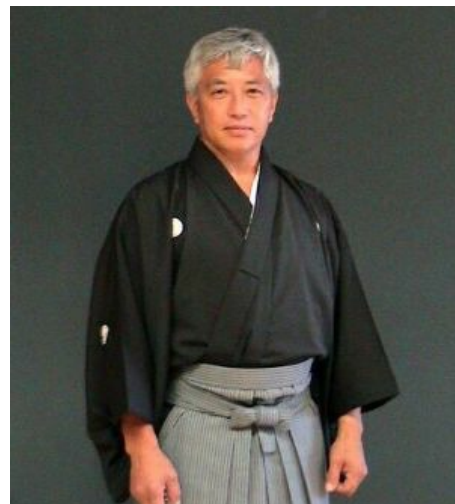


Mon Sensei a dit... (Notes de stage)

Rapportées par **Kim Taylor** Sensei, 7^e dan Renshi, **Seidokai**, Canada (Facebook 30 oct. 2017), citant les propos de

Goyo Ohmi Sensei, 7^e dan Kyoshi, lors du stage Muso Jikiden Eishin Ryu de Peterborough (Canada) 28-29 octobre 2017



1ère partie

Goyo Ohmi Sensei

Mon sensei a dit :

Ceci est un stage, je suis ici en tant qu'enseignant de stage, donc je vais vous enseigner en tant que groupe. Vous ne venez pas à un stage pour avoir une attention individuelle, vous avez cela dans votre dojo. Ici, nous n'allons pas vous donner cela, vous devez le prendre, nous le voler.

Ici, je voudrais que vous preniez en considération votre mentalité, votre esprit et votre posture. Les petits détails sont quelque chose que vous pouvez traiter avec vos propres enseignants, mais ici vous devriez chercher des choses différentes. Je vois que certains d'entre vous se sont échauffés pendant que nous nous préparions, d'autres non. Cela m'est égal, c'est à vous de décider, mais quand vous vous alignez, vous devez être complètement prêt à commencer. Nous utiliserons le Zen Ken Ren lai comme échauffement et pour faire travailler les muscles.

Seitei et Jikiden sont identiques, vous devriez les pratiquer avec la même mentalité, le même esprit et la même attitude. Ce sont seulement les angles et autres petits détails qui sont différents. Il y a deux choses auxquelles vous devez prêter attention.

1. Est-ce que votre saisie du sabre est correcte ? Du petit doigt au pouce, votre force devrait être 10, 8, 6, 4, 4 et à la base de votre index, 8.
2. Vous devez avoir quelqu'un en face de vous. Si vous ne coupez pas quelqu'un, si vous n'avez pas de déplacements, posture, esprit et respiration corrects, vous ne faites pas Oku lai, vous jouez juste un rôle. Certains d'entre vous sont débutants et ne seront pas en mesure de faire Oku lai correctement, mais allez-y et essayez ce week-end.

Nous allons nous séparer en deux groupes, 4^e dan et plus, 3^e dan et en dessous, nous faire face et comparer comment nous faisons le Seitei.

Un stage ne sert pas à apprendre les détails, c'est pour d'autres choses comme travailler sur votre esprit et votre mentalité. Il y en a beaucoup qui ne sont peut-être pas prêts à assister à un stage parce qu'ils sont encore en train d'apprendre les détails. Vous êtes ici, alors essayez. Rappelez-vous qu'une coupe est faite avec la main, ensuite non pas avec la main mais avec le pied, puis avec la hanche, puis avec le Tanden.

Lorsque vous coupez, vous devez comprendre le sabre. La pointe doit être affûtée, tranchante, précise. Votre Monouchi doit être lourd. Souvenez-vous de Kan Kyu Kyo Jaku. Lent, rapide, fort, doux.

C'est cela le lai, Nukitsuke, la coupe initiale, doit venir de la Saya. C'est la différence la plus importante entre lai et Kendo.

Quand vous êtes plus jeune, votre lai devrait être un peu plus rapide, cela vous aidera. Lorsque vous êtes plus âgé, vous devez utiliser votre force mentale et votre esprit.

