

DOMINIQUE  
ANDLAUER



VERTU & RICHESSE DE  
**L'ÉTIQUETTE**

dans les arts martiaux traditionnels japonais

礼  
式

REÏ SHIKI  
(étiquette, cérémonial)

amphora

encyclopédie des arts martiaux  
dirigée par Roland Habersetzer

VERTU ET RICHESSE DE  
**L'ÉTIQUETTE**  
DANS LES ARTS MARTIAUX  
TRADITIONNELS JAPONAIS

À Pascal pour hier,  
à Nicolas et Romain pour demain.

*Encyclopédie des arts martiaux dirigée par Roland Habersetzer  
dans la collection « Sports et loisirs » créée par Roger Vaultier*

**Éditions Amphora S.A.**, mars 1996

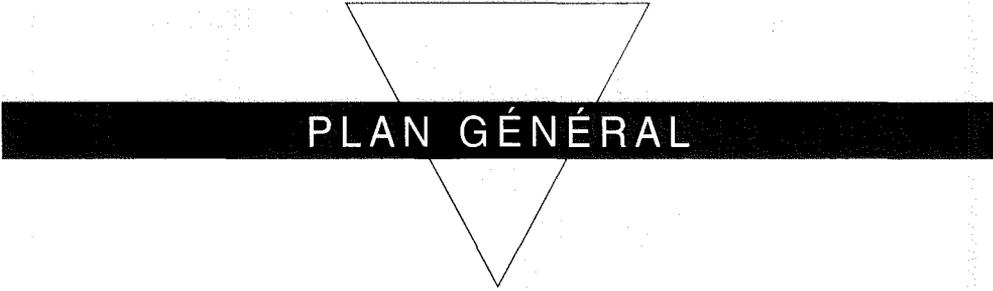
ISBN : 2-85180-287-2

ISSN : 0298-0185

**Dominique Andlauer**

VERTU ET RICHESSE DE  
**L'ÉTIQUETTE**  
DANS LES ARTS MARTIAUX  
TRADITIONNELS JAPONAIS

**Éditions Amphora S.A.**  
14, rue de L'Odéon – 75006 PARIS



# PLAN GÉNÉRAL

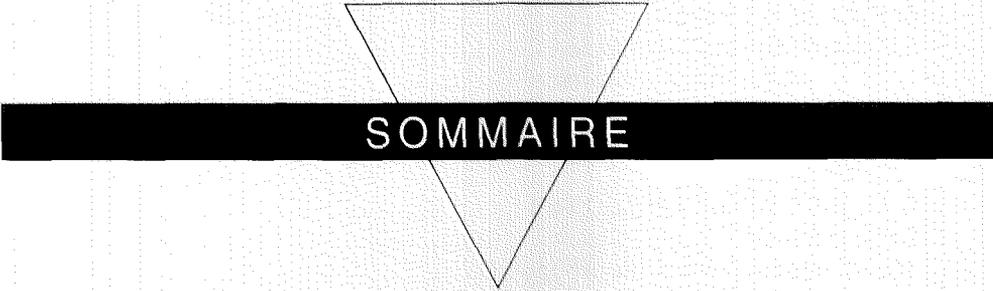
Bien qu'une approche globale soit susceptible de mieux éclairer le débutant sur l'universalité des notions d'Étiquette, cet ouvrage se propose en deux parties distinctes, offrant ainsi plusieurs possibilités de lectures.

**La première partie** est une représentation schématique de quelques gestes de l'Étiquette, en diverses situations, choisis pour leur caractère d'application courante, ou au contraire pour leurs critères spécifiques et peu ordinaires. Chacun pourra tenter d'en extraire l'essentiel à l'aide de ces dénominations communs.

**La deuxième partie** est un recueil de témoignages de Maîtres, ou professeurs avancés, d'Aïkido, de Iaïdo, de Jodo, Kyudo et Karaté do.

C'est, à mon sens, la partie la plus enrichissante quant aux principes essentiels de l'Étiquette. L'expérience de toutes les années de pratique qu'expriment les auteurs nous révèlent la profondeur humaine portée et développée par l'Étiquette.

Ces textes démontrent que dans l'édifice de la Voie, l'Étiquette est fondamentale, elle en est une des poutres maîtresses.



# SOMMAIRE

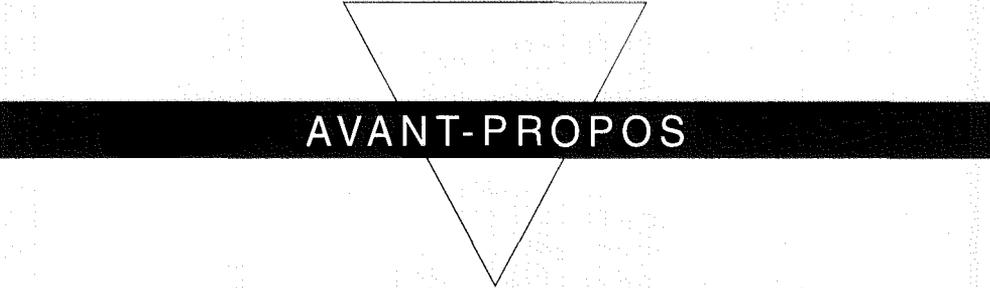
<b>AVANT-PROPOS</b> .....	<b>8</b>
<b>REMERCIEMENTS</b> .....	<b>10</b>
<b>PREMIÈRE PARTIE</b> .....	
<b>Chapitre I - GÉNÉRALITÉS</b> .....	<b>15</b>
<b>A. DES SOURCES ANCIENNES</b> .....	<b>15</b>
1. Des "protocoles" .....	15
2. L'honneur chevaleresque .....	16
3. Les écoles de combat - Ryu .....	21
4. D'autres subtilités .....	24
a. Les Voies artistiques .....	24
b. La politesse, un autre ingrédient .....	26
<b>B. AUJOURD'HUI</b> .....	<b>27</b>
1. Les bienfaits .....	27
2. Les excès .....	29
3. Le juste milieu de la Voie .....	31
4. Nature profonde .....	32
<b>C. APPRENDRE ET APPLIQUER</b> .....	<b>32</b>
1. S'ouvrir à l'Étiquette .....	32
2. Les premières notions d'Étiquette .....	33
3. Respecter l'Étiquette .....	34
4. Oublier l'Étiquette .....	36
5. Qu'en est-il de l'ésotérisme ? .....	37
<b>D. DES RÈGLES D'ORDRE GÉNÉRAL</b> .....	<b>38</b>
1. Le Dojo .....	38
a. L'idéal .....	38
b. Votre Dojo .....	40
c. Kagami Biraki .....	40
d. Bien se positionner .....	41
2. Pénétrer dans son lieu habituel de pratique .....	43
3. Pratiquer en visiteur .....	46

4. Écouter le professeur .....	46
5. Se préparer pour l'exercice .....	47
a. La tenue d'exercice .....	47
b. L'ablution des pieds .....	49
6. Entrer dans un espace d'exercice... à l'heure .....	50
7. ... En retard .....	51
8. Le salut debout - RITSU REĪ .....	51
9. Se déplacer .....	55
10. Se déplacer dans un groupe .....	57
11. Se déplacer seul .....	57
12. Seïza : la respectueuse position .....	58
13. Se "poser" en Seïza - A ho .....	59
14. Être en Seïza .....	63
15. Saluer en Seïza - A Reï : .....	68
a. Salut à deux mains .....	69
b. Salut des mains dissociées .....	69
c. Expressions du salut .....	70
d. D'un salut à l'autre .....	71
e. Beaucoup d'autres saluts .....	73
16. Choisir "sa" place pour Seïza .....	73
17. Se relever de Seïza .....	74
18. L'attention aux armes .....	76
19. L'examen .....	77
a. S'exposer à un jury .....	77
b. L'examen est plus important que le grade .....	79
c. Un texte... plus officiel .....	80
d. Les grades .....	84
e. Les Dan ne servent à rien .....	85

## **Chapitre II - QUELQUES RÈGLES SPÉCIFIQUES .....**

<b>A. CHOISIES EN AĪKIDO .....</b>	<b>87</b>
1. Discipline contemporaine, Étiquette traditionnelle .....	87
2. Reï Shiki en danger ? .....	88
3. Le premier et le dernier partenaire .....	89
4. Des armes dangereusement personnalisées .....	90
5. Ranger ses armes avant la pratique .....	92
6. Prendre ses armes en cours de pratique .....	93
7. Buki Waza, Tachi Dori, Ken Waza, Jo Waza, Jo Dori .....	95
8. Cérémonial de remise de diplôme .....	96
<b>B. CHOISIES EN IAĪDO .....</b>	<b>103</b>
1. Un Budo fondamental .....	103
2. Salut collectif, salut au sabre .....	105
3. Confier son sabre .....	109
a. Donner son sabre, lame au fourreau .....	110
b. Donner son sabre, lame au clair .....	110

<b>C. CHOISIES EN JODO</b> .....	<b>113</b>
1. Une discipline remarquablement codifiée .....	113
2. Shidachi, Uchidachi .....	115
3. Changer de rôle en échangeant les armes, Shi Uchi Kotaï .....	117
<b>D. CHOISIES EN KYUDO</b> .....	<b>119</b>
1. L'arc, l'autre symbole du Bushido .....	119
2. Le Kyudo, un Budo aride .....	119
3. Esprit de Rei Shiki identique .....	120
4. Une Étiquette adaptée au Dojo de Kyudo .....	121
<b>CONCLUSION</b> .....	<b>123</b>
<b>DEUXIÈME PARTIE</b>	
<hr/>	
<b>L'Étiquette, vue par...</b> .....	<b>125</b>
Jean-Richard GROSS .....	126
Floréal PEREZ .....	131
Pascal KRIEGER .....	140
Malcolm Tiki SHEWAN .....	153
Roland HABERSETZER .....	163
Michel CHAVRET .....	171
Bernard GEORGE-BATIER .....	190
<b>BIBLIOGRAPHIE</b> .....	<b>201</b>
<b>ADRESSES UTILES</b> .....	<b>203</b>



# AVANT-PROPOS

## ***Ni écrivain, ni Maître...***

Depuis quelques années, mon évolution dans la pratique de disciplines martiales telles que l'Aïkido et le laïdo a été profondément modifiée par la découverte des bienfaits d'une application rigoureuse et réfléchie de ce que l'on nomme le plus communément "les règles de l'Étiquette".

C'est ce qui m'a motivé à écrire, alors que je ne suis ni un écrivain, ni un Maître en quoi que ce soit.

Comprenez "règles", non pas en terme de règlement ou loi, mais au sens large : notion, principe, idée. Il s'agit dans une certaine mesure d'une règle sur laquelle on prend appui pour apprendre à tracer un trait droit, bien net, ou de la feuille chargée de lignes grasses que l'on glisse sous le papier comme repère d'écriture. Au début cette règle est contraignante, ensuite elle devient indispensable, puis la main devient sûre et elle n'est plus nécessaire. Généralement on la garde car elle est confortable.

Possédant peu d'années de pratique, je prends bien sûr le risque de choquer les bien-pensants pour qui un bon débutant "étudie" et surtout "se la ferme".

Tant pis ! Ce n'est pas à eux que je m'adresse.

Je persiste donc, en toute immodestie, à vouloir formuler à travers cet ouvrage ce qui m'apparaît si fondamental aujourd'hui, comme j'aurais voulu qu'on le fasse pour mes débuts.

Je m'explique.

On m'a enseigné des techniques, des attitudes, des postures. Aussi faible que fût mon niveau, il m'apparut rapidement que des pierres manquaient à ma construction. J'ai essayé d'ajouter plus de rigueur et de sérieux à ma pratique : mais toujours cette impression de vacuité, cette sensation de superficialité. Au contraire, je me sentais beaucoup plus "présent" lors des saluts, au cours de situations difficiles ou tendues, telles que lors d'exams, de remise de diplômes, etc, sans pour autant parvenir à l'expliquer. En fait, c'est surtout la pratique des armes qui m'a éveillé aux côtés essentiels du respect de l'Étiquette.

Est-ce par le danger évident des armes utilisées quand on travaille à deux ?

Est-ce par la "mentalisation" indispensable lors de la pratique seul ?

Peu importe. Toujours est-il que, petit à petit les liens sont devenus plus clairs : l'Étiquette, que je considérais uniquement comme une expression de discipline,

de politesse et de respect un tantinet exotique, se transformait en une source enrichissante beaucoup plus importante que le premier regard ne me l'avait laissé supposer.

A ce moment-là, j'ai eu une autre "lecture", une autre écoute des paroles de mes enseignants.

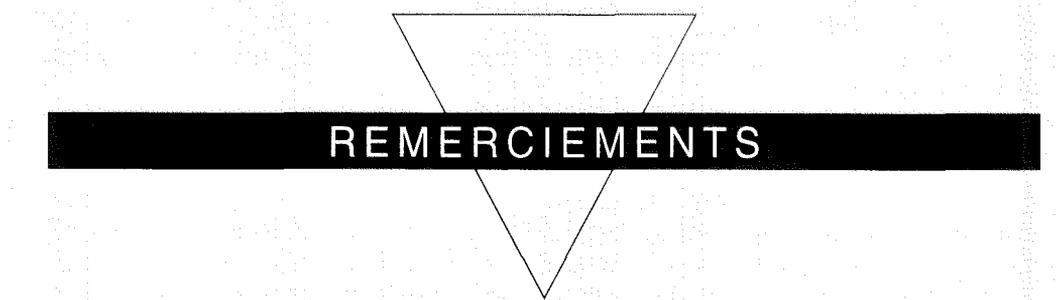
Physiquement, mentalement, ma pratique s'en est imprégnée : j'ai pu alors la vivre mieux et plus qu'avant ... En d'autres termes, l'Étiquette m'a fourni des clés, m'a offert des raccourcis, a renforcé certaines parties de mon corps. Débutant, je n'aurais pas eu l'audace de développer mes interprétations... Tant de questions restent pour moi sans réponse. Je m'en tiendrai donc à celles de mes Professeurs.

Pourtant, cette richesse que j'entrevois, le plaisir que j'en retire, je veux les partager avec mes partenaires débutants. C'est la raison pour laquelle je noircis ces quelques feuilles que le lecteur aura la mansuétude d'aborder comme une synthèse plutôt qu'une création.

Je me permettrai pourtant une "réflexion" personnelle que je sais être juste :

“ Les difficultés que l'on peut ressentir à l'application des règles de l'Étiquette ne sont que le reflet de comptes que l'on a à régler avec soi-même ... ”

Là, croyez-moi, je sais de quoi je parle !



# REMERCIEMENTS

Ni écrivain, ni Maître, donc, je me limiterai dans un premier temps à reproduire les paroles de ceux qui m'ont donné leur enseignement, et qui, par leur personnalité et leur pédagogie ont provoqué chez moi cet éveil. Ensuite, je tenterai de transcrire ce que j'ai retenu de ceux que j'ai eu la chance d'entendre, comme spectateur ou élève.

Pour éviter de commettre de trop grosses erreurs, et je suis conscient que certaines persistent, je me suis aussi référé à quelques ouvrages du commerce, dont certains ont été écrits par les professeurs en question.

C'est l'objet de la première partie.

La seconde partie, plus "directe", est un recueil d'interviews de quelques uns d'entre eux.

Leur dire "merci" me semble un vain mot... c'est pourtant le seul dont je dispose.

Alors, très sincèrement :

Merci ...

... à **Jean-Richard GROSS** et **Floréal PEREZ**.

Tous deux sont mes professeurs, et sont donc à l'origine de ma découverte et de l'apprentissage si positif que j'ai fait de l'Étiquette. Il sont à l'origine de ma motivation d'écriture. Ils sont pour moi des modèles de tolérance et de liberté d'esprit.

... à **Malcolm Tiki SHEWAN**

... à **Pascal KRIEGER**

Leur témoignage est d'autant plus enrichissant que leur expérience et leur culture est grande. D'habitude, les experts sont d'autant moins accessibles qu'ils sont compétents.

