne pense pas être contredit si je dis que les dernières éditions des EIC sont devenues si difficiles à juger parce que dans de nombreux cas, les candidats sont capables de mieux performer que les juges.

Il devient alors très difficile de porter des jugements avec un quelconque élément d'empathie ; en tant que juge, vous devez faire une analyse très froide et chirurgicale des différences entre deux personnes. J'insiste sur le fait qu'il s'agit d'un très bon statut pour l'Europe, que les jeunes générations talonnent les générations plus âgées. C'est ainsi que l'on progresse en tant que mouvement, et tout enseignant qui crée un élève meilleur que lui-même a obtenu le plus grand succès.

Cela signifie évidemment qu'arbitrer lors d'un EIC est aujourd'hui difficile, éprouvant pour les nerfs et épuisant. En tant que compétiteur, j'ai vu des juges rendre des jugements qui ont surpris tout le monde. Comment Fred a-t-il pu battre George ?

N'ayant passé que quelques années de l'autre côté, je peux comprendre à quel point cela change votre perspective – pas seulement parce que vous avez un point de vue physiquement différent, mais précisément parce que vous êtes placé dans une position de juge. En tant que spectateur, vous pouvez choisir d'ignorer les erreurs commises par votre « joueur » favori et prêter attention aux erreurs de son adversaire. En tant que juge, en revanche, vous devez tout prendre en compte. Si le « meilleur » joueur commet une erreur, c'est un point contre lui. Vous ne pouvez pas juger uniquement en fonction de l'impression que vous avez des deux concurrents. Dans un Taikai, David peut tuer Goliath, non pas par des tours de passe-passe, mais simplement en faisant moins d'erreurs et en exécutant les Kata plus correctement.

C'est cette tension et l'effondrement des murs entre les gens qui poussent les candidats à aller de l'avant, à faire encore plus d'efforts. Je pense que de nos jours, la différence entre les candidats à partir des quarts de finale est tellement subtile que si vous voulez être sûr de gagner, vous ne pouvez pas vous

contenter d'être légèrement meilleur que vos rivaux, vous devez être visiblement et significativement meilleur.

C. Zanoni : On parle de 20 ans, donc il y a certainement eu une évolution du laido européen, en fait très souvent je me considère chanceux de ne pas avoir à concourir avec les nouveaux athlètes émergents qui sont vraiment très bons et bien meilleurs que nous les anciens.

P. Röder : C'est évident ! Il y a 15-20 ans, les médailles étaient généralement partagées entre les pays habituels comme le Royaume-Uni, les Pays-Bas, la France et quelques autres... Si vous voyez un EIC aujourd'hui, tout le monde peut gagner. Peu importe d'où vous venez. Je pense personnellement que c'est la meilleure évolution possible pour les EIC.

Quelle importance accordez-vous aux EIC pour le laido européen ?

A. Watson : Je pense que c'est extrêmement important.

Nous passons une grande partie de l'année à nous entraîner pour être sélectionnés dans nos équipes nationales. Nous participons aux entraînements des équipes et à autant d'événements que possible pour nous préparer. Nous nous préparons, nous voyageons, nous participons au séminaire de préparation à l'événement, etc... Et ensuite, nous avons environ 95 % de chances d'être battus. Si le succès au Taikai est défini

comme le fait de gagner les championnats, beaucoup d'entre nous seront déçus. Le succès ne peut pas simplement dépendre de la victoire.

C'est pourquoi je ne pense pas que gagner les championnats soit aussi important que l'événement dans son ensemble ou que l'opportunité de se mettre réellement au défi. Le plaisir de se retrouver pour s'entraîner, concourir, célébrer, apprécier le laido des autres, il n'y a pas d'autre événement comme celui-là. Même un grand séminaire européen tend à ramener l'attention des gens sur eux-mêmes ; un Taikai fait quelque chose d'autre. Si nous devons organiser un Taikai tous les mois, cela deviendrait une routine et quelque chose pourrait en souffrir. Cet événement annuel permet de se préparer, de se construire et de faire de son mieux pendant le court laps de temps que dure un Shiaijo.

Je n'ai aucun problème avec les personnes qui ne veulent tout simplement pas



participer à des compétitions en Budo, c'est leur prérogative bien sûr. Cependant, si elle est poussée à l'extrême, l'introversion dans le Budo peut conduire à quelque chose de négatif. Participer à trop de Taikai, bien sûr, peut être tout aussi destructeur.

L'échange d'idées, de niveaux et d'impressions (et bien sûr de boissons) fait de l'EIC un outil de développement extrêmement puissant. Pour de nombreuses personnes que je connais, l'EIC est la raison pour laquelle elles vont au dojo plus de deux fois par semaine, assistent à des séminaires supplémentaires, participent à des Taikai locaux plus petits, s'entraînent à la maison. Ce n'est pas l'obsession de gagner l'EIC qui est importante, c'est l'ambition de bien faire à l'EIC en se comparant à d'autres compétiteurs sous la pression de l'observation et du jugement des autres. C'est, à bien des égards, différent d'un examen, mais c'est aussi similaire à d'autres égards.