Lorsque nous exécutons un kata, par exemple Sanpo Giri du Seitei, vous pouvez choisir parmi plusieurs rythmes. Vous pouvez couper le premier et le deuxième adversaires rapidement, puis le troisième plus lentement, plus délibérément. C'est comme ça que faisait Haruna Sensei. Vous pouvez également faire les trois coupes au même tempo, comme Namitome Sensei. Si vous choisissez cette façon votre Seme doit être parfait, vous devez contenir les trois. Yamazaki Sensei met plus de temps entre la première et la deuxième coupe qu'entre la deuxième et la troisième. J'aime cette manière aussi. Quel que soit le timing choisi, vous devez utiliser un Metsuke correct pour contrôler vos adversaires.

Dès votre cérémonial du début, vous devez montrer votre supériorité. A partir du moment où vous êtes assis à Seiza, vous devez montrer que vous êtes prêt, vous devez montrer votre nature.

À partir du quatrième dan et plus, vous devriez montrer Seme. Vous devez avoir un adversaire et vous devez le contrôler, vous devez le presser.

Lorsque vous prenez votre Kamae votre pointe doit être vivante, elle doit être affutée. Tout votre Kamae doit être vivant, votre corps et votre sabre doivent être vivants. Si vous êtes en Waki Gamae vous êtes prêt, vous n'attendez pas. Si vous êtes sur le talon du pied arrière, vous attendez et vous n'êtes pas prêt.

Saya no Uchi ne veut pas dire "ne sors pas ton sabre", ça veut dire que vous êtes prêt. Pour les 1er-2e dan, vous coupez et ensuite vous gagnez. Du 4e dan et au dessus vous devez gagner et ensuite couper. Saya no Uchi signifie que si vous sortez votre sabre, vous le dépréciez, mais si vous le sortez 100 fois et que vous perdez, ce n'est pas la bonne manière non plus. En apprenant à dégainer et à tuer les autres, vous vous vainquez vous-même. La défaite de soi-même (vaincre ses désirs, le contrôle de soi) est plus importante que vaincre les autres. Vous devez apprendre le sacrifice de vous-même.

Nous disons que le Kendo c'est juste se frapper les uns les autres avec des bâtons et les Kendoka disent que nous faisons juste les idiots avec des sabres. Les deux devraient être sérieux. Le Kendo est Ki Ken Tai Ichi, le Kendoka concentre son esprit et coupe en entrant. Il saisit son adversaire. Le lai est Ki Tai Ken, nous nous déplaçons à la bonne distance puis nous coupons. Le Tameshigiri est aussi Ki Tai Ken, vous entrez dans la distance et puis vous coupez la cible. Il y a une différence entre Tameshigiri et lai bien sûr, si l'on n'a pas un adversaire on ne pratique pas le lai.

2e partie

En ce qui concerne le sabre, nous appelons le Kissaki (pointe) le Sankaku, le cou triangulaire. C'est très important pour le laido. Le suivant est le Monouchi, la zone de coupe de la lame. Le tranchant de la lame est la partie la plus solide, le dos est la plus faible, si vous frappez quelque chose avec le Mune (le dos), vous risquez de briser le sabre. La partie suivante la plus solide de la lame est le Shinogi, la zone du côté de la lame, bien qu'elle soit de loin moins solide que le tranchant. Quand un forgeron fait un sabre, il frappe le côté de la lame sur l'eau de trempe et s'il y a un défaut, la lame se brise. Ce n'est qu'après avoir vérifié ces défauts que le forgeron signe la lame. Vous devriez toujours utiliser le tranchant de la lame pour frapper, pas le côté ou le dos. Quand j'ai appris Yae Gaki (*Gyakute Inyoshintai en MSR*) on m'a appris à bloquer en utilisant le tranchant, vous pouvez l'ébrêcher mais votre lame sera toujours utilisable. Aujourd'hui, on nous dit parfois d'utiliser le côté de la lame, alors nous le faisons. Dans le mouvement Uke Nagashi, je vois parfois des gens bloquer l'autre lame à angle droit en utilisant le côté ou le dos de la lame. Il en résultera que votre propre tranchant sera dirigé vers votre visage. Si vous utilisez le Shinogi ou le Mune comme surface de contact dans Uke Nagashi votre pointe doit être inclinée bien en arrière et au-dessus de votre épaule. C'est cet angle qui empêche la lame d'être endommagée. Rappelez-vous que dans Tachi Uchi no Kurai (*un ensemble de pratique avec partenaire*) nous bloquons avec le tranchant.

Ken Sabaki est le mouvement du sabre, cela doit être efficace et cela doit avoir du sens.