Avec eux c'est exactement le contraire, et ils sont très très accessibles...

... à **Bernard GEORGE-BATIER**

... à **Roland HABERSETZER**.

Ils me connaissaient peu ou pas du tout et m'ont pourtant accueilli comme si j'étais un de leurs élèves.

... à **Michel CHAVRET**.

Avec son épouse, ils conjuguent le verbe "accueillir" à des temps que la grammaire cherche encore.

En plus ils l'enseignent à leurs élèves !

Merci également aux **enfants** à qui j'enseigne à La Mulatière. Ils me démontrent à chaque cours ce que mon bête esprit d'adulte n'a su percevoir de subtil, notamment par leur approche simple et logique de l'Étiquette et de ce qu'elle apporte.

Merci aussi à Marie-Hélène, Pierre, Paul, Maurice, Salomon, Gérard, Juan, Daniel, Bertrand et les autres, pour leur aide concrète et précieuse, sans qui cet ouvrage n'en serait pas un, avec un **accessit** particulier pour mon ami photographe Christian FREYER.

Merci également à ceux qui m'ont aidé involontairement ou indirectement, comme Didier Allouis et ses élèves, exemples constants de l'équilibre entre le respect rigoureux de l'Étiquette et le bon sens.

Enfin, il y a les autres qui m'ont généreusement donné ce qu'ils avaient : ne serait-ce que leur cordialité au Dojo et un peu de leur sueur d'avoir pratiqué sincèrement.

Tous m'ont apporté beaucoup plus qu'ils ne pensent. De peur d'en oublier, je n'en citerai aucun, je sais qu'ils se reconnaîtront.

Merci à eux.



**MIYAMOTO MUSASHI, FIGURE EMBLÉMATIQUE DU MONDE DES SAMURAI, CE MONDE D'OÙ VIENNENT LES BUDO QUE NOUS PRATIQUONS AUJOURD'HUI.**

### **POSTULAT**

En ce qui concerne les formes : *Il n'existe pas UNE, mais DES Étiquettes.*

En effet, il en existe peut-être autant que de styles ou d'écoles.

***Toutes les Étiquettes ont leur raison d'être. Seul l'esprit compte.***

Ceci demande donc à un pratiquant nouveau dans un Dojo, de s'adapter. C'est d'ailleurs son premier devoir et **la première règle** qu'il doit appliquer :

ouvrir grand les yeux et les oreilles  
afin d'apprendre aussi vite qu'il peut l'Étiquette "maison".

Entre-temps, il doit appliquer celle qu'il connaît.

## PREMIÈRE PARTIE

---

### ***généralités***

des sources anciennes  
aujourd'hui  
apprendre et appliquer  
des règles... en général

### ***quelques règles spécifiques***

choisies en Aïkido  
choisies en Iaïdo  
choisies en Jodo  
choisies en Kyudo



## A. DES SOURCES ANCIENNES

Bien qu'il existe en Occident quelques arts martiaux possédant des règles précises concernant l'Étiquette, de nombreuses disciplines martiales japonaises, faisant partie de ce que l'on nomme *BUDO* - Mot qu'on peut traduire par : "*Arrêter le combat...*" ou "*écarter le danger*" ; prononcer *boudo* - restent exemplaires dans ce domaine, les plus traditionnelles ayant su conserver leurs *fondations originelles*.

Ces règles d'Étiquette représentent l'expression d'un judicieux mélange de politesse, de respect, de méfiance et de discipline, qui, s'il semble désuet au premier abord, n'est en fait constitué que de composantes appartenant à l'essence des *Budo*, avec toutes les empreintes de leurs histoires respectives.

L'Étiquette qui nous est parvenue a subi de nombreuses influences.

### 1. DES PROTOCOLES

La vie féodale du Japon du Moyen Âge imposait des codes et des protocoles stricts pour régir les rapports entre les différentes castes et classes d'aristocrates, de nobles et de guerriers.

Toutes les façons d'exprimer l'allégeance au seigneur, le respect au chef de guerre, ainsi que l'autorité ou l'ascendance hiérarchique, étaient méticuleusement codifiées. En fait, la vie quotidienne de la cour - des cérémonies les plus solennelles aux actes les plus simples - était réglementée par une Étiquette. Les susceptibilités qu'elle réveillait pouvaient entraîner de lourdes conséquences : une défaillance mal interprétée coûtait la place, le rang, voire la vie du contrevenant.

De plus, les sanctions s'avéraient d'autant plus exemplaires que leur publicité servait en quelque sorte à « bétonner » le système de hiérarchisation sociale en vigueur.

On comprend dès lors que ces conventions aient été respectées, au point qu'elles furent utilisées par les gouvernants pour maintenir leur emprise sur les classes guerrières alors nombreuses, puissantes et fort belliqueuses. L'Étiquette représentait une des *pièces maîtresses* des dirigeants de l'époque, à telle enseigne qu'un célèbre *Shogun* - *Tokugawa Iyasu* - commanda l'écriture d'une sorte de code, le *Buke Sho Hatto*, et l'imposa à ses sujets pour régir leurs comportements et leurs relations.

## 2. L'HONNEUR CHEVALERESQUE

Il est un paradoxe historique japonais étonnant : l'importance de l'influence culturelle des guerriers (Bushi) sur la civilisation japonaise au regard de leur nombre : ils ne représentaient en fait que 5% de la population. Pourtant leur empreinte est aussi présente aujourd'hui que s'il s'était agit de la moitié de la population.

Une partie de ces « gens de guerre » qui avaient droit au port du ou des sabres, étaient les Samurāi - qu'on pourrait comparer aux chevaliers occidentaux - et les Daïmyō - aux chefs de guerre et aux généraux. Leurs règles de vie - pourtant jamais écrites en tant que telles - étaient appelées Bushido (Do : la Voie). Le réduire à un « Règlement ou un Code d'honneur » - ce qui est malheureusement courant - est une erreur fondamentale, dommageable à une bonne compréhension des Budo.

On peut retrouver de nombreux fondements de ce code d'honneur et de comportement dans l'ouvrage - majeur du genre - intitulé : *Hagakure*, sorte de manuel de Chevalerie. Écrit entre 1700 et 1717, il est composé de onze volumes, et a pu être gardé secret durant 50 ans.

Il exalte entre autre, le « savoir mourir » dont devaient faire preuve les guerriers : « Mourir, oui, mais *seulement* quand il faut ».

Très complet, le Bushido peut être interprété comme un code de vie, ayant pour clé de voûte la notion de *Giri* : ce sens du devoir très japonais, incluant la rectitude morale dans laquelle la mort est toujours présente comme alternative courante et quotidienne.

Ce devoir est axé sans concession possible sur l'honneur et sur ce qui doit être accompli pour lui. Honneur - dans cet ordre - du Seigneur d'abord, du clan, puis de la famille.

Pour les classes sociales concernées, principalement les Samourāi (Samurāi : "Celui qui sert", l'équivalent du Chevalier) et les Daïmyō (Chefs de guerre), il était dit que l'honneur passait avant la vie. Un manquement à celui-ci entachait le coupable, sa famille et son clan.

Lors des duels, victoire et défaite devaient se dérouler de manière précise. Afin qu'elles remplissent correctement leur rôle social, la demi-mesure était exclue : seul le sort des vainqueurs ou des vaincus était codifié.

En cas de déshonneur grave, si l'individu conservait la vie, et s'il était Samourāi, le suicide était son ultime recours. Celui-ci se déroulait selon le fameux rite du Seppuku, au cours duquel le soldat se tuait solennellement, devant témoins et assistants.

C'était en fait un condamné à mort exécutant lui-même sa sentence : s'ouvrir l'abdomen en deux coupes, l'une horizontale, l'autre verticale, sans l'ombre d'un murmure. Il tranchait de ce geste le siège de son énergie vitale (Ki) : le *hara* (d'où *harakiri* : kiri = couper), ou *tanden* - terme bouddhique du *hara* - en passant par le point central, le *seika tanden* (situé quelques centimètres sous le nombril, entre ventre et vertèbres lombaires, il est le centre de gravité physique, et considéré comme le siège du souffle de la vie).

Le lieu du sacrifice était préparé, avec des paravents de toile blanche, sur quelques tatamis recouverts d'un tissu rouge. Un assistant, parfois désigné par le condamné (souvent un ami... Une fine lame si possible !), se tenait à son côté, afin de lui trancher le cou pour abrégé ses souffrances : le *Kaishaku*. Ce dernier avait un rôle précis à jouer : couper trop tôt diminuait l'éclat et la valeur du suicide aux yeux des juges et de la société ; couper trop tard, son ami souffrait. L'acte de cet « assistant » - comme on peut le comprendre - avait une importance ... capitale !

Pour un guerrier rompu aux champs de batailles, couper un cou humain dans le feu de l'action ne devait pas représenter une performance en soi. Mais trancher celui d'un compagnon, d'un ami, d'un parent ou d'un frère, et cela en toute cérémonie, demandait des répétitions, ainsi qu'un travail préalable de concentration important. D'où la nécessité d'une Étiquette qui était apprise très tôt, au moins dans sa forme. Si l'on était riche, il était même possible de s'entraîner sur des condamnés à mort.

On peut soupçonner qu'au-delà de « l'entraînement technique » réalisé pour ce geste, ce cérémonial bien étudié fournissait un support moral à l'exécutant, l'empêchant de craquer au moment fatidique. Le rite d'accomplissement fourmillait de subtilités qui peuvent nous apparaître assez macabres. Pendant que le condamné s'ouvrait le ventre, il devait tenir son sabre dressé, prêt à la coupe : s'il était du même rang que lui, il tenait son arme à hauteur de ceinture, plus élevé, le sabre était tenu bas, à hauteur de visage ou plus haut, s'il était d'un rang inférieur.

La coupe elle-même pouvait être exécutée à divers moments du sacrifice. On peut en dénombrer une dizaine : par exemple à la saisie du *Wakizashi*, ou au moment de la pénétration de la lame dans l'abdomen, ou encore à la coupe horizontale, à la verticale, à la sortie du ventre, pour n'en citer que quelques uns ; cela était régi en fonction de la gravité du crime commis, du rang du sacrifié, etc. Le travail d'assistance allait même jusqu'à devoir contrôler la coupe pour laisser un peu de peau attachée afin que la tête ne roule pas au sol, ce qui aurait été très vulgaire. Lambeau de peau qu'il tranchait ensuite pour aller montrer le crâne aux témoins et juges, en le tenant par les cheveux. Était-il chauve ? L'Étiquette prévoyait et répertoriait tout : l'officiant s'était préalablement muni d'une petite lame qu'il glissait dans l'orbite d'un œil pour le transporter...

Ce rite de *Seppuku* voué à l'honneur n'était qu'une des expressions de l'esprit de sacrifice par fidélité, développé par le Bouddhisme et le Shintoïsme, si présents dans le code de Bushido.

Il a aussi été employé par exemple, en signe de protestation envers son propre seigneur.

Là, c'est en se mettant volontairement en opposition avec l'Étiquette que le guerrier rendait sa mort inéluctable : d'un côté, sa loyauté exigeait une sincérité sans faille ; il devait donc exprimer son désaccord vis-à-vis de son suzerain pour ce qu'il pensait être juste. De l'autre, en faisant cela, il enfreignait toutes les règles de respect et d'obéissance du Bushido.

Corneille n'a pu mieux imaginer...

La solution universelle était le *Seppuku*.

Citons en exemple le récit de José Angùs Dejésus, capitaine portugais qui, fraîchement arrivé au Japon pour accompagner quelques moines et commerçants, avait vu revenir le cadavre de deux de ses passagers ecclésiastiques, morts sous les flèches des soldats pour s'être approchés trop près d'un palanquin. Le chef japonais de la troupe - un dénommé Kobayashi Minoru - avait, trop impulsivement semble-t-il, ordonné l'exécution sans chercher à savoir pourquoi les Européens n'avaient pas répondu à ses injonctions. Et pour cause, ils ne savaient pas un mot de japonais...

Kobayashi fut condamné à s'ouvrir le ventre dans une dépendance du temple bouddhiste Nishi-Hogan-Ji de Kyoto.

*<< On nous guida à travers les ruelles de la capitale jusqu'au lieu choisi par le condamné : un temple. Endroit très calme où avait été aménagé un espace très éclairé, surtout dans la zone où devait avoir lieu la sentence. On nous avait installés en un rang sur de belles nattes aux bordures brodées, faisant face aux notables de la région qui, comme nous allaient devoir assister pour témoigner. Six de chaque côté d'une sorte d'estrade de nattes rouges, couvertes de tissus immaculés. J'étais là, assez incrédule, à regarder les poutres massives, les décorations et statuette ornant cette sorte de chapelle, lorsque le chef soldat apparut suivi de près par un homme en armes. Dans le même temps, ce qui semblait être des serviteurs sortirent.*

*Le condamné et son suivant nous saluèrent très solennellement, puis prirent place sur la petite estrade. Le premier à genoux, le second debout à sa gauche. A l'avant-scène avaient été préparés une sorte de grand poignard, ou plutôt une courte épée, avec une garde et un fourreau, quelques tissus blancs très fins, le tout recouvert de toile de lin, ôtée au dernier moment. Le deuxième homme, que je croyais geôlier ou même bourreau, agissait plus comme un aide. Il présenta la petite épée, le tissu et aida le condamné à sortir les bras de ses larges manches.*

*Je réalisais avec quel calme agissait l'homme qui devait s'ouvrir le ventre. Les quelques gouttes de sueur ne trahissaient en rien la grande noblesse qui émanait de lui. Pour se maintenir penché en avant, cet homme d'une trentaine d'années avait noué ses manches sous ses genoux.*

*Il se saisit de l'arme, dégagea la lame, la porta bras tendus à hauteur des yeux et la salua. L'autre homme, à une brassée à gauche se tenait immobile. Celui-ci en avalant régulièrement sa salive, trahissait nettement son émotion. J'appris*

plus tard qu'il s'agissait d'un ami d'enfance du condamné, venu tout exprès à la demande de ce dernier.

Minoru Kobayashi tenant l'arme par sa poignée, avec la main gauche, et par la lame entourée de papier blanc, prononça une sorte de discours, les yeux rivés au sol du temple. On m'indiqua par la suite qu'ils s'agissait de ses excuses, et de la responsabilité qu'il prenait totalement au sujet des deux abbés tués. Il disait enfin qu'il allait s'ouvrir le ventre.

Nous imitâmes le salut des témoins japonais, et à peine nous étions-nous relevés qu'il avait plongé l'épée dans son abdomen à hauteur de nombril. Il coupa d'abord horizontalement, puis verticalement. Seul ce changement de direction lui arracha un faible râle. Pendant ce temps, qui me parut infini, son ami avait dégainé son sabre sans un bruit, le tenant vertical à sa droite. J'étais horrifié.

Tout s'enchaîna ensuite très vite. Je fus aveuglé par l'éclair formidable de la lame tranchant le cou, puis manquai défaillir par les bruits de cette coupe, de la tête roulant au sol et du gargouillis du sang projeté. Il y en avait de partout jusqu'à trois ou quatre pas devant l'estrade. Un membre du groupe des Japonais frappa alors dans ses mains, et trois soldats accoururent.



