

BUSEN IAIDO

Incarnez-vous la signification du Waza (technique/forme) ? par Kishimoto Chihiro Hanshi

Article tiré du livre **Le regard du Jury d'examen de Iaido** (Iaido Shinsa-in no me)
Ce livre est la compilation d'une série d'articles publiés à l'origine dans le magazine
Kendo Jidai. Distribué par la **British Kendo Association**.
Avec l'aimable autorisation de **Taiiku et Sports Publishing Ltd**.

Les principaux domaines que les juges évaluent durant les passages de grades de la All Japan Kendo Federation jusqu'au 3e dan sont, comme spécifiés dans les points à observer de la Fédération, une tenue et attitude correctes, aussi bien que la précision des Nukitsuke et Kiritsuke. Ils vérifient également si les sujets examinés effectuent correctement les mouvements de la manière décrite dans le manuel d'instruction de la All Japan Kendo Federation Iaido. À partir du 4e dan et au-dessus, la capacité à se battre avec votre adversaire avec Kokoro (esprit/âme) est également requise.

L'ultime secret du Iaido est Saya no Uchi. Par le combat avec l'esprit de votre adversaire, vous êtes idéalement en mesure de lui faire dire qu'il va abandonner avant même que vous ayez tiré votre sabre. Toutefois, dans les situations où vous n'êtes pas en mesure d'accomplir cela, quoique vous fassiez et que votre adversaire vous attaque, vous n'avez pas d'autre choix que de libérer votre sabre de la Saya (Koiguchi wo kiru), commencer à le tirer et frapper votre adversaire. C'est là où le fondement du Iai spirituel entre en jeu. Par conséquent la victoire est incertaine jusqu'au moment où le sabre est libéré de la Saya.



Photo Ryu no Torii - Metz

Pour l'examen des 4e dan et au-dessus, les juges vérifient si ce combat est correctement réalisé. La façon de le vérifier est d'observer si le nombril de la personne est pointé sur son adversaire. Lorsque le nombril ne pointe pas vers l'adversaire, le Koshi (les hanches) de la personne et, par conséquent, son énergie spirituelle font défaut, ce qui signifie que la personne est simplement confrontée physiquement à son adversaire, mais ne l'attaque pas vraiment.

Dégainer rapidement sans attaquer est juste un tour de main donc ce n'est pas du Iai. Il y a des gens qui disent que la frappe doit être si rapide qu'il n'y a pas de délai entre le dégainement et la frappe; Toutefois, cela est Satsujinken (le sabre qui ôte la vie) et non Katsujinken (le sabre qui donne la vie) c'est à dire qui est en harmonie avec l'esprit du Iai.

En d'autres termes, couper en Iaido ne signifie pas abattre un adversaire. Au contraire, c'est le fait d'éliminer le mal du Kokoro de votre adversaire et le pousser à se ressourcer. Voilà pourquoi, après avoir tiré votre sabre, vous devez découvrir suffisamment l'humeur de votre adversaire avant de l'abattre. S'il montre une expression ou un geste de renoncement à mesure que vous levez votre sabre au-dessus de la tête, alors vous décidez de ne pas frapper et au contraire vous replacez tranquillement votre sabre dans la Saya.

BUSEN IAIDO

Cependant, comme vous ne pouvez pas rengainer votre sabre au milieu d'un Waza, vous effectuez la deuxième coupe, après quoi vous exécutez les mouvements consécutifs comme un avertissement à votre adversaire pour ne pas engendrer un Kokoro malfaisant. Chiburi et Noto sont tous deux réalisés dans un effort pour se réconcilier avec votre adversaire. C'est parce que le véritable objectif du Iai est de laisser la vie à votre adversaire.

Au cours du passage de grade des 8e dan qui a eu lieu en mai, je remarquai que beaucoup de gens ont exécuté les Kata avec une grande compétence technique mais qui manquait du Kokoro du Iai. Lorsque ce Kokoro existe, l'esprit de chaque Waza, y compris les composants personnels, est perceptible, d'où il découle un Iai expressif.

Dans la première étape du passage de grade des 8e dan vous devez effectuer sept Waza de la All Japan Kendo Federation Iai et dans la deuxième étape sept Waza de Koryu. Puisque les sujets examinés sont prévenus ce jour-là de quels Wazas sur les 12 de la All Japan Kendo Federation Iai ils ont à faire, ils doivent être en mesure de les faire tous. Cependant, comme ils peuvent choisir les Waza issus de Koryu qu'ils veulent faire, il me semble que beaucoup de gens finissent par pratiquer seulement les sept Waza qu'ils vont faire pour l'examen. Chaque style a un nombre différent de Waza. Pour être en mesure d'effectuer un Iai expressif dans le cas de Muso Shinden Ryu, vous devez être en mesure d'effectuer les 41 Waza de Shoden, Chuden et Okuden. Si vous ne pratiquez que sept Wazas pour l'examen, non seulement ce sera peu séduisant pour les juges, mais ils seront également en mesure de voir cette tactique.