C. Zanoni : Évidemment, à mon avis, les Championnats d'Europe de laido sont très importants, c'est un moment fondamental de rencontre/comparaison, où l'on peut beaucoup progresser. Pouvoir admirer des performances exceptionnelles et essayer de les imiter joue un rôle essentiel dans la croissance du mouvement.

P. Röder : Très très important !!!! Bien sûr, il est important pour l'évolution du laido en Europe de le développer de la manière la plus colorée possible avec différents Ryuha et différents enseignants japonais que les gens suivent. Ce qui est peut-être encore plus important, c'est que tant de personnes de pays et de cultures différents se réunissent de manière très chaleureuse et amicale. Bien sûr, nous sommes en compétition, mais cela n'arrive que dans le Shiai-jo. En ces temps où tant de pays sont encore plus séparés les uns des autres [*en temps de Covid*], le comportement des iaidokas européens et toutes les amitiés qui se sont construites au fil des ans me touchent au cœur et je suis heureux de faire partie de ce groupe qui ne crée pas de frontières entre les gens.

Quel rôle les EIC ont-ils joué dans le développement de votre laido ?

A. Watson : Auparavant, cela vidait mon compte en banque et endommageait mon foie, mais maintenant, je trouve quelque chose d'extrêmement gratifiant dans ces championnats, comme je l'ai mentionné plus tôt.

C'est une occasion vraiment efficace de faire du « Mitori geiko ». Je mentirais si je suggérais que l'EIC est la principale force motrice de mon laido, ce n'est pas le cas. Cela m'a forcé de chercher en moi pour trouver de meilleures façons de faire et de m'entraîner au laido afin d'améliorer mes chances de gagner contre des rivaux qui étaient déjà extrêmement bons. Je tiens toutefois à souligner que l'objectif n'a jamais été aussi important que le processus. De mes rivaux déjà mentionnés, je n'ai jamais vraiment voulu copier aucun d'entre eux, il est important de développer son propre « style » en fonction de ses forces et de ses faiblesses. Je voulais améliorer les qualités avec lesquelles mes adversaires pouvaient me battre : par exemple la précision de Claudio Zanoni et la stabilité de Michael Simonini.

Je me suis donc entraîné en visualisant comment ces autres iaidokas pratiquaient leur iaido et j'essayais d'être meilleur qu'eux dans les qualités dans lesquelles ils excellaient. Je n'étais pas obsédé par cela, mais c'est devenu un point de mire intéressant pendant les quelques mois qui suivaient un championnat.

Si je n'avais rencontré mes rivaux que pendant les séminaires, je ne suis pas sûr que j'aurais jamais été témoin de la « rudesse » dont ils faisaient preuve dans les Taikai, je n'aurais jamais ressenti l'excitation, la tension et l'implication émotionnelle qu'un Taikai fait naître. Je n'aurais jamais éprouvé le sentiment de perdre quand je pensais gagner et de gagner quand je pensais perdre.

En fin de compte, le Budo consiste à développer et à remporter une victoire contre soi-même, pas à remporter des médailles. La plupart de nos entraînements se font donc seuls ou en petit groupe au sein d'un dojo. Le laido, plus que la plupart des autres Budo, peut être très introverti (ce qui peut être une bonne chose).

Trop d'introversion n'est cependant pas une bonne chose, je pense. J'espère que j'ai éliminé certains angles de mon budo grâce aux EIC et que je suis devenu légèrement plus rond (certainement mon ventre est devenu plus rond à l'âge mûr). En fait, cependant, je me suis fait beaucoup de très bons amis, j'ai eu beaucoup d'expériences agréables, j'ai appris le laido à travers d'autres plus expérimentés, pairs et débutants, et j'ai, grâce à d'excellents rivaux, une petite communauté d'amis budokas qui sont à la base de certaines expériences d'apprentissage précieuses.

C. Zanoni : Mon laido est indissociable des Championnats d'Europe, ils ont progressé ensemble, je les ai toujours vécus et aimés ensemble et je continuerai à le faire. Avoir des amis-adversaires comme Andy, Michael, Peter, Yuki et bien d'autres, à tel point qu'il serait trop long de les énumérer maintenant, a beaucoup fait grandir mon laido. J'ai toujours considéré mes adversaires au même niveau que moi, quels qu'ils soient, et cela m'a amené à toujours m'exprimer au mieux de mes capacités, mais j'ai aussi eu beaucoup de chance. Devoir essayer de faire le maximum pousse à m'entraîner sérieusement et intensément en essayant constamment de dépasser mes limites et de corriger mes erreurs, non pas pour gagner mais pour essayer d'exprimer un laido que j'aime et que j'envie quand je le vois chez mon Sensei ou au Japon.

P. Röder : C'est très important ! C'est pour moi une sorte de point de contrôle sur ma progression et, comme je suis toujours très émotif, c'est à chaque fois ma façon d'affronter mes peurs... J'espère que dans un avenir lointain, je serai capable de dompter/contrôler les dragons qui sont en moi.