*La lame qui avait ouvert le ventre fut emballée encore toute sanglante, et son fourreau cassé en deux. On avait apporté à celui qui avait coupé la tête un fin tissu ou papier pour nettoyer sa lame, ce qu'il faisait avec solennité. Le dernier des soldats s'était délicatement emparé de la tête du condamné, et la lui tendait.*

*Une fois son épée propre, il salua profondément le cadavre et montra consciencieusement la tête de son ami à chacun des spectateurs, la maintenant sous notre nez avec insistance, jusqu'à ce qu'il ait constaté la bonne direction de notre regard ! Nous sortîmes, non sans éviter du regard le soldat épongeant le sang sur le plancher. Au dehors nous attendaient des représentants du seigneur local qui, par l'intermédiaire d'un interprète, voulait entendre notre témoignage.*

*Cette cérémonie a peuplé mes songes pendant quelques temps avec insistance.*

*J'ai appris depuis de nombreux détails sur ces sacrifices et essayé de les comprendre. Pourtant, je pense que j'ai vu mourir avec courage, mais sans raison suffisante, un homme valeureux, et à cause de cela - et pour d'autres raisons encore - je suis contre cette forme de coutume et cette forme de justice. >>*

**JOSÉ ANGUS DEJESUS**

Note polémique sur la cérémonie du *Seppuku* :

Ce qui peut être vu à ce sujet, au cinéma et à la télévision, ou lu dans les romans historiques, ne représente que les exemples les plus glorieux, se déroulant avec majesté et courage.

Il semble pourtant que nombre de ces suicides rituels aient été de véritables boucheries, au cours desquelles l'assistant devait s'y reprendre en plusieurs coupes pour arriver à ses fins, ou encore, lorsque le déshonneur frappait un groupe d'hommes, le sacrifice se déroulait collectivement, l'assistant n'étant autre que le prochain suicidé et ainsi de suite (on imagine la précision des gestes).

Quoi qu'il en soit, l'atrocité de cet acte, comme le courage qu'il demandait, n'avait d'égal que la pression sociale qui y poussait le condamné et son assistant.

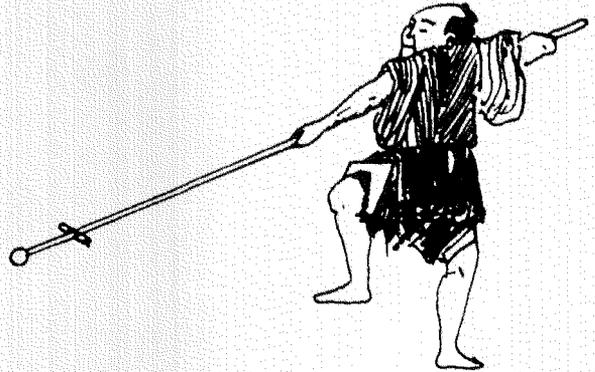
Dès lors, seule une Étiquette détaillée, rigide, apprise et longuement répétée pouvait être exécutée sans besoin de réflexion, ce qui permettait de rester concentré sans trop faillir sous le poids de l'émotion.

Aujourd'hui encore, la plupart des écoles de *laïdo* ont un Kata correspondant à la tâche du *Kaishaku*. Il reste d'ailleurs un symbole si puissant au Japon que ce Kata est volontairement « omis » lors d'exercices en public, à cause de ce qu'il représente, et parce qu'il serait susceptible de choquer les âmes sensibles.

### 3. LES ECOLES DE COMBAT - RYU

Pour importante qu'ait pu être l'influence des deux sources précédentes - celle-ci en découle et en est indissociable - les règles contemporaines de l'Étiquette proviennent en majeure partie de leur synthèse pratique élaborée dans les *Ryu*.

Les *Ryu* étaient des lieux souvent secrets et très fermés, où étaient enseignées en outre, différentes techniques de combat comme le sabre, le poignard, le jiu-jitsu, la lance, le tir à l'arc, et d'autres disciplines martiales telles que l'équitation, la stratégie. En complément à cet enseignement on y étudiait aussi certaines disciplines plus artistiques : la poésie, l'art du thé, la calligraphie et la décoration florale.



En fait, on y enseignait tout ce qui conduisait le Samouraï à approcher les critères de la perfection énoncés par le Bushido.

Les entraînements y étaient rudes et dangereux. On était bien loin des exercices de « loisir » d'aujourd'hui : on y apprenait tout simplement à défendre sa vie et son honneur...

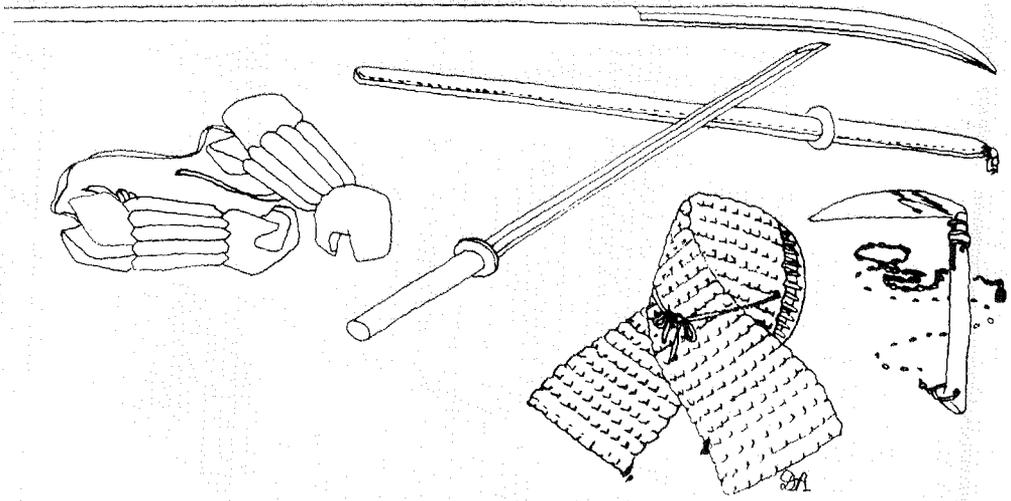
Disposant de peu de protection, utilisant généralement, sinon de vraies armes, du moins des répliques dangereuses, des règles comportementales et de sécurité étaient indispensables.

Leur but était clair :

- Eviter aux novices de paniquer, et aux plus avancés de perdre leur sang-froid.

- Faire naître chez ces hommes durs l'esprit d'entraide et de respect mutuel, mais surtout, développer une des qualités requises du Samouraï : la parfaite maîtrise de soi et des expressions intempestives de ses émotions.





Avec le temps, et la paix, « *Jutsu* » est devenu « *Do* » ; les Bujutsu, les Budo.

On peut aujourd'hui en distinguer deux « genres » : les *Ko-Budo* : disciplines martiales classiques, dont les racines sont dans les Ryu anciens ; puis les *Shin-budo* (Shin le cœur... spirituel) : disciplines aux fondations plus récentes, à partir de ce que l'on appelle le Japon moderne, situé à la fin du 19<sup>e</sup> siècle, dont est issu le Judo, par exemple.

Les salles d'armes des écoles de guerre ont totalement pris vocation de *Dojo*, où l'enseignement est voué à la paix à travers l'exercice physique, l'éducation du respect, de la discipline et de la morale.

Le pratiquant (Shugyosha) a remplacé le *Samourai*. Il a découvert son seul véritable ennemi :

lui-même...

Aujourd'hui, les exercices tentent toujours de pousser les individus dans leurs retranchements pour qu'ils se dépassent. Alors les mêmes types de dangers existent, et c'est sans doute pour cela, qu'en plus du respect de la tradition, l'Étiquette a été maintenue : pallier à la faiblesse de notre esprit, qui nous fait perdre pied en situation hostile, même simulée. En effet, à un certain degré de pratique, la rapidité d'action ne laisse plus le temps pour le raisonnement, la synthèse, la logique, l'analyse, ou la décision.

C'est un objectif de la Voie très difficile à atteindre. Il faut de longues années d'étude et d'entraînement pour passer de la réaction réfléchie, apprise, à l'action pure, instinctive, innée, seulement déclenchée par une perception.

Instinctive et innée oui, mais à ne surtout pas confondre avec le mauvais réflexe qui est le véritable ennemi. La plupart du temps, il nous fait prendre des attitudes défensives systématiquement négatives telles que la fuite, le repli sur nous-mêmes, physiquement ou mentalement, et la perte de sang-froid.

Des gestes appropriés, des déplacements précis, longuement étudiés, exécutés sans besoin de réflexion, libèrent l'esprit et le laissent accéder à un niveau de perception élevé.

Qui a pris le temps d'observer un chat jouant, chassant ou se battant, pourra se faire une petite idée de cette instantanéité et des notions qui s'y rattachent (*Metsuke* - le regard « global », *Zanshin* - vigilance, état d'éveil, *kanken* - vision d'intuition, etc.). Ce n'est pas l'objet de ces lignes : de grands Maîtres ont déjà développé ces différents aspects après les avoir approchés ou atteints, suite à une longue pratique. Toujours est-il que l'Étiquette en fournit quelques rudiments, sinon un support.

On peut, pour l'imager, citer une analogie avec les gammes qu'effectuent souvent les pianistes avant de jouer. Pour un débutant : elles le familiarisent avec son clavier, sa dimension, son « toucher ». Pour un virtuose : elles lui délient les doigts chaque jour et le portent à la concentration.

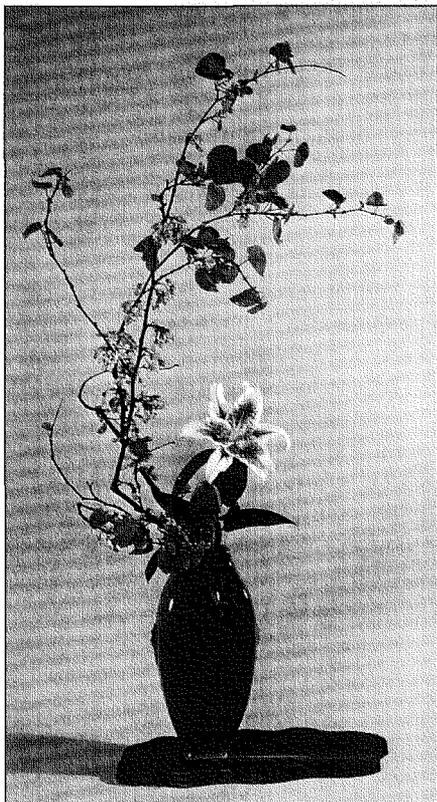
## 4. D'AUTRES SUBTILITÉS

### A - LES VOIES ARTISTIQUES

On peut citer quelques domaines où l'Étiquette est toute aussi remarquable, mais dans des disciplines qui, si elles ont été qualifiées et pratiquées comme martiales, avaient une vocation artistique plus marquée tels que le *Shodo* : la calligraphie, ou encore le *Sado* : l'art du thé.

Ce dernier, cérémonial de préparation, service et consommation du thé japonais - *Chanoryu* - a des fondations religieuses (Bouddhisme, Zen). Il est devenu un rite social et culturel très important. Il est souvent qualifié de poésie de gestes, et sa pratique de véritable discipline de l'âme. Du début à la fin de son Étiquette, tout compte. Lieu, table, outils, produits sont rigoureusement choisis, s'accordant harmonieusement entre eux dans leurs couleurs, formes et dimensions.

La présentation est un rite, comme la préparation et la dégustation. Le breuvage s'apprécie autant que la mesure des gestes des officiants, ou que la subtilité de l'ensemble. Lorsque l'on reporte cette fonction de l'Étiquette sur un mouvement d'une technique martiale, d'autres sensations arrivent très vite, très éloignées du self défense.



L'art floral, ou *Kado*, est aussi appelé Ikebana (Bouquet vivant). Plus contemplatif, il possède aussi ses règles de base d'accomplissement, elles aussi régies par un cérémonial. Disposition, dimension, proportions, choix et harmonisation des végétaux, lieu d'exposition, tout est prévu dans les techniques. L'Étiquette pour sa part, gère le temps, les distances, les attitudes et le mental.

Dans ces derniers exemples, l'Étiquette apparaît comme un élément ouvrant l'esprit à une hauteur d'appréciation sensorielle très globale, liant étroitement le goût, l'odorat, la vue, l'intuition à l'action.

En fait, l'éclairage apporté aux actes par *Rei Shiki* - la pensée préalable, la concentration, l'application, les précautions - permet de tenter d'atteindre l'essentiel d'un tout, de percevoir le fond, à travers des conventions abouties et épurées de la forme...

KADO : LA VOIE DES FLEURS



SHODO : LA VOIE DE L'ÉCRITURE - FLOREAL PEREZ À L'EXERCICE

## B - LA POLITESSE, UN AUTRE INGRÉDIENT

Dans leur ensemble, les pays asiatiques ont développé et conservé le goût des plaisirs et des raffinements qu'apporte la Politesse dans les rapports humains. L'Occident, au contraire, en oubliant ses bienfaits et les réels plaisirs d'une application raffinée, n'a conservé et transmis que les notions de contrainte et d'obligation. Il existe pourtant, et l'Étiquette en est un vivant exemple, une efficacité sociale et humaine de la politesse.

Inazo NITOBE, écrivant sur le Bushido à la fin du siècle dernier, déclarait à propos de la politesse :

*“ Quelle que soit la chose à faire, il existe toujours une meilleure façon de l'accomplir, et c'est sûrement celle qui est à la fois la plus économique et la plus gracieuse ”*

Avec le temps, structurée et construite en tant que véritable architecture sociale au Japon, elle a imprégné toutes les couches de la société, des plus riches aux plus défavorisées. En montant dans l'échelle sociale, la politesse devient cérémonielle et protocolaire, pour devenir à la Cour, ce qu'on appelle l'Étiquette Impériale.

Cette culture a ses écoles. Certaines, créées au XII<sup>e</sup> siècle, existent encore de nos jours.

Une des plus connues et des plus anciennes, où est étudiée l'Étiquette Impériale - l'école Ogasawara - a entre autre pour principe que “la finalité de toute Étiquette est de cultiver son esprit de telle manière que, même lorsqu'on est tranquillement assis, le plus grossier des manants n'ose vous attaquer”.

La portée martiale est évidente, allant jusqu'à la philosophie : apparaître si prêt qu'on est inattaquable . Cet enseignement dépasse bien sûr largement le domaine de la politesse, mais touche aux gestes les plus simples comme boire une coupe d'eau, s'asseoir ou se coiffer. Pourtant celle-ci en est une composante essentielle.

## **B) AUJOURD'HUI**

### **1. LES BIENFAITS**

Ces pratiques martiales, ces rituels de respect, ces codes d'honneur, ces règles d'étude, qu'elles soient étiquettes de Cour ou simples politesses, forment, après avoir traversé le temps, ce qui est résumé par le terme d'« Étiquette », traduction la plus proche du mot japonais *Rei Shiki*.

Son étude approfondie concomitante à l'étude des Budo représente de nombreux intérêts pratiques.

**Des éducatifs physiques** : ces exercices sont très profitables sur le plan musculaire, parce que répétitifs. Les muscles concernés sont principalement ceux de la ceinture abdominale, des hanches, et les jambes : en fait ce sont les zones qui sont les plus actives et que l'on développe le plus durant la pratique martiale. La précision requise par l'Étiquette exige de surcroît, un grand travail de contrôle (transport du poids du corps, équilibre, redressement du buste, etc.), qui assure un développement sensoriel particulier de ces parties du corps que les sports occidentaux, par exemple, sollicitent généralement très peu. Toutefois, s'il ne s'agissait que de rechercher ces bienfaits physiques, une gymnastique appropriée suffirait, mais c'est en plus :

**Une discipline commune** : l'Étiquette enveloppe les exercices. Elle permet à de nombreuses personnes de s'entraîner dans des lieux parfois exigus : l'ordre qu'elle apporte diminue la possibilité de confusion dans le groupe et les distractions individuelles. Les préliminaires qu'elle impose permettent à des inconnus de s'exercer ensemble, quel que soit leur niveau, et d'établir une relation.

C'est aussi :

**Une certaine idée du respect** : il semble que ce mot n'ait qu'une valeur très relative aujourd'hui. Il est d'ailleurs toujours conditionné à : du respect pour telle ou telle valeur, acte grandiose, réussite spectaculaire, etc.. Dans un Dojo, on apprend tout simplement que chaque individu est respectable, au moins autant que soi-même. Que les nouveaux sont de futurs anciens, que les anciens ont été nouveaux. Qu'on ne peut s'enrichir de l'autre sans relation. Qu'une relation n'existe qu'avec l'échange. Enfin, que le respect, même s'il est imposé au départ, ouvre l'esprit de chacun à la relation aux autres.