À partir de l'expression du visage d'une personne, il est possible de dire comment ils se sentent lorsqu'ils effectuent un Waza. Ces gens qui veulent frapper rapidement leur adversaire ont en quelque sorte une attitude menaçante à son encontre qui est perceptible par la tension qu'ils projettent. Cependant, quand les gens pratiquent dans l'intention que d'autres regardent leur performance, ils transmettent une impression calme et détendue.

Pendant ma période de trois ans de préparation au 8e dan je pratiquais tous les Waza de Shoden, Chuden et Okuden sur une base quotidienne, afin de réaffirmer ma conscience de l'esprit de Koryu (Muso Shinden Ryu). A cette époque, mon travail était très intensif et je ne pouvais donc aller au gymnase que quand tout le monde dormait et pratiquer dans l'obscurité totale. Je positionnais mon adversaire trop loin de moi pour le couper et m'entraînais en pensant comment ne pas le tuer ou être tué par lui et comment je pouvais le submerger par mon énergie spirituelle. Grâce à ce processus, j'arrivais à appréhender le sens caché de chaque Waza (forme) sans exception.

Bougez-vous avant que votre corps ne prenne la posture juste ?

La capacité à avoir le bon Ma est un facteur important pour être en mesure de réaliser spécifiquement l'esprit du Iai. En fait, c'est quelque chose que je regarde attentivement. Et ceci parce que vous pouvez dire, en regardant le Waza de quelqu'un, le degré de sa pratique à acquérir le Ma correct.

Cependant, jusqu'au 3e dan je pense qu'il est important d'être capable d'effectuer les mouvements avec précision de la manière indiquée dans le manuel. Une fois que vous avez appris cela, vous êtes prêt à étudier comment acquérir le bon Ma. Si vous ne le faites pas, vos mouvements seront bâclés, conduisant à une posture incorrecte ou des mouvements qui sont trop lents. Apprendre les mouvements qui sont fidèles aux principes de base sera toujours bien utile dans l'avenir. Je pense que si vous vous relâchez à cet égard, vous vous heurterez à un mur et vous serez en difficulté.

BUSEN IAIDO

Au 4e et 5e dan vous réalisez les mouvements avec un Ma qui prend en compte les mouvements de votre adversaire imaginaire. Lorsque vos mouvements ne sont pas effectués en coordination avec votre adversaire, alors vous les faites

juste pour votre propre auto-satisfaction. Les adversaires au Iai sont invisibles. Cependant, à partir du 6e dan les juges devraient être en mesure de voir les mouvements de votre adversaire pendant votre performance. Si vous êtes capable de faire cela, vos mouvements devraient naturellement devenir exempts de tout déchets.

Mon professeur Danzaki Sensei avait l'habitude de me dire sévèrement : «Ne cessez pas d'attaquer avec de l'énergie spirituelle; n'anticipez pas le prochain mouvement avant que votre corps ne soit dans la posture correcte». Il disait cela parce que de tels mouvements précipités ouvrent une lacune dans votre défense. Il m'a aussi appris l'importance du Ma correct. Ne pas cesser d'attaquer l'adversaire avec une énergie spirituelle permet de le contrôler, ce qui donne lieu à des mouvements relâchés et un niveau plus élevé de Iai. Voilà ce qui est exigé des praticiens de haut-grades.

Un moyen efficace de ne pas relâcher votre énergie spirituelle est de respirer par l'abdomen. Jusqu'à maintenant, je me suis concentré sur le fait de développer la zone en dessous de mon nombril à la fois en inhalant et en exhalant. C'est quelque chose que je peux maintenant faire naturellement.

En faisant cela, votre coccyx (sacrum) se tend, renforçant les muscles abdominaux et par là-même renforçant l'énergie spirituelle naturellement. De plus, cela relâche les tensions dans les épaules et améliore l'équilibre. Puisque le bas du corps est plus stable, il permet le Saya-Biki, un facteur important d'un mouvement bien maîtrisé du Kissaki, effectué plus en douceur. Ceux qui n'ont pas de tension dans leurs muscles abdominaux finissent par avoir un Saya-Biki plus faible, ce qui signifie que le Kissaki ne se déplace pas avec maîtrise.

Le mouvement maîtrisé du Kissaki est l'un des points sur lequel les juges se concentrent particulièrement pour le 6e dan et les grades au dessus. Lorsque le mouvement de la main gauche qui réalise le Saya-Biki est bien coordonné avec la main droite, le Kissaki se déplace plus efficacement, ce qui augmente l'efficacité technique des Nukitsuke, ce qui est vital dans le Iai.