Champions modernes

- Andrea Cauda (laido 5e Dan), It [*actuellement 6e dan*]
- Chiara Bonacina (laido 3e Dan), It [*actuellement 4e dan*]

- Lukasz Machura (Iaido 5e Dan), P [actuellement 6e dan]
- Piotr Kukla (Iaido 5e Dan), NL [actuellement 6e dan]
- Stan Engelen (Iaido 4e Dan), NL [actuellement 5e dan]
- Valentin Vervack (Iaido 4e Dan), B [actuellement 5e dan]

Quel a été le premier EIC auquel vous avez participé ? Pouvez-vous nous parler des sensations et des impressions que vous avez eues alors ?

A. Cauda : Le premier championnat auquel j'ai participé s'est déroulé à Bologne, en 2005. Je concourais alors dans la catégorie Mudan, avec Christian Ibelli. À l'époque, nos entraîneurs étaient Franco Moretti et Detlef Uedelhoven. J'avais commencé à pratiquer le Iaido un an auparavant et j'avais atteint les quarts de finale, à ma grande satisfaction ! Je me souviens qu'à cette occasion, l'équipe nationale s'était très bien comportée, remportant de nombreuses médailles, et Claudio avait gagné dans la catégorie Yondan.

Il y avait eu un large éventail d'émotions, toutes très intenses : participer à un événement de cette ampleur, voir Ishido Sensei pour la première fois (à l'époque il faisait partie de la délégation du ZNKR), se sentir dans un groupe de très bonnes personnes et pratiquants, dont j'ai essayé d'apprendre le plus possible, et percevoir un climat d'amitié générale dans lequel il était vraiment facile et naturel de connaître et de se familiariser avec des personnes de nationalités différentes, c'était certainement inestimable et unique.



C. Bonacina : La première a eu lieu à Mèze, en 2013. J'étais mudan pour ma troisième compétition de Iaido. J'étais très enthousiaste. Même si mes performances étaient médiocres à l'époque (... mais la nourriture était encore pire), j'en garde le souvenir car ce fut une véritable aventure avec des personnes que j'ai maintenant appris à appeler des amis.

L. Machura : J'ai participé pour la première fois à l'événement en 2006 à Brighton, au Royaume-Uni. Il s'agissait de la 13e édition de l'EIC et de la 5e édition de l'EJC, et j'ai eu la chance de représenter la Pologne à ces deux occasions. Je ne savais pas vraiment à quoi m'attendre. Je savais qu'il s'agirait d'un événement important, avec de nombreux Iaidokas de haut niveau, mais il s'est avéré beaucoup plus important. C'est à cette occasion que j'ai rencontré pour la première fois de nombreux futurs amis et rivaux.

P. Kukla : Le premier EIC auquel j'ai eu l'occasion de participer était celui de Brighton en 2006. J'ai eu beaucoup de chance car c'était la première année où l'équipe néerlandaise envoyait deux personnes par catégorie. J'étais Shodan. C'était une expérience incroyable ! Il y avait tellement de monde, du lai du plus haut niveau... C'était écrasant.

C'était vraiment extraordinaire de pouvoir participer à un événement d'une telle ampleur. Cependant, cela ne s'est pas très bien passé pour moi : j'ai glissé lors du premier match, et à cause de cela, j'étais aussi très perturbé lors du deuxième match... J'ai fini par perdre les deux, j'ai terminé dernier de ma poule, ce qui signifiait la fin des championnats pour moi.

J'étais déçu parce que je pensais pouvoir faire mieux. Heureusement, il y avait beaucoup de choses à regarder, à observer et à apprendre avec tous les autres matchs, la compétition par équipe et les examens du lendemain. Malgré la déception initiale, j'étais très reconnaissant à l'entraîneur de l'équipe de m'avoir donné cette opportunité.

S. Engelen : Ma première expérience aux EIC n'était pas vraiment en tant que compétiteur mais en tant que spectateur en 2009. Je venais de commencer à pratiquer le laido quelques mois plus tôt et j'étais très excité d'apprendre que l'EIC se tiendrait aux Pays-Bas, à Mierlo. Mierlo est à quelques heures d'Amsterdam en transports en commun, j'ai donc pris le train tôt ce matin-là pour être à l'heure et prendre des photos toute la journée.

J'ai été étonné du niveau de lai que j'ai vu exécuté par des gens de toute l'Europe. J'ai été profondément impressionné de voir tant de gens de tant de pays différents unis par leur passion pour le lai, comment ils interagissaient si gentiment les uns avec les autres et avec la délégation japonaise, comment tout le monde et chaque chose dans la salle semblaient avoir leur place.

J'ai également pu rencontrer de nombreux membres de l'équipe néerlandaise et des membres de la famille néerlandaise de Shinkage ryu. Bien que j'étais un débutant complet, ils m'ont réservé un accueil chaleureux et ont été heureux de me fournir les informations dont j'avais besoin pour comprendre ce que je regardais réellement.