Cependant à l'usage, l'Étiquette s'avère être par-dessus tout :

**Un travail de et sur l'esprit** : les vrais trésors que recèle l'Étiquette se situent en réalité dans l'indispensable présence mentale qu'elle exige, ainsi que dans le travail d'observation et d'amélioration qu'elle permet d'accomplir en permanence sur soi-même, avec pour objectif le parfait contrôle de soi. Il est bien entendu que, dans le cadre des Budo, l'Étiquette n'est pas et ne peut être une fin en soi, car l'objectif reste l'exercice martial complet, qui allie corps et esprit. Toutefois, l'Étiquette recèle de nombreuses composantes qui sont

très utiles durant l'apprentissage. D'une manière globale, l'Étiquette des Budo, bien que spécifiquement adaptée à chaque pratique, a des constantes et des dénominateurs communs :

### LA DISCRÉTION

Au Moyen Âge, une personne gesticulant, ou se faisant remarquer dans un groupe dérangeait. Elle était souvent la première que l'on provoquait en duel. Le manque de discrétion représentait dès lors un danger.

Aujourd'hui, une personne bruyante et tapageuse fait montre tout simplement d'un manque de contrôle de son affectivité, un besoin impérieux d'être remarquée ou reconnue.

L'Étiquette semble être une bonne clé pour apprendre la maîtrise de soi.

### LA SOBRIÉTÉ

L'Étiquette réduit chaque geste à son minimum, afin d'aboutir à une efficacité dont la pureté devient esthétique. Cette économie de geste et d'énergie est plus facilement étudiée ensuite dans la pratique martiale proprement dite. Le coude qui dépasse, le frottement de pied ou la mimique inutile du visage polluent le mouvement. Il faut élaguer encore et encore comme on le fait d'un bel arbre, ou polir de plus en plus finement comme on le fait d'un beau sabre : plus on s'approche d'un aspect de miroir, plus l'infime détail paraît grossier. C'est le prix de l'élégance : un travail foncier de concentration et de maîtrise de l'ego, de plus en plus subtil en direction de la perfection.

L'Étiquette trace peut-être une « voie » pour y parvenir.

### LA VIGILANCE

Il faut d'abord être vigilant quant à l'Étiquette elle-même, ce qui n'est pas une mince affaire avant que cela ne devienne spontané. Ensuite doivent se développer les multiples qualités attachées au *Zanshin* citées précédemment, pour parvenir à une meilleure perception du monde qui nous entoure. Il ne reste plus alors qu'à faire le lien avec le partenaire-adversaire, à trouver l'harmonie.

Même si pour la plupart d'entre nous, une vie est trop courte pour percevoir complètement cette notion de vigilance, l'Étiquette peut représenter un raccourci d'étude, fournissant des sensations préalables, sans la perturbation d'une attaque.

Ces trois termes pourraient être résumés par un seul :

### HUMILITÉ

Cette Humilité façonnée à partir de la notion de *Wabi* - la simplicité essentielle - et de celle de *Makoto*, la sincérité absolue, franchise totale et pure, celle qui engage l'autre par le don total de soi.

Il s'agit en bref de la véritable humilité, de celle qui différencie le faux modeste du fanfaron, le servile de l'adjudant de quartier, le guerrier tapageur du pleurnicheur éternel insatisfait. L'Humilité dont Nietzsche disait qu'elle naissait en même temps que la vraie honnêteté, et qu'il ne fallait pas la confondre avec l'attitude servile pétrie de peur ou de vénalité.

Chacun a une place sur terre comme au Dojo, à chacun de la trouver, physiquement, socialement, mentalement, psychologiquement, etc... ement,

afin de s'y épanouir pour le plus grand bénéfice des autres. Respecter les autres en se respectant soi-même.

Surtout pas plus.

Surtout pas moins.

## 2. LES EXCÈS

Comme en toute chose, les extrêmes appauvrissent les messages en sélectionnant les portions évidentes et faciles à déchiffrer. L'Étiquette a aussi ses extrémistes qui cherchent à travers elle tantôt à s'individualiser, tantôt à affirmer une sorte d'emprise sur leurs congénères.

### **Le Forcené :**

« Taisez-vous ! Restez à votre place ! Alignez-vous ! C'est pas un salut ça ! Dépêchez-vous ! »

Facilement repérable à l'oreille, vous ne tarderez pas à le voir entrer dans une profonde solitude. Il s'est trompé de carrière. C'est son seul échec, car au fond, sa démarche relève d'un bon sentiment. Il a sûrement découvert que l'Étiquette comblait un manque chez lui et pense, malheureusement, que c'est le cas de chacun. Sa position exclut toute demi-mesure, méprisant ceux qui s'y arrêtent. Il est un peu comme ce jardinier qui réclame à la haie de son jardin la parfaite rectitude qu'il a du mal à atteindre pour lui-même. Un seul petit creux et il retaille tout ! Sa journée risque de se terminer à la scie, sur un alignement de souches toujours pas alignées. Son voisin qui l'aidait l'a abandonné, dépité. Rassurez-vous, avec le temps sa pseudo dictature s'assouplira. Rien n'est plus triste pour lui que de n'avoir personne à saluer.

### **L'Anticonformiste :**

(Ne le confondez pas avec le non-conformiste). C'est aussi une sorte d'intégriste, de contestataire systémique. Plus discret que le forcené, il est moins honnête qu'on ne pourrait le croire. Il se signale généralement par onomatopées et par gestes.

Tantôt il salue d'un bref mouvement de tête et comme son partenaire prend son temps, il dit un peu gêné " bon, allez on attaque ? ". Tantôt il souffle " fffff ! " quand Zazen lui semble long, ou déclare " ouais oh ! ", en mimant de projeter de la main par-dessus son épaule le monologue sur le respect de l'Étiquette que vient de prononcer son professeur (qu'il aime bien à part ça). Son Bokken est généralement vieux et abîmé et il arbore de vieilles pantoufles écossaises en guise de Zori. Ses pantoufles ? Il les conserve curieusement à cet usage exclusif, alors qu'il porte chez lui les Zori que son épouse lui a offertes. C'est tout un art que d'appartenir à un groupe sans en avoir l'air. C'est l'insécurité permanente. Le refus de (se) donner est décuplé par la peur de perdre. Car ne vous y trompez pas, chaque geste, chaque réflexion, chaque onomatopée est suivie d'un regard rapide en direction du professeur. Il ne s'agirait pas d'être vu : en plus d'être intégriste, c'est un funambule. Quelle vigilance cela lui demande ! Il est comme l'adolescent qui, pour exprimer son refus du costume-cravate paternel, déploie des trésors d'ingéniosité pour déchirer savamment son Jean, ou casse sa tirelire pour « dégoter » le vieux

pull-over et la chemise surdimensionnée conforme à sa rébellion. C'est une forme d'Étiquette en soi, mais qui n'est en l'occurrence pas la bonne. Il s'est trompé de tribu, voilà tout. Lui aussi se retrouvera sûrement seul.

Le summum de cette caricature se produit quand l'anticonformiste se voit confier la responsabilité d'un groupe de débutants. Ce stress inattendu risque de le transformer en forcené.

### **Le sectarisme disciplinaire :**

Il est courant d'entendre : « Moi je pratique le .....do. C'est super, et le reste ne vaut rien ». Ou encore « L'Aïkido ? Bof, de la danse ! », « Les Judoka ? Quels catcheurs ! », « Le Karaté ? C'est bon pour prendre des coups dans le nez », « Le Kyudo ? Bah, c'est la messe », « Iaïdo ? Un truc d'égoïste », « Les Kendoka ? De vrais petits Samuraï », etc.

Ce sont des phrases de ce genre, que l'on a tous à peu de choses près entendues après quelques mois de fréquentation d'un Dojo, qui réduisent ou suppriment des relations qui pourraient être enrichissantes entre disciplines. Ce type de formule caricaturale est déjà une sottise en soi que devraient bannir et surveiller les responsables et les professeurs, car avoir un avis sur une discipline que l'on ne pratique pas est stupide. Le pire advient lorsqu'on finit par juger l'ensemble des pratiquants en question - surtout ceux qu'on ne connaît pas - comme des individus méritant des qualificatifs aussi négatifs. A terme on arrive à des situations aussi tristes que fréquentes où chacun regarde l'autre comme un ennemi. Rares sont les Dojo où règne une bonne entente entre les Budo.

Enfin que dire des membres d'un même Budo pratiquant un style différent, ou appartenant à une association ou fédération différente ? Si ce n'est simplement d'un autre Dojo ?

Un tel intégrisme disciplinaire montre à quel point la notion de la Voie, Do, peut être incomprise pendant des années, par des pratiquants pourtant sincères et apparemment passionnés (justement peut-être trop).



### 3. LE JUSTE MILIEU DE LA « VOIE »

La solitude, le temps, l'évolution, sans oublier une mesure de sueur et la souffrance positive de l'exercice, amènent à la réflexion (pour ces exemples, le mot flexion est mieux adapté). Ces caricatures nous enseignent que, quoi que nous fassions, quels que soient nos défauts, nous éprouvons un besoin naturel, inné, de nous appuyer sur une Étiquette ou un rituel (dans le sens d'actes quotidiennement répétés qui, en société, deviennent habitudes sociales, usages, puis coutumes). Que ce soit à l'école, à la maison, en famille, ou en solitaire, une portion de nous-mêmes tend à s'y raccrocher.

Ceux qui trouvent dans le cérémonial autre chose qu'un code clair et très simple à comprendre finissent souvent par le transformer en une véritable liturgie qui perd son aspect martial, tendant même à l'évincer. Le Budo pratiqué a alors tendance à être assimilé ou vu par des profanes comme une secte semi-religieuse. C'est un réel danger, car arrivent alors des personnes en mal de mysticisme qui ne font qu'amplifier le phénomène. La principale victime sera le Budo en question.

Un philosophe a dit « tout commence et finit par une cérémonie ».

Vie, mort, mariage, naissance, éducation, coucher, lever, travail, voyage, sexe : tout s'annonce, s'exprime, se déroule de manière précise souvent identique depuis la nuit des temps.

De plus, cet élan de ritualisation n'est pas le propre de l'homme. C'est un langage, un code, qui s'étend à l'ensemble des êtres vivants. C'est LA communication vraie, celle qui porte la relation des êtres au niveau le plus élémentaire possible.

De l'insecte à l'éléphant, du moineau à la baleine, les plus belles parures, les plus belles danses, les actes les plus fous sont rituels, succession de signes, de déplacements, d'approches et d'engagements. Préliminaire d'accouplement, de hiérarchisation ou de combat, ils se situent invariablement dans la tierce fondamentale : vie, procréation, mort.

Dans le passé, même si c'était pour l'aider à conserver sa vie, les Jutsu entraînaient l'homme à agir principalement pour la mort de son adversaire. Aujourd'hui, ce qui est enseigné dans les Dojo a une vocation de Vie. L'objectif est d'élever l'individu, physiquement et mentalement. Affûter son sens moral en même temps que la maîtrise de son corps, construire un homme meilleur à travers des exercices, à l'aide d'outils qu'il avait créés pour se détruire... Contradiction bien asiatique. Trouver le *Yang* (en japonais : Yo) à l'aide du *Yin* (en japonais : In). Toucher du doigt l'humanité que l'on partage avec son voisin, pour en ressentir la grande vulnérabilité.

Le chemin emprunté dans les Dojo passe par une relation qui ne peut s'établir et se maintenir sans une sorte de communication universelle, qui semble aujourd'hui plus utile que jamais... Il suffit de regarder le monde.

## 4. NATURE PROFONDE

Au demeurant, s'il est nécessaire d'assimiler certains gestes techniques, nous possédons tous plus ou moins une version naturelle de l'Étiquette. Nous avons conservé des fonctions qu'il nous faut réveiller de notre animalité (que certains nomment « cerveau archaïque »), puis apprendre à les contrôler avec notre humanité.

Avons-nous appris à avoir faim ou sommeil ? À avoir peur ? À fuir ? À nous fâcher ?

Non, bien sûr. Ce sont des gestes de réaction, naturels, primaires et spontanés.

Mais chacun les exprime en humain. Nous n'avons été éduqués que pour les contrôler (jusqu'à un certain point !).

Il en est de même par exemple, pour notre violence : bien que la plupart des gestes de combat que montrent les disciplines martiales soient des répliques de gestes facilement assimilables à la violence, l'étude si elle est poursuivie suffisamment longtemps, développe des qualités de contrôle de soi qui nous permettent de domestiquer nos pulsions, à commencer par l'emploi des règles d'Étiquette.

La vigilance, le regard et l'esprit offensif, le sens de la distance, l'intuition, etc., tout cela est caché quelque part, au tréfonds de notre conscience.

C'est pour plonger aussi profond qu'il nous faut apprendre à nous concentrer.

## C) APPRENDRE ET APPLIQUER

### 1. S'OUVRIR A L'ÉTIQUETTE

S'il est une chose difficile pour les Occidentaux, c'est d'adopter en situation d'initiation, ce que les Japonais appellent « *Junanshin* » : l'esprit malléable.

Sans donner une définition complète, que des érudits ont déjà énoncé avec beaucoup plus de justesse qu'elle ne pourrait l'être en quelques lignes, on peut en donner une image : c'est se présenter devant un professeur en laissant au vestiaire toute forme d'idée préconçue, dans une sorte d'état de virginité intellectuelle. Tant pour ses conseils, que pour sa façon de les prodiguer. Même si cela semble évident, ça n'est pas toujours le cas. Débuter en étant persuadé qu'il est "sûrement moins fort" ou "moins bon" qu'untel, en bref "moins que...", est la meilleure façon de perdre son temps à l'heure si importante des premiers pas au Dojo.

De nombreux débutants arrivent dans les Dojo avec à l'esprit un certain nombre d'images stéréotypées, assorties d'objectifs de pratique souvent très "commandos". De Robin des bois à Rambo, en passant par Bruce Lee et la Guerre des Étoiles, la « culture » cinématographique du super-héros nous a donné une curieuse idée de la martialité : des combats qui durent des heures, les vainqueurs à peine décoiffés, savourant leur victoire en époussetant leur complet veston d'une main, l'héroïne aux yeux languoureux à l'autre bras... Observant avec mépris celui qu'il vient d'un seul coup d'index bien ajusté de vaincre et d'humilier. On arrive alors au Dojo avec une idée totalement erronée de ce que l'on va pouvoir y apprendre et en retirer.

Débuter avec « *Junanshin* » évite le temps perdu des désillusions. Finalement non, je ne serai jamais Terminator ! Alors que sans idée préconçue, on peut accéder directement au stade où, avec la stratégie des « petits pas », guidé par son professeur, on commence à construire son propre édifice dès le premier jour.

## 2. LES PREMIÈRES NOTIONS D'ÉTIQUETTE

Si un profane peut comprendre aisément l'utilité et la logique combative de telle parade ou de tel déplacement en réponse à une attaque donnée, saisir le sens, même superficiel de l'Étiquette, est beaucoup moins évident. Pour peu que le débutant l'associe à la politesse, avec son chapelet de traumatismes infantiles dus au « dressage » familial, il risque de l'appréhender comme une contrainte et son évolution risque également d'en souffrir durant de longs mois. Encore des comptes à régler avec soi-même : peut-être faut-il en passer par là ?

A chacun sa réponse. Toujours est-il que, imposées au débutant, les règles de l'Étiquette perdent toute vertu.