Bien que le Nukitsuke soit effectué par la main droite, le Kissaki se déplacera moins efficacement si vous saisissez trop fermement avec cette main. Il est important de vous assurer que votre main gauche, qui effectue le Saya-Biki, soit la plus forte et cela à l'unisson avec les hanches (Koshi). Mettre 30% de votre force dans votre main droite et 70% dans votre main gauche va transmettre la plus grande quantité d'énergie au Kissaki. D'après mon expérience, j'ai constaté qu'augmenter ou diminuer ce ratio se traduit par un Kissaki se déplaçant d'une manière non-efficace.

Jo-Ha-Kyu est l'un des facteurs qui conduisent à un mouvement du Kissaki efficace pendant Nukitsuke. Il y a des gens qui changent leur saisie afin de donner une impulsion au Kissaki, mais c'est faux. Vous devez changer votre Te-no-uchi mais vous ne devez pas changer votre saisie elle-même. A titre d'exemple, je voudrais expliquer la saisie de la main droite pendant Nukitsuke. Au début votre saisie devrait être légère comme si vous saisissiez un oeuf et au moment où le sabre quitte la Saya vous serrez, dans l'ordre, votre petit doigt, l'annulaire et le majeur. Puis, quand vous passez au prochain mouvement vous desserrez, dans l'ordre, votre majeur, l'annulaire et le petit doigt. Il est très important d'employer de la force dans ces trois doigts.

De cette façon, le mouvement des doigts change, mais la saisie elle-même ne le fait pas. Un changement dans la saisie modifiera le Tenouchi, qui se traduira par une interruption dans le mouvement du sabre et donc du Waza. Des trois doigts mentionnés ci-dessus, le travail du petit doigt

BUSEN IAIDO

est le plus important. Si ce doigt fonctionne correctement, alors les autres doigts vont naturellement le faire aussi. Lorsque le Tenouchi d'une personne est efficace alors le Kissaki fait un sifflement sec « shu » au moment où le Kissaki com-

mence à se mouvoir. Cependant, pour les personnes dont le Tenouchi n'est pas efficace et qu'ils coupent avec la partie du sabre la plus proche de la Tsuba (une coupe connue comme Motogiri), un son mat « byu » peut être entendu tout au long et jusqu'à la fin du Nukitsuke. En réalité, cela se passe en dixièmes de seconde, mais les juges sont capables de le discerner.

La même chose peut être dite de la fonction de la main gauche qui saisit la Saya. Dans Muso Shinden Ryu on apprend aux gens à ne pas décoller le petit doigt de la main gauche de leur Obi (ceinture). En tirant la main gauche tout en veillant à ce que le petit doigt glisse contre le Obi, le pratiquant assure un dynamisme accru au sabre et un Kissaki plus puissant, amenant ainsi son Koshi et un Nukitsuke dans la forme adéquate.

Vous pouvez dire combien une personne a pratiqué en regardant l'angle de son genou droit après avoir effectué le premier dégainement dans le Waza connu comme Mae dans le All Japan Kendo Federation Iai et Shohatto dans Muso Shinden Ryu. Pour les pratiquants de très haut niveau leur Koshi est dans la forme correcte et donc leur genou droit est naturellement à angle droit. Etant donné qu'une telle personne est dans une posture prête, elle peut répondre à n'importe quels mouvements de son adversaire. Lorsque le genou est plié, le haut du corps se penche vers l'arrière et le Koshi est dans une forme incorrecte, ce qui signifie que le Kissaki n'est pas efficace et que vous ne pouvez pas passer avec aisance au mouvement suivant.

Votre attitude dans la vie quotidienne se manifeste en elle-même aux juges

Vous pouvez former votre Kokoro (esprit/âme) à travers la répétition des mouvements simples qui composent le Iai : dégainer, couper et rengainer. Le sabre est dégainé en se basant sur les moyens que nos prédécesseurs ont imaginés pour faire face à une variété d'attaques d'adversaires imaginaires. Cependant, juste sortir le sabre n'est pas le Iai véritable. Quand je pratique, je sors mon sabre tout en intégrant mes propres réflexions dans le Waza, comme imaginer que mon adversaire vise mes points faibles. Concevoir vos propres idées et recherches sur le Waza mène au développement d'un Iai qui diffère d'un individu à l'autre.