L'atmosphère qui régnait dans la salle était quelque chose que je n'avais jamais connu auparavant, c'était incroyable et je savais que je voulais en faire partie. Dans le train qui me ramenait chez moi, je me suis promis de m'entraîner dur et de faire de mon mieux pour être sélectionné dans l'équipe nationale. Un an plus tard, j'ai participé à mon premier EIC à Paris, en tant que membre Mudan de l'équipe nationale néerlandaise.

V. Vervack : Mon premier EIC a eu lieu en 2010 à Paris. C'était un moment très émouvant pour moi, car je n'avais commencé la compétition que depuis deux ans. Comme le monde du Budo était encore très nouveau pour moi et ma famille, nous étions tous très fiers que j'aie été sélectionné. C'était la première fois que je participais aux EIC et le fait que ma famille me regarde concourir a rendu cette occasion très spéciale. Rétrospectivement, j'étais très nerveux compte tenu du niveau européen, mais j'ai eu la chance d'être entouré d'une

bonne équipe et de bons amis qui ont pu me guider.

Comme c'était mon premier EIC, j'ai été surpris d'arriver jusqu'à la fin du Taikai et je n'oublierai jamais le sentiment que j'ai ressenti à ce moment-là. Depuis, je n'ai cessé de rechercher ce sentiment et j'ai essayé de le retrouver à chaque fois que j'en ai eu l'occasion.

Quel est votre meilleur souvenir ?

A. Cauda : Il y a eu beaucoup de moments mémorables et uniques. De la satisfaction de gagner les premiers matches, les premières médailles, à la vue



de ses coéquipiers unis vers un but, en passant par les Sayonara parties où chacun abandonnait son quant-à-soi » pour s'amuser ensemble. Ce sont des souvenirs que je garderai toujours en moi.

Je ne peux pas nier que la victoire de 2009 aux Pays-Bas, aussi bien en individuel qu'en équipe avec Claudio, Battista et Valentini, ait été un choc notable dans mon parcours. J'ai toujours aimé la partie compétitive des sports en général et du laido, mais heureusement, ayant toujours

participé à des compétitions depuis mon enfance, et ayant perdu d'innombrables fois, j'ai appris à accepter les défaites de bon gré, sans être influencé par des sentiments ou pensées négatifs. Perdre n'est qu'une autre façon de gagner.

Cela m'a toujours aidé à rechercher de nouveaux stimuli, à vouloir m'améliorer continuellement et à accepter la « réussite » des autres comme faisant partie intégrante de la vie elle-même, dans tous les secteurs.

Pour terminer, les moments mémorables doivent inclure toutes les séances d'entraînement, les rencontres, les préparations et les bières de la veille qui ont caractérisé chaque championnat européen auquel j'ai participé, avec mes coéquipiers et mes amis de l'équipe nationale. Sans chacun d'entre eux, et sans le partage de ces éclairs de vie, le sens aurait été bien différent.

C. Bonacina : Quand quelqu'un pense aux EIC, la première chose qui vient à l'esprit est généralement la compétition de haut niveau. Mais ce n'est pas très exhaustif, n'est-ce pas ? Les EIC est un grand événement fait d'entraînement, de test des limites personnelles et de bonne compagnie. Il n'est pas faux de dire que les EIC sont constitués de personnes. Ces personnes changent chaque année, non seulement parce que de nouveaux visages apparaissent, mais parce qu'au fil du temps, année après année, tout le monde s'améliore, grandit, apprend.

Difficile de choisir un « meilleur » souvenir, d'autant plus que je n'ai jamais

vécu l'EIC comme un moment rien que pour moi. En fait, je n'ai pas de « moment mémorable ». J'ai toujours participé aux EIC au sein d'une équipe unie avec une grande chance de progresser, en tant que déléguée de mon pays pour le dan que j'avais à l'époque. Ma dernière expérience à Athènes 2019 brille particulièrement dans mon cœur, non seulement pour les résultats de notre équipe ou pour la joie qui m'a irradié lorsque j'ai eu la chance de passer du temps avec des amis étrangers, ce qui me manque terriblement maintenant, mais aussi parce que j'ai eu la chance de voir mon Sensei remporter sa dernière compétition de Rokudan, jouer son dernier rôle d'entraîneur d'équipe et réussir son examen de Nanadan.

S'il y a une leçon à tirer en ces moments particuliers, c'est que tout est éphémère, la vie et la pratique sont complémentaires, et je pense donc avoir fait l'expérience les deux.

L. Machura : Je ne m'en souviens pas très bien, puisque ça fait 14 ans... Je me souviens cependant de deux choses, toutes deux amusantes.

Un pendant les compétitions, dans mon tout premier combat KO. J'étais contre une fille, malheureusement je ne me souviens plus qui c'était. L'un des Kata que nous devons montrer était Soete Tsuki. J'étais extrêmement nerveux et au dernier moment j'ai perdu le contrôle du sabre. D'une manière ou d'une autre, il s'est retourné et a atterri avec la lame sur ma main gauche. J'ai pu le placer correctement et terminer mon Noto en un seul mouvement. Heureusement, j'utilisais un laito... D'une certaine manière, j'ai gagné ce match, probablement parce que j'étais sur le bon Shiaijo (rouge), donc j'étais donc de dos pour 2 des 3 arbitres...