D'ailleurs - et à juste titre - on associe souvent le mot Étiquette au verbe transmettre. C'est par l'exemple qu'elle doit être acquise. Quelques explications suffiront ensuite pour l'assimiler plus complètement. C'est une des grandes responsabilités des maîtres, professeurs et anciens d'éclairer les finesses de l'Étiquette, d'en souligner les avantages. En bref : de la « montrer » en l'appliquant, tout en restant aussi tolérants avec les débutants qu'avec les réfractaires.

A ce propos, Rei Shiki nous donne une leçon « à tiroirs », tous garnis de contradictions : d'une part il faut accepter les remontrances lorsqu'on est nouveau, d'autre part on doit apprendre à accepter les différences - défauts, mauvais caractères, incompréhension - lorsqu'on est ancien. Apprendre des règles, tout en sachant qu'elles sont complexes au point qu'il est impossible d'espérer toutes les appliquer, tout en essayant de faire au mieux, assumant avec le plus d'indifférence possible - apparemment - les erreurs commises. On peut rajouter dans le même registre, les angoisses de l'enseignant qui doit s'occuper en plus de lui-même, de ses élèves, en veillant pour ne pas diluer ses propos, à ne s'attarder qu'à l'essentiel - qu'il a bien sûr à sélectionner en fonction de ses interlocuteurs (finalement, *Junanshin* ne s'adresse peut-être pas qu'aux débutants ?).

Sur le plan pédagogique, un débutant peut tirer un bénéfice de l'Étiquette dès son initiation.

Ainsi, un bon premier contact met généralement de l'ordre dans ses éventuelles idées préconçues développées au paragraphe précédent. L'Étiquette peut être présentée a priori de plusieurs manières, et être abordée régulièrement à tous les niveaux de l'évolution, apportant chaque fois de nouveaux outils éducatifs.

On peut alors l'évoquer, comme :

**Un moyen de communication sûr :**

- Entrer dans un Dojo en saluant, n'est-ce pas la meilleure façon de dire, tout en préservant la quiétude du lieu, « Je suis des vôtres » ?
- Savoir se placer sur un tatami dans un groupe de pratiquants qui ne vous connaît pas, n'est-ce pas la meilleure manière d'exprimer son niveau et de l'assumer ?

Ou comme :

**Une sécurité :**

- Un accident est évité, lorsqu'on attend, Bokken à la main, que l'adversaire réponde au salut, avant de l'attaquer.

Ce peut être par ces premières expressions de l'utilité concrète d'une scrupuleuse Étiquette que l'on peut commencer. Exprimer que chaque acte est mesuré, motivé, et peut être expliqué.

On peut aussi proposer comme référence pour un profane, les règles de civilité, de vie en société, pour que plus tard, l'exercice laisse apparaître d'autres sensations plus martiales.

### 3. RESPECTER L'ÉTIQUETTE

A l'étude, on remarque qu'elle est constituée d'une gestuelle extrêmement précise, au même titre que la technique martiale proprement dite.

L'une comme l'autre ne sauraient être pratiquées sans une conscience totale des actes que l'on va accomplir (méfiez-vous des robots !). Cela exige une certaine préparation mentale que l'Étiquette apporte et aide à maintenir durant les leçons.

Quelques exemples :

- **Saluer en pénétrant dans le Dojo**, c'est commencer à rompre avec le quotidien. Il serait difficile, voire dangereux, de passer de la vie de tous les jours, avec son lot de stress et de contrariétés, à une situation de combat, sans une rupture importante et nette.

- **L'ablution des pieds** - surtout lorsqu'on travaille sur tatami - au-delà de l'hygiène élémentaire pour soi ou les autres, permet de réveiller une sensibilité engourdie par une journée de chaussures trop serrées. Un bon Shisei (posture, attitude, tenue) passe peut-être par là.

- **Se vêtir consciencieusement**, c'est la certitude de ne pas avoir à s'occuper d'une ceinture qui tombe, ou d'un Hakama sur lequel on marche lors d'un assaut. C'est aussi ne pas faire perdre de temps à un partenaire pendant qu'on se rhabille en cours d'exercice.

- **Se mettre en Keikogi** implique que les vestiaires gardent les vêtements civils. Fini les belles cravates ou les costumes coûteux, chacun doit être « vrai », le « paraître » n'existe plus.

- **Saluer le tatami ou l'espace d'exercice** consomme la rupture avec le monde extérieur. Soucis et facilités restent derrière soi. Là, pas de téléphone désagréable, ni de secrétaire pour assumer.

- **Se mettre en Seiza** et faire Zazen un instant donne le calme à l'esprit. La respiration s'apaise, le cœur aussi. Le corps repose sur le sol, équilibré et droit. Les tensions disparaissent peu à peu, les épaules se détendent et descendent à leur place. On devient de plus en plus réceptif.

- **Le salut au Maître**, met en état d'élève, l'esprit s'assouplit (*Junanshin*).

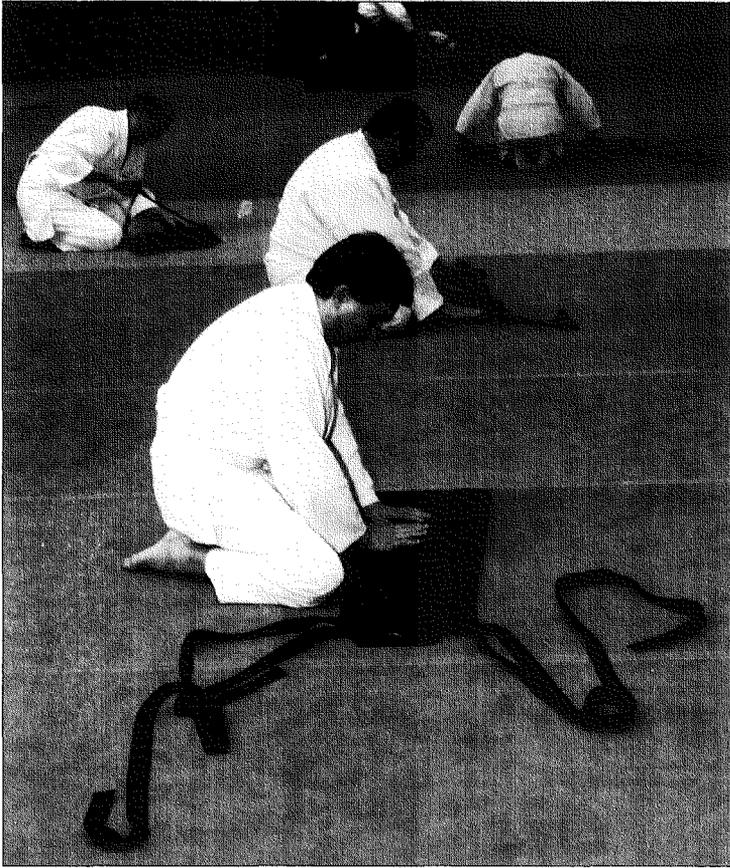
- **Répondre à un salut** pour la pratique met en état de partenaire. Lorsqu'on est détendu, on peut apprendre, étudier sérieusement, tout en pratiquant dans la bonne humeur et la cordialité.

- **Plier son Hakama correctement**, respectant les plis, prépare la prochaine leçon, on pourra ainsi mieux se concentrer dès le vestiaire, sans avoir à en démêler les attaches.

Comme on peut le constater, c'est une multitude de détails, dont beaucoup débordent de l'Étiquette strictement protocolaire, mais qui sont tous importants et portent mentalement l'individu à un état de pleine conscience vis-à-vis des personnes, des lieux qui l'entourent, et finalement de lui-même. A ce sujet, il est important de noter que beaucoup de ces gestes poussent l'individu à s'occuper de lui-même, en prenant tout le temps qu'il faut pour le faire, chose que l'on a souvent du mal à accomplir dans la vie moderne. C'est être d'abord à l'écoute de soi, pour être ensuite en mesure d'acquérir un état de disponibilité physique et mentale maximum dont on pourra faire bénéficier les autres.

Avec le temps, apparaît un phénomène très important, cet état de conscience claire, ce bien-être se poursuit hors du Dojo, sur la route, à la maison, au travail. On s'aperçoit alors que l'Étiquette contient tous les ingrédients de base de ce que l'on peut « emmener à la maison ».

Il y a en effet, et heureusement peu de chance que vous ayez l'occasion de vous servir d'un Katana, d'un Bokken ou d'un Jo dans votre vie quotidienne. Même l'Aïkido ne se pratique pas couramment dans les embouteillages ou au supermarché. Au contraire, la vigilance, la discrétion, la sobriété de tenue ou de comportement, le contrôle de soi, sont des enrichissements individuels que l'on pourrait qualifier de « sociaux ». C'est donc une fonction majeure de l'Étiquette que d'optimiser les capacités générales d'appréciation et de réaction de l'individu envers ses congénères.



PRENDRE LE TEMPS QU'IL FAUT...

#### 4. OUBLIER L'ÉTIQUETTE

Personne ne songe à dissocier les gestes techniques des Budo de ceux assimilés à l'Étiquette, tant dans leur enseignement, que dans leur nécessaire simultanéité d'étude, d'évolution et de progrès. Toutefois, si les techniques s'étudient progressivement selon des niveaux pédagogiquement établis et s'il ne sert à rien de brûler les étapes, l'esprit de l'Étiquette commence dès le début et en bloc à s'apprendre - à se « piger », à se saisir, à se sentir (la difficulté du choix d'un seul verbe vient du fait que l'intégration est aussi physique que mentale). Le temps d'étude ne lui donne que plus de densité.

Les années s'accumulant, le pratiquant arrive à ne plus appliquer l'Étiquette, elle finit par émaner de lui, par être omniprésente. Ses saluts, comme ses mouvements techniques, sont si édulcorés, si sobres, qu'il parvient à l'élégance. Cette aisance semble naturelle, innée, non-apprise.

Son visage n'exprime plus d'émotion inutilement.

Sa simple marche devient un déplacement, ou un remplacement. La frontière entre ses actes techniques et ses actes d'Étiquette est impalpable, inexistante. Sans doute à ce stade est-il sur la voie pour devenir Maître. C'est l'instant où le mot Étiquette n'a plus de sens puisqu'elle est devenue une partie de sa nature.

## 5. QU'EN EST-IL DE L'ÉSOTÉRISME ?

A travers l'influence des diverses religions - Bouddhisme, Zen, Shintoïsme de diverses sectes - les Budo ont été profondément imprégnés d'ésotérisme. Sans entrer dans de longues et parfois discutables explications, il est possible d'en exprimer certaines idées selon lesquelles ils ne seraient qu'une forme de recherche d'alliance entre l'homme et les énergies cosmiques.

Le corps physique de celui-ci appartient au règne animal (le troisième règne selon les Maîtres). Il est dirigé par son cerveau archaïque, ou cerveau primaire. Il résulte de ce dernier les actions pures, dénuées de tout raisonnement.

Ensuite vient son esprit qui est en relation directe avec les divinités du cosmos (les Dieux, les Kami, etc., relevant du cinquième règne). Il en résulte de la pensée pure, dénuée de toute forme de raisonnement ou de calcul. Sa sensibilité est spirituelle et exclusivement positive. Certains l'appellent l'Âme. Les Maîtres le nomment l'esprit intuitif.

Enfin, et malheureusement – pour ce qui nous concerne, nous humains, car nous lui devons tous nos déboires – vient le cerveau mécanique, propre de l'être humain (du quatrième règne). Celui qui calcule et raisonne. Celui qui lutte en permanence pour le pouvoir sur l'Être, qui mobilise son énergie à tort et à travers en vaines réflexions, amenant au stress, ou plus loin... Il est l'ennemi que les Budo tentent de mettre en sommeil, pour permettre à l'esprit intuitif de subordonner le cerveau primaire. Il est celui qui ne nous laisse voir que le négatif de toute chose, qui nous rend méfiant sans motif et nous esseule un peu plus chaque jour.

D'une façon plus cartésienne, les Budo et leur Étiquette, à travers des principes ésotériques universels, cherchent à nous apprendre à relativiser l'instant, à écouter notre cœur et notre esprit - que le Japonais globalise par Kokoro, ou Shin en composition - plutôt que notre cerveau mécanique, pour passer à un niveau de perception plus élevé du monde qui nous entoure.

## D. DES RÈGLES D'ORDRE GÉNÉRAL

*Il est un fait, un état, qu'apportent Budo et Étiquette - lorsqu'ils sont bien compris et clairement enseignés -, dont on parle peu : une certaine forme de « pacification » ou de lissage social.*

*Dans ce domaine, l'uniformisation des tenues et des actes apporte une réelle détente. Quelle que soit sa situation, riche, pauvre, ouvrier ou ingénieur, sa religion ou son origine, chaque pratiquant est tenu de saluer ses partenaires, anciens ou nouveaux, gradés ou non, au gré des pratiques. L'appréciation de l'individu est alors basée sur ce qu'il « fait », non sur ce qu'il « est » ou semble être, avec en plus un « a priori » positif pour ceux qu'on ne connaît pas.*

*En excluant toute idée saugrenue dans ces lignes de « lutte de classes », le Dojo peut être un vrai lieu de paix et d'harmonie, en grande partie grâce aux **conventions relationnelles** établies par l'Étiquette.*

### 1. LE DOJO

*DO* : La Voie, le cheminement spirituel.

*JO* : Le lieu.

Dojo, le lieu où est enseignée la Voie.

On peut prétendre, sans risquer une interprétation hasardeuse, qu'un Dojo devient véritablement un Dojo, dès l'apparition du Reï Shiki.

Tout dans ce lieu est donc régi par l'Étiquette, à commencer par la disposition et les orientations.

#### A - L'IDÉAL

Il existe un Dojo idéal quant à sa conformité à l'Étiquette, même s'il peut exister des différences minimales selon les disciplines. Aujourd'hui, celles-ci étant pratiquées dans toutes sortes de locaux, le respect intégral des règles n'est pas toujours possible. Pourtant, en y prêtant un peu d'attention, il est possible de s'approcher de cet idéal plus souvent qu'on ne le pense.

Les murs du Dojo ont une appellation. En parlant de murs, comprenez côtés ou faces, car les fonctions attribuées à ceux-ci ne sont pas d'ordre matériel, mais spirituel, honorifique ou religieux. En cas de pratique en plein air (*Yagai*), ces directions doivent aussi être définies précisément par le professeur en début de cours.

#### **Le mur d'honneur**

C'est la face principale du lieu, sa polarité, son centre, sa tête. On pourrait presque dire que sans lui, un Dojo n'a pas d'existence propre. Pour la pratique en extérieur, c'est LE côté à trouver. Soit en le choisissant pour sa commodité : un mur, un talus bien matérialisé, un arbre vénérable. Soit en direction du soleil levant, on est sûr alors de saluer en direction du Maître, du fondateur, de sa sépulture ou de son Dojo.

On y expose une gravure ou une photo, soit du fondateur - Morihei UESHIBA pour l'Aïkido par exemple, Jigoro KANO pour le Judo, soit du Maître contemporain suivi par l'école, ou une de ses calligraphies.