Danzaki Sensei disait souvent ceci: «Le Iai n'est pas fait pour tuer les autres, mais pour leur permettre de vivre. Essayez de réaliser le genre de Iai qu'un Daimyo (seigneur) ferait ». Ce style de Iai Daimyo est ce qui est requis des pratiquants de hauts grades. C'est ce qu'est un Iai individuel et j'ai le sentiment que c'est lié au raisonnement, à la présence et à l'élégance que les juges fixent comme critères pour le 6e dan et au-dessus.

D'une personne doit émaner naturellement de la présence et de l'élégance. Bien sûr, cela peut être réalisé par une pratique continue, mais la façon dont vous vous comportez sur votre lieu de travail et à la maison peut aussi affecter cela. Certainement il est également important tous les jours de prendre l'initiative dans les choses que vous pouvez faire, aussi bien que pour aider et coopérer avec les autres.

Quand j'étais un employé, je m'efforçais de me rendre au travail tôt et de nettoyer les bureaux de tout le monde. Lorsque mes subordonnés ont découvert ce que je faisais, ils ont fini par prendre l'initiative dans tout ce qu'ils faisaient, ce qui a entraîné un progrès dans le travail de tout le monde. Le travail me laissait heureusement partir à des événements liés au Iai, même si mon entreprise était très occupée. Je pense que l'un des principes de base pour un artiste martial est de ne pas oublier d'apprécier ceux qui les entourent, ou de ne pas oublier de rendre la pareille à quelqu'un pour sa bonté. Cette attitude prévenante et de faire des choses naturelles forment la façon d'être d'une personne, ce qui se manifeste par la présence et l'élégance de cette personne.

BUSEN IAIDO

Quand la prestation d'une personne n'a pas d'attrait même lorsque ses Kata sont d'un niveau élevé, c'est sans doute le signe que cette personne ne s'est pas entraînée en se concentrant sur ces aspects. C'est pourquoi je pense que ces gens n'ont aucune marge de manœuvre pour se relâcher, d'où leur désir affiché de tuer leur adversaire le plus rapidement possible dans leur prestation. J'aimerais que ces gens essayent plus fortement de s'emparer du Kokoro (esprit/âme) du Iai.

Enfin, je voudrais parler des différentes façons de pratiquer. Beaucoup de gens pensent qu'ils ne peuvent pas pratiquer s'ils ne vont pas au Dojo, mais cela est erroné. Même pendant les conversations de tous les jours, vous pouvez pratiquer des méthodes de respiration. Par exemple, en se concentrant sur l'expansion de votre ventre tout en parlant vous pratiquez réellement la respiration abdominale.

Tenir la sangle (de votre sac ou votre étui de sabre) quand vous êtes dans le train est un moyen de pratiquer le Tenouchi. Vous serrez de façon répétée, dans l'ordre, avec votre petit doigt, l'annulaire et le majeur, puis détendez-les dans l'ordre inverse. Lorsque vous ne pouvez pas tenir la sangle, vous enfoncez vos pieds dans le sol et utilisez votre Koshi de manière à ce que vous ayez une posture stable, même si le train secoue. Inventer de tels petits moyens de pratique transforme votre style de vie de tous les jours dans le Dojo. Par conséquent, vous ne devriez considérer votre temps dans le Dojo que comme le moment d'apporter des améliorations mineures à votre Iai.

Même jusqu'à aujourd'hui je continue à réfléchir aux mots suivants que Danzaki Sensei m'a dit lorsque j'abordais la trentaine : «Il y a une limite à la force physique, mais il n'y a pas de limite à votre courage ou à votre esprit; En fin de compte, cela dépend de combien vous le désirez ».

Profil de Kishimoto Chihiro Hanshi : Né en 1933 dans la préfecture de Yamanashi. A appris le Kendo pendant son enfance. En 1958, rejoint le Dainippon Aikido Kenshukai Kenshukan Dojo (Directeur du Dojo : Danzaki Tomoaki Hanshi) et a commencé à apprendre le Iaido et le Jodo. En 1975, il établit une division Iaido dans la Fédération Préfectoral de Kendo de Chiba sous la direction de Danzaki Tomoaki Hanshi. En 1997, il devient vice-président de la même association, et à partir de 1999 en a également été le directeur représentatif. Au sein de ces postes, il a travaillé dur pour consolider les fondements de l'organisation et la développer davantage. Il occupe actuellement les postes de membre du conseil de la Fédération japonaise de Kendo, directeur du Comité Iaido et instructeur du club de Iaido de l'université de Chiba. Il a atteint le 8e dan en 1984 et est devenu Hanshi en 1992.

Traduction effectuée autour de juillet 2012 (de l'anglais au français en 2016 pour le Busen Dojo)
Aucune partie de cet article peut être utilisé à des fins commerciales
Nos sincères remerciements à Taiiku et Sports Co. <http://www/taiiku-sports.co.jp>



Photo Ryu no Torii - Metz