Le deuxième épisode que je n'oublierai jamais était une soirée, le dimanche, dans le dortoir de l'équipe britannique. Légendaire.

P. Kukla : Facile, sans aucun doute l'instant où trois drapeaux blancs se sont levés lors de la finale de Godan en 2016. Ce moment d'incrédulité – « Est-ce que ça se passe vraiment ?? ».

La meilleure partie était lors de la cérémonie de remise des prix lorsque je me suis avancé vers le Sensei. À ce moment-là, tant d'amis de toute l'Europe m'encourageaient; J'ai ressenti tellement d'amour de la foule. Ça m'a vraiment fait une grosse boule dans la gorge.

S. Engelen : Outre les nombreux moments (im)mémorables lors des Sayonara parties, l'EIC 2017 à Turin a été pour moi un tournant. À l'époque, mon esprit était perturbé par un certain nombre de choses.

Conformément à ma tradition personnelle de me blesser ponctuellement chaque année juste avant l'EIC, des complications sont survenues suite à un grave accident de vélo que j'ai eu en 2015, qui m'a presque empêché de participer. De plus, c'était la première fois que je concourais dans la catégorie Yondan. Ce qui signifiait que j'étais en compétition contre des iaidokas que j'admirais depuis que je les avais vus pour la première fois à l'EIC 2009. De plus, j'aurais dû réaliser deux Kata de Koryu lors de la phase à élimination directe, ajoutant

une couche supplémentaire de pression, représentant Matsuoka Sensei et Kinomoto Sensei devant le Shinpan et la délégation japonaise.

En voyant le tableau du Taikai rempli de grands noms, mon principal objectif était de survivre à ma poule et d'exécuter Shinkage Ryu. En affrontant des iaidokas que j'admire beaucoup, je n'avais rien à perdre et j'étais libre de me donner à fond. Je me suis retrouvé en finale contre Adam Bieniak, contre qui j'avais perdu en poule le matin même. J'ai tout donné, j'ai mis tout ce que j'avais dans la dernière coupe de Soogiri et pour la première fois lors d'un Taikai, j'ai eu l'impression d'avoir coupé mon Kassoteki. Alors que je n'avais remporté aucune médaille lors des sept EIC précédents, j'ai fini par gagner l'or à Turin. En conclusion (enfin), mon moment mémorable doit être l'EIC 2017, me comparant aux iaidokas que j'admire beaucoup et grandissant à travers eux à chaque match consécutif, du premier au dernier. Dans ce tournoi, j'ai vraiment senti que n'importe lequel d'entre nous pouvait gagner.



Cette fois, j'ai eu de la chance. Avoir l'opportunité de s'entraîner ensemble, de s'affronter à l'EIC et de grandir en tant que Budoka est une grande motivation pour moi de me battre pour faire partie de l'équipe nationale chaque année. C'est un plaisir de voir tout le monde à l'EIC chaque année et vous me manquez tellement, les gars et les filles !

V. Vervack : Mon moment le plus mémorable dans un EIC doit être le premier match individuel que j'ai eu contre Jesper. C'était aussi la première fois que je faisais du Koryu dans un EIC. La pression dans ce match était énorme pour moi, aussi parce que je connaissais le niveau de mon adversaire. Je pense que cela a dû être le moment où j'ai éprouvé des sensations les plus proches de ce que je pense que l'on peut avoir dans un vrai duel... Étonnamment, j'ai gagné le match mais j'étais tellement fatigué après que je n'ai pas pu trouver la concentration pour le prochain

combat, que j'ai perdu.

Au cours de ces années de compétition, avez-vous pu percevoir une évolution du laido européen ?

A. Cauda : Absolument oui, et heureusement je dois dire. Cela signifie qu'il y a une recherche et un désir continus de s'améliorer en Europe. Ces dernières années, en particulier dans les grades moins élevés, le niveau s'est beaucoup amélioré et vous pouvez le constater lors des compétitions par équipes, où le fait d'avoir quelques dan de plus ne signifie pas nécessairement que l'on va gagner contre son adversaire. Cela ne peut que contribuer à placer la barre de plus en plus haut.

C. Bonacina : Sans aucun doute. Alors que j'escalade lentement la montagne des Dan, je sens la pression qui vient d'en bas, les Kohai nous mordent les talons et les Senpai montent de plus en plus haut, devenant de plus en plus difficiles à atteindre. C'est vraiment stimulant.

L. Machura : Je ne pense pas qu'il soit nécessaire d'être compétiteur aux EIC pour constater l'augmentation constante du niveau moyen du laido en Europe, mais il est évidemment plus facile de s'en rendre compte lors des championnats. Je peux voir une approche sérieuse des EIC dans presque toutes les équipes. Heureusement, en Europe, la communauté du laido est encore un groupe relativement petit où l'élément social semble être plus important que la compétition et le maintien de ces relations étroites est tout aussi important pour le tournoi. Du moins pour moi.