Tai Sabaki est le mouvement du corps. C'est le corps qui exprime Seme (pression) pas le sabre. Le sabre coupe uniquement. En lai, nous entrons dans la distance de coupe avec notre corps, ou l'adversaire rentre dans notre distance. Le Kendo contient l'idée d'une "chance de frapper" alors on bondit, en laido ce peut être la même chose mais en lai on ne doit pas laisser d'ouvertures (Suki) du tout pour que notre adversaire n'ait aucune chance de nous frapper. Lors du Nuki Tsuke, il ne doit pas y avoir d'ouverture pour une contre-attaque et il ne doit pas y avoir d'esprit agressif. Pendant le Furi Kaburi, il ne doit pas y avoir d'ouvertures lorsque nous amenons le sabre au-dessus de la tête et que nous coupons.

Le tempo, l'esprit et l'énergie doivent se coordonner correctement. Si vous montrez votre inspiration, vous perdrez. Si vous reculez, vous perdrez. Dans la technique Yae Gaki on s'avance à partir des hanches et on recule à partir des épaules, si vous faites le contraire, vous ne pratiquez pas le lai, votre mouvement sera plein d'ouvertures. Pour Oku iai c'est ce type d'entraînement.

Metsuke. Votre regard doit être Enzan no Metsuke, vous regardez dans une direction mais vous devez voir plus largement. Vous devez également saisir l'esprit d'attaque de votre adversaire avant qu'il ne commence. Vous devez "lire l'air". Vous utilisez vos yeux pour voir devant, vous devez utiliser votre esprit pour voir derrière. Vous ne pouvez pas voir derrière vous, alors vous devez lire l'air.

Il est bien connu que Musashi parlait de Kan Ken no Metsuke. Kan et Ken signifient tous deux regarder, Kan veut dire regarder avec l'esprit, Ken veut dire regarder avec les yeux. Les deux sont importants.

La sérénité vous aidera à saisir l'esprit offensif de votre adversaire. En occident vous dites "les yeux sont la fenêtre de l'âme", pour éviter de révéler notre intention nous regardons le Obi ou nous regardons les pieds. Ne pas montrer les yeux. Lorsque nous commençons Nuki Tsuke nous regardons les yeux de l'adversaire. Quand il est au sol à la fin du Kata, nous regardons trois mètres au delà plutôt que lui directement. C'est le Metsuke de Zanshin.

En Itto Ryu on parle de Kigurai, Fukaku et Hin I. Ils sont importants. Pour les élèves du 1er au 2e dan, vous devez vous concentrer sur des mouvements et une posture corrects. Au 4e-5e dan, vous devez montrer votre esprit, votre technique de combat et un Ma (timing) correct.

Ki Ken Tai Ichi est important, l'esprit, le sabre et le corps doivent travailler ensemble comme une seule unité. Vous devez comprendre les changements de tempo comme nous en avons discuté dans Sanpogiri, votre esprit, votre sabre, votre corps, votre Metsuke doivent être adéquats pour le tempo que vous avez choisi. Kan Kyu Kyo Jaku, Kihaku, Metsuke, la sérénité proviennent tous de et indiquent votre profondeur d'entraînement. Au 6e-7e dan vous devez avoir Kigurai et Fukaku, une présence. David Green Sensei affiche toujours une présence. Hin I est facile pour quelqu'un qui est grand et beau, mais pour le reste d'entre nous, nous pouvons y arriver en nous habillant bien et en marchant magnifiquement.

Kigurai. Itto Ryu décrit cela comme étant qu'avant de commencer vous devez contrôler votre adversaire. Pour ce faire, vous devez saisir son esprit d'attaque et à travers cela, vous devez contrôler ses actions. Un outil pour ça est votre respiration. Asseyez-vous et expirez, inspirez puis cessez de respirer, écoutez attentivement, essayez de ressentir ce que fait votre adversaire. Ensuite, alors que vous commencez à bouger, poussez (Seme) avec votre souffle. Donc, pour saisir son mouvement vous devez arrêter votre propre respiration.

Tanden. Quand nous faisons Hiki Taoshi (tirer vers le bas) pendant un Kata, nous ne devons pas simplement agiter notre sabre ou essayer de l'abattre avec nos bras, nous devons le tirer vers le bas avec notre Tanden.