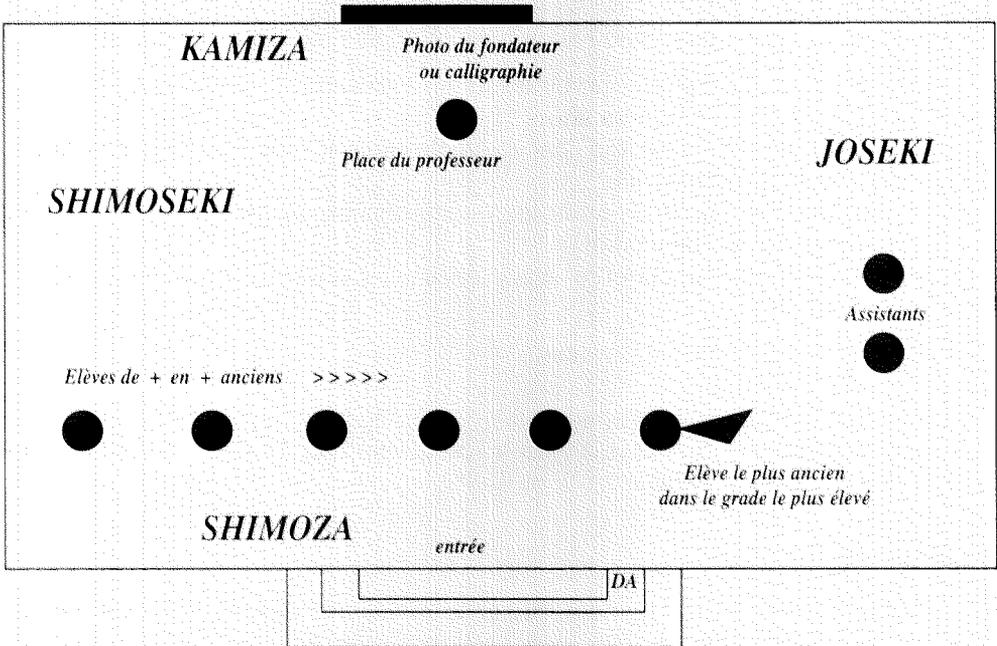
On nomme le mur d'honneur en japonais de plusieurs manières.

- **Shinzen**, en référence au petit autel Shintô qui peut y être dressé.

- **Kamiza**, siège des Kami (divinités Shintô, Ka : caché, Mi : le corps, Za : siège, position...), nommé aussi Kaminada.

- **Shomen**, pour un mur d'honneur ayant la même fonction pour plusieurs Budo, et sur lequel on a porté une image symbolique commune, évitant ainsi un patchwork de plusieurs photos, gravures, etc. C'est parfois le cas dans les Dojo pluridisciplinaires, où cette simplicité laisse son universalité au lieu.

Ce qualificatif d'« honneur » est à retenir pour la suite, car c'est la première et la plus importante marque de hiérarchisation pour les placements, les saluts, etc.



### **Le mur inférieur ou Shimoza**

Il fait face au mur d'honneur, et en est son pendant inférieur.

C'est en son centre que se situe la porte d'entrée idéale, impliquant une avancée de l'inférieur au supérieur en pénétrant dans la pièce. Cette relation entre *Shimoza* et *Kamiza* sert pour l'Étiquette des placements des enseignants, selon leur degré d'ancienneté et de maîtrise, ainsi que pour la position plus ou moins honorifique que l'on veut exprimer à un visiteur de marque, même simple spectateur.

### **Le côté ou siège supérieur, ou Joséki**

Lorsqu'on fait face au Kamiza, c'est le côté droit.

Il est, dans la hiérarchie, le côté des élèves les plus avancés, et des assistants du professeur, qui sont plus proche du Shomen que les élèves ne le sont.

### **Le côté ou siège inférieur, ou Shimoséki**

A gauche, lorsqu'on fait face au Kamiza, il est le pendant inférieur du Joséki, le côté où se tiennent les plus débutants.

## **B - VOTRE DOJO**

La perfection n'étant pas de ce monde, rares sont les lieux adéquats en Occident, conçus et construits pour être Dojo. Comme toujours, quand on ne possède pas tout, il faut faire avec ce dont on dispose, faire au mieux. Installé avec cœur - il s'agit là de cœur spirituel (*Kokoro*) -, un petit Kamiza, une photo ou une discrète calligraphie orneront modestement votre Shomen. En l'occurrence, la profusion, même « japonaise d'origine garantie » est négative. Cela permettra peut-être de réfléchir à la futilité de la sophistication, du clinquant ostentatoire, qui dans certaines salles trop japonisantes, frôlent le ridicule.

De cet idéal d'Étiquette, on peut toutefois extraire de grandes lignes.

Le *Kamiza* ne doit pas se situer :

- sur un axe de passage, par exemple lorsque des portes sont situées au Joséki et Shimoséki.
- sur une face ouverte, sans mur, sans cloison ou tenture, alors que les autres côtés en disposent.
- du côté des spectateurs, s'il y en a ou s'il peut y en avoir (gradins, chaises, etc.).

Le Kamiza doit être si possible :

- un mur véritable.
- situé à l'opposé de l'entrée.
- opposé aux gradins, s'il y en a (ce qui en cas de démonstration évite de tout avoir à modifier).

## **C- KAGAMI BIRAKI**

*Kagami Biraki* : littéralement, briser le miroir. Il s'agit de la fête annuelle du Dojo, généralement avec l'arrivée de la nouvelle année. C'est en quelque sorte « faire le point » de l'an écoulé et inaugurer celui qui vient. Plus qu'une règle d'Étiquette, il s'agit d'une coutume qui, pour sympathique qu'elle soit, risque de transformer votre Dojo en boîte de nuit si vous n'êtes pas vigilant dans votre manière de le traiter. (Les murs sentent longtemps la fumée, et les tatamis vieillissent plus vite imbibés de whisky !)

Si tant est qu'il soit difficile de disposer d'un véritable et traditionnel Dojo, rien n'empêche de respecter au mieux les traditions, surtout lorsqu'elles peuvent être des plus agréables.

Deux points importants doivent être respectés : c'est de l'entité Dojo dont il s'agit, et de ce qui s'y passe d'habitude. Réduire le *Kagami Biraki* à

« une bringue en ville » serait une erreur, sympathique sûrement, mais une erreur tout de même (un enfant m'a résumé de façon imagée mais assez juste cette fête : « C'est un peu la Saint Dojo ! »).

C'est donc là que cela se passe. Par principe, moins il y a d'intervention extérieure mieux c'est. Ce sont les énergies du Dojo qui importent. Toutes doivent être mobilisées, même modestes. Que chacun y aille de son gâteau, de sa tarte ou de sa bouteille.

On peut inviter amis, famille, ou pratiquants amis d'autres Dojo, voire d'autres disciplines, encore qu'il ne faille pas confondre cette fête avec celle clôturant la saison : elle doit rester un événement intime.

Chacun revêt ensuite son meilleur *Keiko Gi*, et prend place. Chacun a le droit de montrer un petit morceau de ce qu'il aime faire, ou de ce qu'il a étudié. Du débutant au professeur, en toute modestie, c'est une démonstration-cadeau. L'année est close, la suivante est lancée par le professeur, le président et ceux qui désirent faire un discours. Certains sont humoristiques et restent dans les mémoires, d'autres sont trop longs et essuient quelques quolibets. Le tout se termine autour du buffet improvisé pour une fois tous ensemble en civil.

## D - BIEN SE POSITIONNER

Une hiérarchisation précise - encore que cette expression ne soit pas fort appropriée, c'est en l'occurrence plutôt un ordonnancement - existe dans tout Dojo, et permet à chacun de savoir où se placer en toute occasion, comme de renseigner un profane, un débutant ou un visiteur.

En pratique, l'évolution partant du Shimoza au Kamiza concerne les niveaux de Maîtrise, de l'état d'élève à celui de Maître, en passant par assistant, moniteur, instructeur, ou professeur.

La progression de Shimoséki à Joséki, quant à elle, relève du domaine de l'ancienneté de pratique plus que du grade, ce dernier n'étant pris en considération qu'en cas d'équivalence d'ancienneté.

Par exemple : pour le travail des armes sous forme de Kata, ces deux sens de gradation - *Kamiza* < > *Shimoza*, et *Joséki* < > *Shimoséki* - déterminent dans l'espace d'exercice, et pendant ce dernier, toutes les indications sur les places à adopter.

### **Exemple :**

Un placement selon le rôle que l'on adopte dans le travail des armes à deux :

- celui qui étudie a une place d'élève, il est proche du mur inférieur / *Shimoza*.

- celui qui lui fait face tient le rôle du professeur - souvent le plus difficile car il « connaît virtuellement » l'exercice -, se place alors du côté mur d'honneur / *Kamiza*, cela quels que soient leur ancienneté ou leur grade.

Sans ce système qui peut sembler a priori complexe, l'étude sérieuse et durable des armes en toute sécurité serait inconcevable, à moins de disposer de salles d'exercice immenses !

Si ces règles doivent être respectées systématiquement lors des saluts collectifs en de nombreuses disciplines, cela est en revanche impossible dans certaines situations d'exercice, comme en Aïkido par exemple : les déplacements nécessaires aux techniques et la nécessité de pratique des débutants avec les anciens font qu'elles sont inapplicables.

Ces exceptions semblent confirmer la règle. Elles prouvent que l'Étiquette adopte toujours le même objectif que la Voie, à laquelle elle s'adapte le cas échéant pour ne pas l'entraver inutilement.

**Autre exemple :**

Pour un salut collectif en *Seiza* et vu de la position d'élève, face au *Shomen*, il faut se disposer selon l'ancienneté dans la pratique :

- Les plus débutants sont à gauche, proches du *Shimoséki*.
- Les plus anciens, à droite, au *Joséki*.

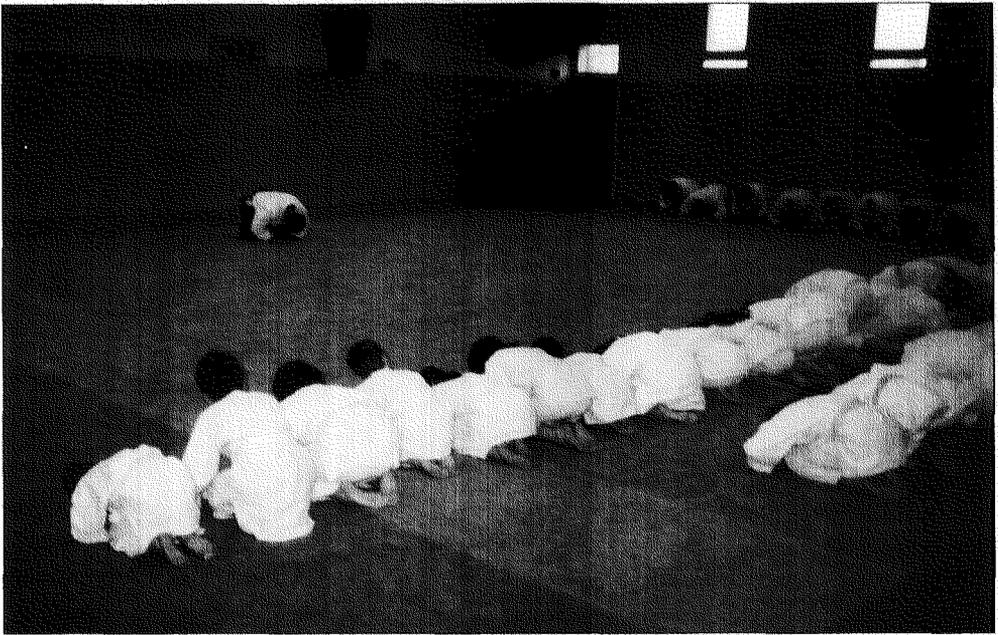
Il semble qu'il existe des raisons précises à cet ordre, qui tente de se placer dans une logique martiale. Certaines versions disent que la confiance du Maître en ses élèves est d'autant moins grande qu'ils sont nouveaux. Il place donc les derniers arrivés du côté le plus facile à atteindre en dégainant son sabre : à sa droite.

Cela doit être respecté dans la mesure où l'entrée se situe au milieu du *Shimoza*.

Dans le cas d'une entrée décalée, c'est simple : on place les nouveaux près de celle-ci. D'autres versions nous disent qu'« en cas de coup dur », en cas d'attaque par exemple, il était préférable de « sacrifier » les guerriers les moins valeureux .

Ce placement peut aussi être justifié plus prosaïquement de plusieurs manières, toutes plus ou moins anecdotiques : les jeunes et nouveaux pratiquants, dans les Dojo traditionnels, étaient corvéables à souhait - nettoyage, rangement etc - et arrivaient toujours après les anciens. Ils ne restait donc que ces places. Enfin c'était aussi les places les moins confortables l'hiver, car le froid entraînait par les jours de la porte (on peut croire que de tels endurecissements faisaient partie de l'enseignement des *Ryu* d'antan). D'autres justifications existent, en rapport avec les temples bouddhistes, ou la place de l'entrée par rapport au *Kamiza*.

Toutes ces versions sont de belles et amusantes histoires dont le moindre avantage est de fournir des moyens précieux aux nouveaux pour retenir ces règles importantes de disposition du Dojo.



STAGE D'ENFANTS À ST SYMPHORIEN D'OZON.  
LES ENFANTS S'ACCOMMODENT TRÈS BIEN D'UNE ÉTIQUETTE RIGoureuse,  
QU'ILS PRATIQUENT LE JUDO, LE KARATÉ, L'AÏKIDO OU TOUT AUTRE ART MARTIAL,  
À CONDITION DE NE PAS LA CONFONDRE AVEC UN BÊTE RÉGLEMENT DISCIPLINAIRE.

## 2. PÉNÉTRER DANS SON LIEU HABITUEL DE PRATIQUE

L'expression lieu de pratique est employée ici pour désigner un Dojo au sens large, avec tatami ou plancher. Les entraînements ou les démonstrations peuvent avoir lieu dans des salles diverses, ou sur des prés, à la plage ou dans divers lieux en plein air. Partout l'Étiquette doit être appliquée, dans la mesure du possible.

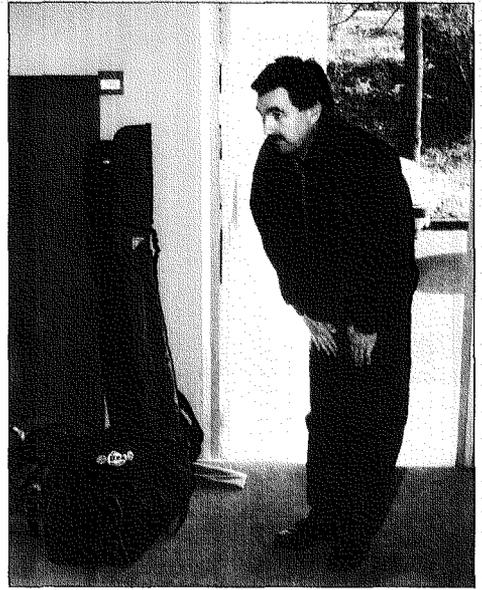
En entrant, arrêtez-vous à l'entrée pour saluer debout en direction du Kamiza.

Pour cela, il faut prendre le soin, donc le temps, de se mettre à l'aise pour saluer.

Il est toujours difficile de s'exécuter harnaché d'un épais pardessus d'hiver, d'une écharpe, et d'un gros sac et d'un étui d'armes. Débarrassez-vous pour saluer.

Il serait dommage de commencer en bâclant votre premier signe de respect envers le Dojo, les lieux de paix sont aujourd'hui si rares.

Si l'on est spectateur même un court instant, soit pour assister à une démonstration, soit pour attendre la fin du cours précédent (c'est fréquent dans les Dojo pluridisciplinaires), il faut se placer sur un côté (*Joséki, Shimoséki*),



DÉBARRASSEZ-VOUS POUR SALUER

ou mieux, à l'arrière (*Shimoza*) de l'espace de pratique. En tout cas surtout pas au mur d'honneur.

Note sur le sectarisme entre disciplines appliqué au Dojo : Il est absurde de respecter un Dojo à certains moments seulement, et pas à d'autres, sous prétexte qu'on y pratique tel ou tel art martial. Qu'il soit le vôtre ou non, un Dojo est toujours un Dojo.

Budo et Dojo sont non seulement indissociables, mais méritent d'être respectés quel que soit le niveau ou la manière dont les personnes le pratiquent à l'instant où vous passez. Pensez donc aux fondateurs et au nombre d'années de travail qu'a pu représenter l'élaboration de cet art, même s'il est un peu « malmené » ou s'il traverse mal certaines vagues de la modernité. Comportez-vous de façon exemplaire et, qui sait (?) montrer votre respect par votre Étiquette appliquée sans complexe, contre vents et marées, pourrait bien finir par inspirer certains.