P. Kukla : J'ai souvent entendu dire que le niveau des différents grades avait augmenté au fil des ans. Bien que je pense que cela soit vrai, je ne peux pas donner une réponse objective, car je n'ai pas été un observateur attentif dans ce contexte.

Ce que j'ai remarqué, c'est qu'il y a de plus en plus de jeunes dans les grades supérieurs que lorsque j'ai commencé. Je pense que c'est une bonne évolution à long terme. Un autre changement positif, selon moi, est que les différents Ryuha sont devenus plus prononcés au sein de l'EIC. Il est vraiment intéressant de voir autant de formes et d'approches différentes du sabre.

S. Engelen : Vous savez, l'évolution prend du temps. Dans mon expérience limitée aux EIC, de 2010 à 2019, j'ai l'impression de ne



pouvoir vraiment parler que pour les participants de ma génération : ceux qui ont commencé à peu près à la même époque et ont parcouru le même chemin ailleurs en Europe, dirigés par différents Sensei. Je n'ai commencé que récemment à avoir un aperçu des Dan supérieurs, donc je ne suis toujours pas tout à fait sûr de la différence entre notre expérience et la leur en essayant d'atteindre ce niveau.

Ce que je peux dire cependant, c'est que j'ai le sentiment que l'implication de nos Sensei japonais respectifs avec les iaidokas de grades moins élevés, qui sont encore libres des responsabilités d'enseignement et de gestion d'un Dojo, a donné à la jeune génération la chance d'adopter le lai requis par les Sensei japonais.

C'est pourquoi je pense que chaque année, nous voyons de plus en plus de lai étonnant à l'EIC de la part de participants de grades moins élevés. Cela n'a été possible que grâce aux enseignants qui, au fil des ans, ont jeté les bases du lai en Europe et pour les EIC. En ce sens, j'ai l'impression que le laido en Europe mûrit de plus en plus.

V. Vervack : Question difficile, car j'évolue moi aussi, je l'espère. Cependant, mon point de vue sur le laido a changé avec l'âge et l'expérience. Au début, j'essayais d'être aussi bon que « celui-là » ou d'être aussi précis que possible dans chaque Kata. Aujourd'hui, j'essaie de rendre mes Kata plus réalistes en tant que Budo, ce qui influe sur ma précision... Parfois, je me demande si la voie que j'emprunte est la bonne parce que j'ai l'impression qu'elle est en quelque sorte différente de ce que je vois autour de moi. Mais une chose que je peux dire et qui n'a pas changé, c'est que je continue à regarder les mêmes personnes que celles que je regardais au début, et nous semblons donc évoluer ensemble.

Comment vous préparez-vous, mentalement et physiquement, à un tel rendez-vous ?

A. Cauda : Après de nombreuses années de participation et avec l'augmentation de l'expérience, chacun trouve sa propre façon de se préparer au mieux, en adaptant à lui-même ce qu'il trouve de plus fonctionnel.

Partant du principe que l'entraînement est fondamental et la base à partir de laquelle commencer, participer certainement à d'autres compétitions au cours de l'année aide, avec le temps, à apprendre à gérer toutes les émotions qui se dégagent et les « imprévus » qui peuvent toujours arriver. Je me suis rendu compte, personnellement, que trop d'investissement physique et mental et la surcharge qui en découle (si vous êtes attentifs, cela transparaît dans les visages et les gestes des gens lors de ces événements) n'apportent pas les meilleurs résultats.

Au fil des années, j'ai toujours essayé de prendre et d'accepter chaque moment des championnats sans trop de jugement, en gardant précieusement les défaites, mais aussi en appréciant les victoires et les succès. Prendre chaque chose comme elle vient, mais pas avec une attitude passive, loin de là : il faut

beaucoup d'entraînement pour cela !

L'important, je crois, est de ne pas s'investir et de ne pas tomber dans la facilité des pensées négatives, qui risquent seulement de nous éloigner de la Voie et de nous faire perdre le sens de la finalité des compétitions dans cet Art Martial.

C. Bonacina : La seule façon de bien se préparer est de passer par le Keiko. Comme je sais que l'anxiété surviendra de toute façon, j'essaie toujours de maintenir une alimentation équilibrée avant une compétition, et je pratique diverses techniques de relaxation progressive et isométrique que j'ai apprises en me mettant dans des situations qui me sortent de ma zone de confort. Écouter de la musique m'a aidé dans le passé, mais ce n'est pas suffisant. Anna, qui a été notre responsable d'équipe dans de nombreux EIC, sait qu'une demi-heure avant tout Shiai, j'ai tendance à disparaître car j'ai besoin de pratiquer les Kata. La seule façon de surmonter la peur est d'y faire face, sans raccourcis.

L. Machura : En fait je ne le fais pas. Henry Schubert, mon professeur de Iaido, nous a toujours dit que tout Embu, qu'il soit Shinsa ou Shiai, n'est qu'un entraînement différent. Il est plus stimulant en ce sens qu'il vous fait sortir de votre zone de confort, mais nous ne devrions pas le prendre d'une manière particulière. Je pense qu'il a tout à fait raison. Par ailleurs, je ne pense pas que l'on puisse se préparer mentalement à ce qui va se passer lorsqu'on participe pour la première fois à un EIC. Je suis nerveux avant chaque rencontre depuis 16 ans et je ne m'attends pas à ce que cela change de sitôt.