Je peux vous donner beaucoup de théorie ici au stage mais vous devez pratiquer dans votre Dojo. Juste agir ne marche pas, vous devez montrer votre compréhension sans utiliser de mots pour décrire ce que vous faites. Aujourd'hui vous pouvez avoir un Sekka, un flash, entraînez-vous pour saisir cette chance.

Notre école a commencé avec Hayashizaki Jinsuke. Il y a eu beaucoup d'écoles issues de ses premiers élèves. Plus tard, un homme nommé Hasegawa Eishin fut à la tête et développa Tatehiza no Bu. Après cela Omori Rokurozaemon fut "Hamon", excommunié. Il a développé Seiza no Bu dans son étude de Shinkage Ryu et Ogasawara Ryu. Plus tard, Hayashi alla à Edo et ramena ensuite notre école à Tosa. De nombreuses générations après, Oe Masamichi (Masaji)

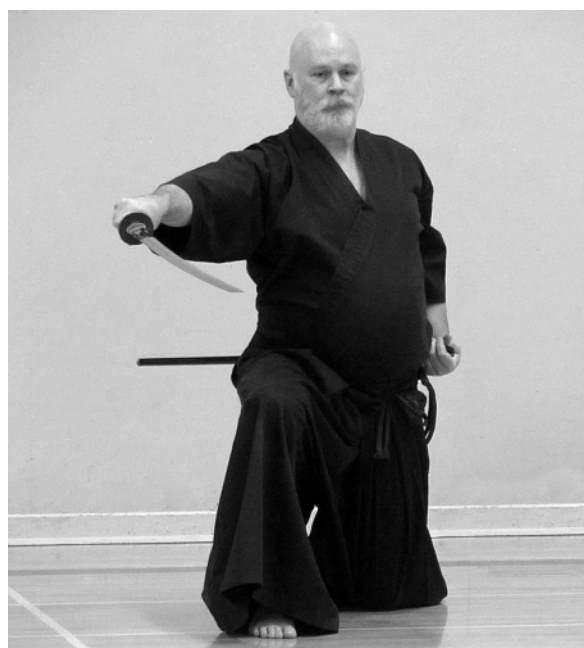
rassembla l'école dans sa forme actuelle. Là où il y avait autrefois quelque chose comme 170 Kata, nous en avons maintenant 42 plus quelques Kaewaza. Donc le Ryu a trois niveaux, Omori Ryu (Seiza no Bu), Hasegawa Eishin Ryu (Tate Hiza no Bu) et Muso Jikiden Eishin Ryu (Oku iai).

Quelques caractéristiques de notre école. Autrefois nous avons l'habitude de simplement jeter le Sageo par-dessus le Saya, personne ne le fait plus, maintenant nous rentrons le Sageo dans le Himo pour qu'il ne flotte plus. Nous utilisons Tate Ha, sur Nuki Tsuke et sur Noto notre tranchant est tourné vers le haut, nous ne le tournons pas vers l'angle d'attaque jusqu'au Saya Banare. Notre Chinugui en Oku Iai est Yoko, sur le côté. Quand nous faisons Furi Kaburi, la pointe se déplace directement vers le haut comme si elle coupait le visage de l'adversaire. Notre Zanshin en faisant Noto en Tate Hiza inclut un balayage autour du pied droit. Quand nous sortons le sabre, nous fermons le Koiguchi. Quand nous faisons Chiburi notre main vient directement au Koiguchi.

Saya Biki n'était pas fait à l'origine dans notre école, vous verrez de vieilles photos où le Nuki Tsuke se fait avec la main gauche sur le Obi, pas au Koiguchi. Kamimoto Eichi disait que le Saya Biki donne plus de puissance à la coupe d'ouverture. Quand Harusuke Sensei a vu cela, il s'est mis en colère et a dit de ne pas bouger le sabre de cette façon. Aujourd'hui nous faisons Saya Biki mais il est différent du Zen Ken Ren Iai.

Il est important que vous compreniez les mouvements à la fois de Muso Jikiden Eishin Ryu et du Zen Ken Ren Iai et de ne pas les mélangez. Regardez comme je fais la démonstration de Mae de notre école pendant que Pam Morgan fait Seitei Mae.

Merci d'avoir participé à ce stage. Souvenez-vous de ce que vous avez vu et retournez à votre dojo pour le pratiquer.



Kim Taylor Sensei