En vous déplaçant, n'enjambez ou ne piétinez ni chaussure ni arme.

Lors de retrouvailles amicales ou sentimentales, maîtrisez vos ardeurs affectives, pas de bises, pas de grandes frappes dans le dos. N'interpellez pas non plus vos vieilles connaissances qui s'entraînent et quel que soit le niveau sonore émanant des pratiquants, votre discrétion est impérative : pas d'éclats de voix ou de rire. Parlez à voix basse, ou alors sortez du Dojo, rien ne vous en empêche, ce sera tellement plus simple !

N'applaudissez pas, même pour un superbe mouvement de démonstration, ou pour l'annonce d'un examen réussi (à moins que le professeur ne le fasse lui-même).

Lors du *Zazen* et du salut final, restez totalement immobile et silencieux. Mieux encore, saluez debout en même temps.

Pour résumer, faites-vous oublier de telle sorte que les pratiquants puissent se consacrer exclusivement à leurs exercices. Faites comme vous aimeriez que l'on fasse pour vous.

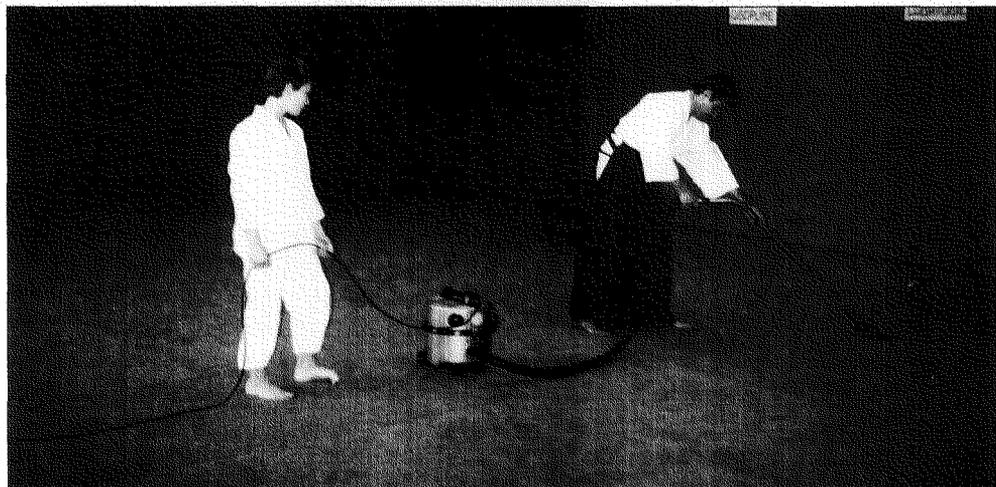
Observation amusante :

*C'est dans votre propre Dojo que vous pourrez réellement juger de votre degré de respect pour l'Étiquette, et de votre faculté à la transmettre.  
(L'habitude joue de mauvais tours, c'est un adversaire redoutable.)*

Tenir propre son propre Dojo : le double tranchant de cet adjectif a peut-être des raisons.

Maintenir soi-même la salubrité d'un lieu comme un Dojo n'est pas une règle d'Étiquette mais un devoir. Il est vrai que de nombreux clubs incluent dans les cotisations le coût du nettoyage par une personne extérieure, et que ce fait entraîne de la part des pratiquants une attitude de « consommateur » : « Oh ! je paie pour ça, moi ! ». Il ne s'agit pourtant pas d'hygiène mais de simple Respect du lieu. Sans cela, on assiste tôt ou tard à de déplorables comportements : manque d'attention au rangement, la saleté ne déclenchant que critiques exagérées, suivies de plaintes auprès du responsable (des troupeaux de moutons de partout, mon Hakama blanchi, mes pieds salis, la poussière respirée, etc.). Qu'en dire ? C'est l'exacte antithèse de l'esprit du Reï Shiki.

Faites donc un essai : arrivez dix minutes en avance, et donnez un coup de balai, ou d'aspirateur, ou de serpillière au plancher sur lequel vous allez vous entraîner, sur le tatami contre lequel on va vous étendre. Ils deviendront un peu plus votre plancher, votre tatami.



Ce lieu deviendra aussi un peu plus votre Dojo ; vous verrez, vous ne l'aborderez et ne vous y conduirez plus jamais de la même façon. D'autre part, lorsqu'on est débutant, c'est un excellent et discret moyen de s'intégrer à un groupe sans tapage, et pour le plus ancien, c'est une manière intelligente de montrer l'exemple.

### 3. PRATIQUER EN VISITEUR

Quand on veut aller s'exercer ailleurs, il est une règle qui est rarement citée, tant elle devrait être naturelle. Demandez, sinon l'autorisation, du moins l'avis de votre propre professeur.

Sachez que lui seul peut juger de votre degré de maturité technique et vous conseiller utilement sur ce projet. Souvent, l'énergie et l'enthousiasme du débutant font qu'il désire goûter à un autre Dojo. Il risque alors, quoi qu'il en pense et parfois quel que soit son niveau, de voir sa pratique perturbée par un enseignement différent.

L'existence de cet usage met simplement en évidence qu'un entraînement intense n'apporte qu'une partie de l'évolution, et ne peut compenser ce qu'apportent les années. Le temps est le seul facteur qui mûrit l'apprentissage, et confère cette maturité qui stabilise votre technique et constitue les seules vraies fondations sur lesquelles vous allez pouvoir construire durablement. Alors patience et vous pourrez pratiquer *Musha Shugyo*, l'errance du Chevalier qui étudie d'école en école. Par contre, lorsque cela est possible, il est préférable d'être ou d'avoir été présenté par un habitué du Dojo que vous visitez, afin que les responsables soient prévenus de votre arrivée. Dans le cas contraire, la politesse veut que l'on se présente soi-même au professeur ou au dirigeant présent. Veillez à être en mesure de lui présenter votre licence. S'il s'entraîne, faites-lui un signe discret - un regard doit suffire - et attendez qu'il vienne à vous. Il est essentiel d'obtenir l'accord du professeur pour pratiquer avant de se changer, ainsi que de demander l'éventuel prix à acquitter pour la leçon. Certains clubs possèdent des tarifs à cet effet, bien que ce soit souvent gratuit. Se présenter immédiatement en tenue au bord de l'espace d'exercice serait assez impoli, car vous auriez l'air de « forcer la main », de vous imposer.

### 4. ÉCOUTER LE PROFESSEUR

Il s'agit encore d'une évidence. Pour pouvoir évoluer, il faut apprendre. Pour apprendre, il faut assimiler, enregistrer paroles et actes du professeur, puis tenter de l'imiter (*Manabu* : apprendre en copiant, ce qui est essentiel en ce qui concerne l'Étiquette). Pourtant, on rencontre souvent dans les stages des pratiquants qui ne semblent pas se considérer comme des élèves, tout du moins n'en ont pas le juste comportement. Ils ont l'air de s'ennuyer durant les démonstrations, attendant que cela se passe, puis n'en faisant qu'à leur tête, ils réalisent les mouvements qu'ils ont décidés, parfois à mille lieues de la demande de l'enseignant. Ils font ce qu'ils ont l'habitude de faire sans aucun

respect pour le professeur, ni pour ceux avec qui ils travaillent. Le temps que ces derniers soient revenus de leur étonnement - s'ils ont échappé à l'accident qui ne saurait tarder - la leçon passera au stade suivant sans qu'ils n'aient rien vu.

Observez, regardez, écoutez, puis tentez de reproduire scrupuleusement les exercices proposés, avec vos moyens, à votre niveau.

Quoi qu'il démontre, cet enseignant - nouveau pour vous - ne le fait sûrement pas tout à fait comme votre professeur attitré. C'est cette différence de mots, donnant un éclairage nouveau aux gestes techniques, qui vous permettra, si vous êtes prêt, de compléter votre étude et consolider votre pratique.

Si vous n'avez pas saisi, pas compris ou qu'un détail vous a échappé, n'hésitez pas à lui demander une explication. Il vous dira alors si vous êtes sur la bonne Voie, si vous cherchez dans la bonne direction. Vous, comme lui, ne vous serez pas déplacés pour rien.

## 5. SE PRÉPARER POUR L'EXERCICE

Arriver en avance à une leçon pour se préparer n'est pas un luxe. Si c'est une politesse envers l'enseignant que d'arriver à l'heure, être en avance est surtout une condition *sine qua non* pour un préalable à une bonne étude.

Les vestiaires sont d'excellents lieux pour commencer à se concentrer. Rangez vos vêtements pour qu'ils n'occupent que le minimum de place. Pensez aux autres, car les vestiaires trop grands n'existent pas.

### A - LA TENUE D'EXERCICE

On ne saurait trop insister sur cet élément, car en s'habillant, on aborde une phase plus pratique de la préparation, concrètement liée à l'exercice.

Avant tout, il faut savoir que les vêtements japonais utilisés sont ancestraux et ont fait leurs preuves. Pour exemple, le Hakama porté aujourd'hui est le même que celui du XVI<sup>e</sup> siècle ! Il faisait partie des atours des classes nobles d'alors. Ces tenues laissent toutes les libertés de mouvement nécessaires à condition qu'ils soient portés selon les règles. Cela commence par la qualité, la propreté et une taille adéquate. Avec l'ensemble *Keikogi / Hakama*, efficacité et esthétique sont liées. Enfin, être bien vêtu est martialement capital :

- comment peut-on évoquer la vigilance, le respect de soi et des autres en étant débraillé, remontant grossièrement un paquet à la ceinture entre chaque technique ?

- comment peut-on travailler et améliorer son *Shisei* (attitude, posture) quand on risque de marcher sur son *Hakama* ?

S'habiller doit être considéré comme un changement de peau et être exécuté avec beaucoup d'attention, car la gêne causée par des plis mal placés ou par un pantalon qui se détache peut aboutir au ridicule, faire perdre du temps, ou causer un accident. Il va sans dire qu'esthétique et dignité, sans

pour autant aller jusqu'à la coquetterie, sont également des motifs pour bien s'habiller.

### - **Le Keïkogi :**

*Keïko* : exercice - *Gi* : vêtement.

La veste (*Uwagi*) est toujours portée, indigo, écrue ou blanche. Le pan de gauche couvrant celui de droite. Pour les hommes comme pour les femmes (on inverse les pans de veste en cas de décès). Ces dernières doivent porter dessous un maillot de coton léger (*tee-shirt*) blanc sans publicité. Les hommes ne doivent absolument rien porter, quelle que soit la température. Le pantalon (*Zubon*) est porté par les femmes en toutes disciplines, par les hommes surtout en Aïkido ou *laïdo*, sûrement en raison du travail à genoux.

### - **La ceinture, ou le Obi :**

Ce peut être une ceinture étroite, comme celle des judoka, ou un ruban de toile plus large, moins épais et plus long (3 ou 4 mètres) : le *Obi*. C'est une pièce essentielle de la tenue. Chaque discipline possède sa manière de la mettre, appropriée à sa pratique. Pour le *laïdo* on la porte nouée derrière, pour l'Aïkido nouée devant (roulades obligeant). Elle est de couleur blanche lorsque l'on débute, quel que soit le *Kyu*. Par la suite, lorsqu'on a atteint le grade Dan, on la porte noire. Les Maîtres en portent selon leur grade, de couleur blanche, généralement au dixième Dan et il est de ce fait irrévérencieux et incorrect de la porter blanche entre premier et neuvième. Dans certains Budo, certains hauts gradés en portent aussi de blanches et rouges, ou toutes rouges. Au-delà de ces couleurs très formelles, des traditions font qu'en certaines occasions on porte aussi un *Obi* violet, voire brodé.

### - **Le Hakama :**

C'est une jupe-culotte, bleu nuit, noire, ou blanche, portée avec ou sans ceinture ou *Obi*. Le *Kyudo*, entre autres, autorise parfois des tissus marron ou blancs plus ou moins précieux, à motifs discrets, surtout pour les démonstrations de cérémonies.

Sa longueur est très importante : trop long, on risque de se prendre les pieds dedans, et tomber, notamment en se relevant de *Seïza* (à genoux). Porté trop court, et c'est souvent l'erreur commise, sa manipulation pour se mettre en *Seïza* est quasiment impossible. La bonne longueur est lorsqu'il caresse le cou-de-pied en station debout.

Certaines disciplines en autorisent ou en demandent le port dès le début de la pratique (à l'origine, c'était un habit de tous les jours). Pour d'autres il est préférable d'attendre, car cela peut constituer une gêne et une entrave aux gestes du débutant quand il se relève de *Seïza*, ou pour son entraînement (notamment lors d'exercices à genoux - *Suwari Waza*). En Aïkido, ce vêtement représente une forme implicite de grade : tantôt au quatrième *Kyu*, tantôt au premier Dan.

Bien porter le *Hakama* demande plusieurs années d'apprentissage.

Au début, chacun cherche un « truc » et fait des essais. Pour finir par s'apercevoir qu'avec un serrage régulier, bloqué par un nœud adéquat, la méthode enseignée par son professeur est parfaite. Commencez donc par celle-ci, et persévérez.

On dit que certains Maîtres ou professeurs déterminent du premier coup d'œil le niveau d'un pratiquant par son habileté à mettre son Hakama et sa tenue dans le temps. C'est d'ailleurs un élément dont on tient compte lors d'un examen.

Une méthode pour le mettre : Concentrez-vous et restez immobile. Trouvez un endroit dans les vestiaires où vous ne serez pas dérangé. Adoptez un écart moyen des pieds un peu plus large que les hanches, puis lacez votre vêtement sans vous déplacer, en une seule fois.



HAKAMA TROP COURT? ZUBON TROP LONG? LES DEUX SANS DOUTE.

## B - L'ABLUTION DES PIEDS

C'est à la base un exercice ancestral de purification. Il est très symbolique, et on le retrouve dans de nombreuses civilisations, sur tous les continents. Pratiquez-le avec attention. Il s'agit d'un acte simple, mais dont à la longue vous ne pourrez plus vous passer, qu'il vaut mieux accomplir de préférence avant d'avoir enfilé le *Hakama*.

Attention, il ne s'agit surtout pas d'un nettoyage. En effet, les pieds enfermés et serrés dans des chaussures toute la journée sont propres, mais risquent d'avoir perdu leur sensibilité. Alors, la fraîcheur de l'eau avec un bon massage les réveillera. De plus, sur un tatami ou un plancher, la peau de la plante des pieds a d'autant plus d'adhérence qu'elle est débarrassée des résidus de sueur éventuels.

Enfin, avant de rejoindre le groupe sur l'espace de pratique, allégez-vous, soulagez-vous, en profitant de la proximité des « lieux d'aisance » lors de l'ablution des pieds. Vous éviterez ainsi certains désagréments durant la leçon. Même si cela prête à sourire, il est inadmissible qu'un partenaire vous laisse en plan au cours d'un travail pour une telle raison.