P. Kukla : Bien sûr, il y a les entraînements de l'équipe nationale que nous organisons aux Pays-Bas, comme le font de nombreux autres pays, et bien sûr, nous nous entraînons autant que possible dans le Dojo et assistons à des séminaires lorsque cela est

possible.

En dehors de cela, cela m'a aidé à mieux prendre soin de moi – des choses comme bien dormir, bien manger, faire les choses (travail, affaires personnelles) avant de partir pour l'événements afin qu'il y ait moins de poids sur mes épaules. Une chose qui est peut-être particulière, c'est que j'essaie d'éviter de savoir qui sera dans mon groupe au début des matchs. J'ai remarqué que quand je le sais, ça me rend nerveux, parce que tout le monde est si bon; mais quand je ne sais pas, cette source de stress disparaît. Parfois, j'ai même réussi à savoir qui était dans ma poule juste au moment du Rei avant les matchs, haha.

Tout cela avant l'événement lui-même. Pendant les championnats, j'essaie de glaner ce que je peux du séminaire, mais j'aime aussi beaucoup passer du temps avec mes coéquipiers et les autres participants ; ça m'aide aussi à me détendre. Le jour des championnats, j'essaie de me détendre mais aussi de tout donner, bien sûr. J'ai tendance à m'isoler un peu de la foule et à essayer de me concentrer et de me vider. Ce qui m'a aussi aidé ces dernières années, c'est juste de profiter des matchs et même de les voir comme une préparation pour les prochains examens. Cela m'éloigne du stress de la compétition, mais dans une certaine mesure, bien sûr.

S. Engelen : Je suis sûr qu'il existe un équivalent japonais, mais "Mens sana in corpore sano" est une phrase avec laquelle j'ai appris à vivre. Je suis capable de donner le meilleur de moi-même dans la vie et dans le Budo lorsque mon esprit et mon corps ne sont pas entravés par des limitations physiques.

À travers les hauts et les bas, j'ai appris que je ne peux pas me concentrer uniquement sur la préparation mentale lorsque ma préparation physique est gravement déficiente. Et vice versa, j'ai appris que mon état mental s'améliore grandement lorsque je travaille sur ma préparation physique, principalement grâce à un rythme stable de Keiko, (Kihon) exercices, de nourriture et de repos. De plus, lorsque je suis dans un bon état physique, mon corps ne m'abandonne pas pendant le Taikai, même si mon esprit le fait parfois.

Ce qui m'aide à me préparer mentalement et à me mettre dans une humeur positive avant le Taikai, c'est d'écouter de la musique et, si mon colocataire ronfle le permet, une bonne nuit de sommeil !

V. Vervack : Evidemment j'essaie de garder les moments de Keiko aussi constants que possible tout au long de l'année (ce qui est assez difficile depuis que je suis père). C'était différent dans les 4-5 premières années où j'ai commencé à pratiquer le Iai. Après cela, je fais un entraînement régulier de 2 fois par semaine. Mais dans les 2-3 mois qui précèdent l'EIC, je m'entraîne 4-5 fois par semaine.

Les dernières fois que j'ai participé, je me suis préparé en essayant de faire des Taikai avec les membres du Dojo et de trouver le bon état d'esprit. J'ai également travaillé davantage sur le Koryu et la logique du Kata en tant que Budo.

La veille de chaque EIC, et ce n'est pas un secret, on boit généralement entre amis pour oublier ce que l'on a à faire le lendemain, mais surtout pour se mettre

dans le bon état d'esprit et sentir le soutien de ses coéquipiers et/ou de ses adversaires.

Quel rôle les EIC ont-ils joué dans la croissance de votre laido ?

A. Cauda : Comme tout événement où de nombreux autres laidokas et Sensei sont présents et où il y a la possibilité de s'affronter, je crois qu'il est essentiel de grandir dans la pratique. Rester ancré à son dojo, sans sortir de ses propres schémas et limites ne mène nulle part. Les Championnats ont toujours été un énorme stimulant, mais surtout le fait de voir des personnes qui me sont chères au fil des ans et l'augmentation du nombre de participants et de pays m'ont apporté une grande satisfaction et une fierté de ce que chacun a fait.

Mon invitation et mon espoir sont que la majorité des pratiquants comprennent l'importance d'assister à de tels événements, dissipant quelque peu cette idée désagréable que l'équipe nationale n'est réservée qu'à quelques "élus".

Je pose une question critique : peut-être que si, à certaines occasions, les mêmes personnes ont toujours été sélectionnées, n'est-ce pas parce qu'elles participent à tant d'événements, qu'elles se questionnent, et qu'ainsi, elles grandissent plus vite, avec plus de « faim » ?

Si l'on parlait du postulat que pour s'améliorer il faut aussi se comparer aux autres, voir de ses propres yeux ce qui est en dehors de son propre Dojo, probablement quelqu'un d'autre aurait participé à ces merveilleuses expériences, agrandissant le groupe et permettant au plus grand nombre de savoir ce que cela signifie d'être l'équipe nationale. Et pour moi, il n'y aurait rien de plus beau.

C. Bonacina : Lorsque vous êtes enfant et que vous goûtez pour la première fois des crackers au goût de pizza, vous les trouvez incroyables, comme s'il n'y avait rien de mieux au monde. Vous essayez alors de faire cuire votre première pizza surgelée et le goût est encore meilleur. Et lorsque vous dégustez votre première pizza à la pizzeria, devinez quoi ? Vous oubliez les crackers et les pizzas surgelées standard. Actuellement, les EIC représentent pour moi le meilleur scénario de laido. Je suis sûr que je serais encore plus étonnée au Japon. Ils fournissent d'innombrables bons exemples pour augmenter vos chances de comprendre ce qui est correct et ce qui vaut la peine d'être réalisé dans votre pratique du laido. Les EIC sont excellents à cet égard.

L. Machura : L'EIC est devenu un événement très important pour moi, que j'attends avec impatience tout au long de l'année. Pour de nombreuses raisons, dont certaines sont décrites ci-dessus.

Rencontrer tous ces incroyables laidokas venus de toute l'Europe est quelque chose qui me motive énormément. Vous voyez, j'essaie d'atteindre le niveau que des laidokas comme Jesper, David, Sida, Jonathan ou Adriana ont atteint aujourd'hui... J'aime les regarder, analyser ce qu'ils font et essayer de le recréer dans mon entraînement. Pas toujours le Kata entier, mais plutôt des mouvements ou des techniques spécifiques. Et j'adore tout simplement parler et faire la fête avec chacun d'eux.

P. Kukla : J'ai presque honte de dire qu'EIC était initialement une partie substantielle de ce qui m'a motivé à pratiquer de plus en plus dur. Ce soupçon de compétitivité l'a rendu très intéressant et m'a aidé à aller au-delà de ma motivation intrinsèque. Au fil des ans, la compétition a été complétée par les connaissances acquises lors des séminaires et de la pratique pour apprendre à gérer la pression.

Par la suite, des amitiés se sont formées avec les autres participants, donc la motivation de revoir des amis s'est également ajoutée; voir comment ils avaient travaillé et s'étaient améliorés et profiter d'une compétition ensemble. Comme je l'ai déjà dit, une motivation substantielle a été ajoutée sous forme de pratique du Shinsa ces dernières années. Je trouve très difficile d'avoir cette pression et ce stress quand je pratique dans le Dojo

S. Engelen : Sans l'EIC, je n'aurais pas eu l'opportunité de rencontrer autant de personnes venues de toute l'Europe, d'horizons différents (Koryu), partageant la même passion pour le lai, me motivant à élever mon niveau chaque année. Alors qu'évidemment mon plus grand développement à long terme vient de la formation avec les Sensei et de la formation régulière dans le Dojo, l'EIC est une forte motivation dans une très courte période, où je peux mettre mon entraînement en pratique avec une équipe de personnes incroyables.

Cela a toujours été l'un des temps forts de mon calendrier d'entraînement et j'espère que nous nous reverrons bientôt, sains et saufs, un sabre ou une bière à la main !

V. Vervack : Oda sensei nous a toujours encouragés à participer à des Taikai pour essayer de ressentir ce qu'est un vrai combat.

La tension que vous ressentez pendant un combat vous fait faire des choses étranges, comme on peut souvent le voir dans les EIC ou les examens. Des erreurs sont commises et, dans un vrai combat, elles peuvent être mortelles. Notre Keiko quotidien est conçu pour nous permettre de réagir dans certaines situations spécifiques à certaines attaques, mais nous nous entraînons toujours dans la sécurité de notre Dojo bien connu.

En entrant dans le Shiaijo, nous pouvons nous mettre au défi et voir où notre Keiko nous a menés pendant ce laps de temps. Pour moi, c'est comme ça. Il en va de même pour les Shinsa, ce sont des « moments de contrôle » que j'utilise pour m'assurer que je ne dévie pas d'un certain chemin. Cela ne signifie pas que j'ai dévié de mon chemin si je perds. Mais cela peut signifier que je devrais trouver les réponses d'une autre manière...

En général, je pense que faire des Taikai à l'EIC avec tous ceux qui pratiquent



le ZNKR lui a été l'entraînement le plus intense que j'ai pu faire, et je vois chaque adversaire comme un camarade ayant le même objectif. Nous nous aidons tous à atteindre le niveau suivant en apprenant de nos victoires et de nos défaites. C'est pourquoi j'ai un grand respect pour tous les pratiquants et je tiens à remercier tous ceux qui ont contribué à mon évolution dans le laido.



Gabriele Gerbino, 3e dan, Fudoshin Dojo, Catania, Sicilia
Médaille d'argent Modène 2022

KIRYOKU

Kiryoku.it (Torino)