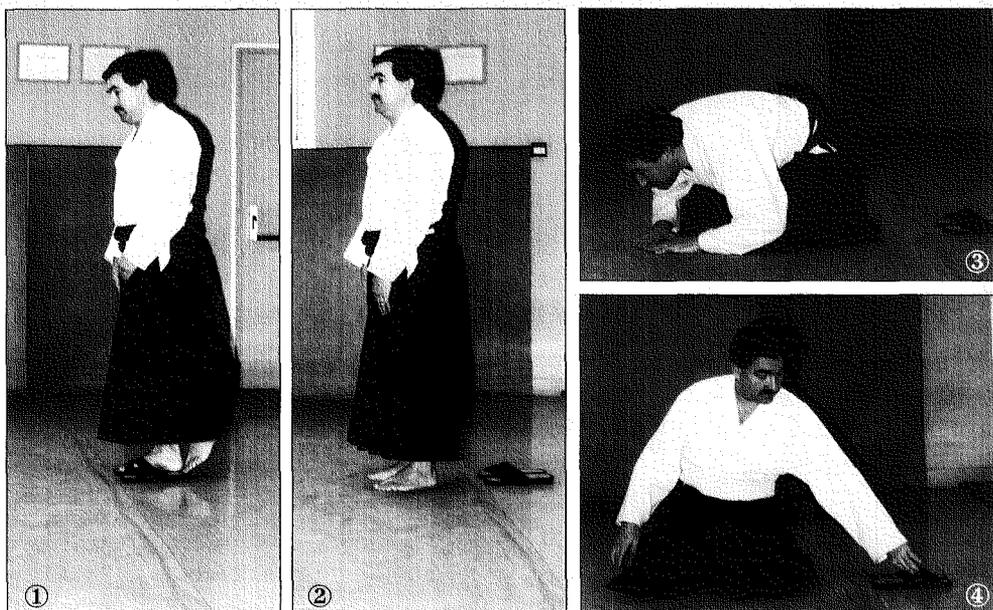
Une fois prêt, Zori ou chaussons aux pieds, essayez d'aller directement prendre place sur l'espace d'exercice. Vous conserverez ainsi votre concentration. Vous risquez de perdre le bénéfice de tout ce qui précède, si vous restez à discuter au vestiaire. Attendez plutôt le moment convivial de l'après-cours.

Rangez vos chaussures et vos armes avec attention, puis allez vous placer au bon endroit après avoir salué. Adoptez une place libre : ne vous la créez pas à coups de coudes !

Si cette place n'existe pas au sein du groupe, reculez d'un rang, même si vous êtes seul à le faire. C'est aussi de l'espace dont vous disposerez que dépendra la qualité de vos saluts.

## 6. ENTRER DANS UN ESPACE D'EXERCICE... A L'HEURE

Selon la discipline étudiée, rangez vos armes, saluez l'espace d'exercice, tatami ou autre, en direction du *Kamiza*, debout (plancher ou extérieur) ou en *Seiza* (tatami). Si un choix est possible, entrez par le côté opposé au *Kamiza*. La bonne règle veut que les élèves soient à leur place avant l'arrivée du professeur. Dans certains Dojo, les pratiquants doivent même s'être échauffés auparavant, pour que l'exercice commence immédiatement, ce qui est le cas avec certains Maîtres japonais. C'est aussi une bonne méthode pour le cas où vous auriez un point physique sensible ou fragile : comme la préparation pour le groupe ne s'y attardera pas particulièrement, échauffez vous-même l'endroit délicat.



1 - ENTREZ SUR L'ESPACE D'EXERCICE EN VOUS DÉCHAUSSANT

2 OU 3 - SALUEZ DEBOUT OU EN SEÏZA (TATAMI)

4 - RETOURNEZ VOS ZONIS (COUTUME DES MAISONS JAPONAISES)

## 7. ...EN RETARD

Le manque de ponctualité est une impolitesse qui peut être admise dans son propre club, de temps à autre et jusqu'à un certain point - un tiers du cours semble une limite de bon sens, quel qu'en soit le motif.

Dans ce cas plus que jamais, respectez scrupuleusement l'Étiquette en entrant. Surtout si vous êtes un peu ancien, des débutants vous observent sûrement. (Hé oui, quel que soit votre niveau, prenez conscience que vous représentez et représenterez toujours, et de plus en plus, un exemple pour les nouveaux, que vous le vouliez ou non !)

En arrivant sur l'espace de pratique, placez-vous avec discrétion, saluez vers le *Kamiza* et restez en *Seiza*, en attendant un signe de votre professeur. Après y avoir répondu par un salut, et si le cours est à une phase préparatoire, glissez-vous dans le groupe et dans l'exercice en cours. Pour une leçon plus avancée, échauffez-vous rapidement seul, cela est plus prudent. Vous tranquillisez le professeur et vos futurs partenaires.

En visiteur, le retard est inadmissible en toute circonstance. Dans ce cas-là, même si vous avez une « grosse envie » de pratiquer, abstenez-vous d'en demander l'autorisation. Et, à moins que le professeur n'insiste personnellement, restez spectateur discret et tirez-en le meilleur profit.

Être en retrait n'est pas toujours une mauvaise position : sachez observer et enregistrer en bénéficiant du recul que vous n'auriez jamais eu dans le feu de l'action, y compris pour *Rei Shiki*.

## 8. LE SALUT DEBOUT - RITSU REI

C'est le type de salut le plus souvent pratiqué.

Sans être un véritable éducatif, il sert souvent de point de départ pédagogique, par exemple pour apprendre à porter un coup vertical : coupe du sabre, frappe du *Jo*, ou de la main. Il représente en fait un point de repère : *Ritsu Rei* met en fonction toute la structure osseuse et le tissu musculaire sur lequel on s'appuie pour ces mouvements. Avec un peu d'expérience, il devient évident qu'il est impossible avec les bras seuls - même très très musclés ! - de manipuler efficacement avec puissance et rapidité un *Katana*, un *Bokken* ou un *Jo*.

Ce salut ne doit être en aucun cas, ni une courbette théâtrale, ni un simple hochement de tête.

Il existe principalement deux versions pour deux usages : un salut très profond exprimant surtout le respect, ne contenant aucune idée de martialité. Il s'adresse la plupart du temps aux Maîtres ou au *Kamiza*. C'est une profonde inclinaison du buste. La flexion a lieu au niveau des têtes des fémurs, les mains glissant le long des cuisses, parfois jusqu'aux genoux. Les coudes se décollent du corps. C'est un salut à exécuter sans armes. Le dos reste droit, cou aligné. Les degrés du respect s'expriment en fonction de sa durée et l'in-

clinaison. Cela dépendait aussi autrefois du différentiel social entre salueur et salué, des raisons du salut, etc.

Ces considérations dépassant de très loin les pratiques au sein d'un Dojo, il serait non seulement inutile, mais déplacé d'en parler ici.

L'autre salut est généralement exécuté entre partenaires s'apprêtant ou ayant terminé de s'exercer ensemble. Il marque l'espace entre le début et la fin du combat virtuel et doit donc être accompli avec rigueur. Si c'est avant, c'est en quelque sorte le temps de descente dans l'arène, le dernier moment pour finir de faire le vide. Lorsque vos mains ou vos armes se toucheront, il sera bien trop tard pour penser à se concentrer sans faire perdre un temps précieux à votre partenaire.

Celui exécuté après le combat - ou l'exercice - marque l'instant de séparation où les armes se rangent sans que la distance soit assez grande pour se relâcher immédiatement. On recule, mais l'esprit reste « accroché ». De façon moins guerrière, ce dernier salut doit aussi contenir un grand merci au partenaire, merci qui peut même être discrètement exprimé.

Pour ce salut plus martial, il est préférable que la flexion ait lieu au niveau du nombril, par une flexion des vertèbres lombaires, ceci permet de conserver toute son unité au *Tanden*. Pointer les fesses en arrière par flexion de l'articulation fémur/bassin, comme dans le salut cité plus haut, détendrait la ceinture musculaire ventrale, augmentant le temps de réaction en cas d'agression. Là, les coudes restent collés au corps, les mains placées un peu sur l'avant des cuisses, vers l'aîne, les doigts serrés. Les mains sont ainsi à leur poste.

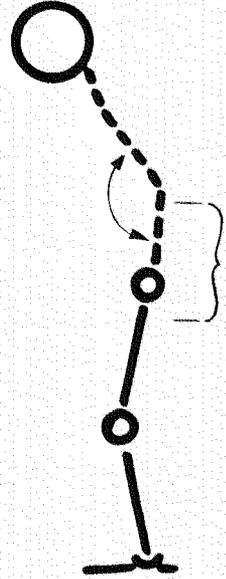
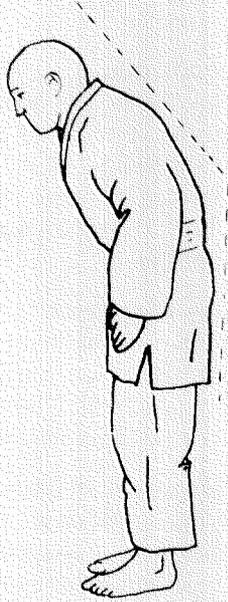
### **Montrer ses mains :**

Dans de nombreuses civilisations et à différentes époques, les saluts ont permis de montrer que l'on avait les mains vides d'armes (même si elles sont à la ceinture). Au temps des Samuraï, cacher ses mains en les perdant par exemple dans les plis du *Hakama* ou dans son do, pouvait inquiéter l'interlocuteur. Cette habitude semble d'ailleurs proche de l'idée de la « poignée de main » occidentale. On y retrouve sans doute pour partie une telle symbolique : montrer que sa main est vide, puis la confier.

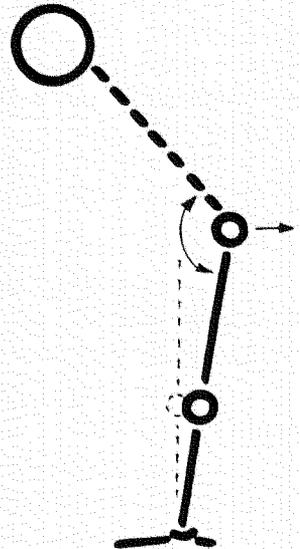
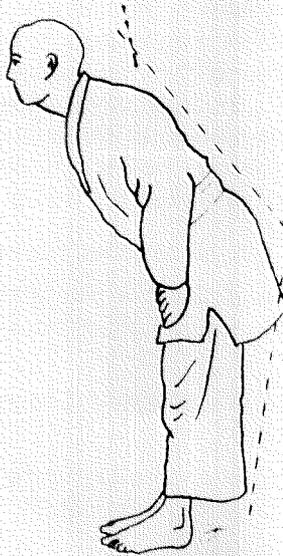
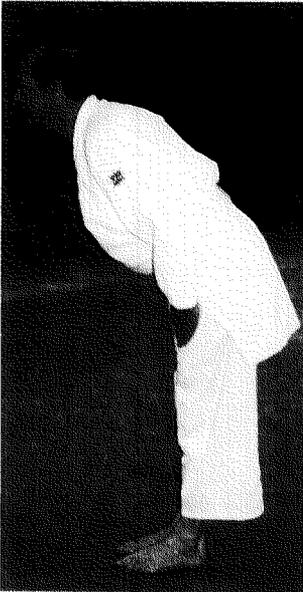
Saluer en plaçant les mains latéralement sur la « couture du pantalon » serait très militaire ; les mains nettement sur le dessus des cuisses, les doigts dirigés vers le sol est réservé soit aux saluts de respect (vu précédemment), soit aux femmes, excluant toute idée de disponibilité combative.

**Note sur la position des mains :** Il est important de souligner que cette position de veille adoptée par les mains lors de ce salut doit se retrouver dans toute l'Étiquette, puis dans toute la pratique. D'une part leur position est invariable pendant la pratique, elles restent à ce poste tant qu'« Elles » ne saluent pas, ou ne tiennent pas d'arme. Ensuite, l'alignement de la base du tranchant de la main avec l'avant-bras et l'arrondi ainsi réalisé n'est que la répétition d'une constante qui revient dans la tenue du sabre en Kenjutsu ou Iaido, à la tenue d'un Jo, à la position d'Aïkido *Ykkio Hondo*, ou pour l'attaque *Shomen*, ainsi que pour les saluts en *Seiza*, etc.

Il est enfin important que lors de ce salut, la tête reste dans l'alignement du haut du dos. Ainsi, le regard droit devant permet une vision globale prudente de la zone « sensible » devant soi.



FLEXION LOMBAIRE (LA PLUS BASSE POSSIBLE)



ÉVITER DE POINTER LES FESSES, JAMBES RAIDES

Bien que l'on puisse dire qu'un tel salut relève plutôt de « *I Shin Den Shin* » (de mon âme à ton âme), scruter les yeux d'un adversaire lors d'un salut peut être provocateur et nuit à l'idée de vision globale (*metsuke*). Cela devient carrément irrespectueux vis-à-vis d'un professeur ou d'un Maître. De plus, fixer un point précis peut vous amener, durant une fraction de seconde, à Suki : le vide cérébral, le temps mort, ou plus simplement un moment d'inattention (être dans la lune).

Cette manière de voir plutôt que de regarder est un élément martial important - en japonais : *Metsuke* - et l'Étiquette n'y échappe pas. Il s'agit d'une notion de volume englobé par le regard, sans fixation aucune. « Traversez » qui vous fait face. Des traités de Kendo disent :

« *Mettez votre regard au service de votre esprit, pas de vos yeux...* ».

Là encore, le chat est un bon exemple : son regard le lie - comme physiquement - à son adversaire ou son gibier.

La bonne distance entre les personnes qui se saluent est d'abord conditionnée par le type de pratique, tout en sachant que le minimum est dicté par la prudence (*Ma-ai* : littéralement distance harmonieuse, prononcer *Ma-Wai* ; *Ma* : intervalle, espace, incluant une notion temporelle). En d'autres termes, c'est LA distance la meilleure pour cet instant.

Pour se saluer, elle est toujours plus grande que la distance de mise en situation de combat (4 à 5 pas minimum avec mains nues, plus avec armes). Toutefois, il est important de préciser que les distances dont on parle dans les Budo ne supportent pas d'approximation et sont d'une précision impensable pour le profane. A partir d'un certain niveau d'exercice on la perçoit en millimètre : par rapport au passage du tranchant d'un katana ce millimètre peut être vital.

Néanmoins, il est essentiel de considérer cette notion autrement que « mesurée ». Chacun a pu la ressentir dans les transports en commun : la gêne que provoque une personne qui vient se placer trop près de vous alors qu'il reste de la place ailleurs ; indéfinissable, mais très claire. Le besoin d'espace est impérieux. Bougez de cinquante centimètres, et le problème est réglé, alors que la même proximité à une heure d'affluence où le bus est plein ne gêne que très peu. Toute personne possède son propre *Ma-Wai*.

On peut citer quelques termes exprimant les distances notoires :

- *Rei Ma*, distance de salut. C'est la plus grande. Elle est la limite encore appropriée pour se saluer, les armes ne sont pas encore sorties et les intentions toujours cachées.

- *To Ma*, est la distance dite éloignée. Les armes sont sorties, mais tout peut encore arriver.

- *Chika Ma*, si ça n'est pas encore la guerre, il est impossible de revenir en arrière ; le *Kamae* (prise de garde) est définitif.

- *Uchi Ma*, la distance de frappe...

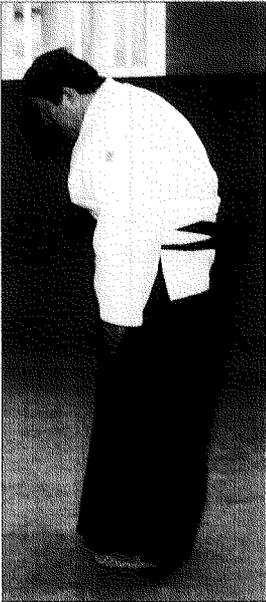
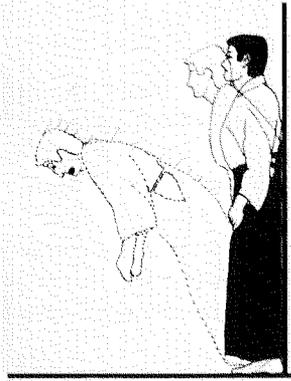
La notion *Ma-Wai* existe bien entendu à chaque étape, à chaque seconde, à chaque *Kamae*.

### Jeu :

Pour conclure sur Ritsu Rei, il est possible de s'amuser à connaître son propre salut debout :

Adossé à un mur - des talons à la tête - saluez en gardant bien dos et nuque alignés.

Vous trouverez votre limite...  
Juste avant de tomber !



DEUX SALUTS,  
DEUX SITUATION,  
DEUX MESSAGES.

## 9. SE DÉPLACER

Se déplacer sur un tatami ou un espace d'entraînement est un acte techniquement basique et réellement capital dans la pratique des Budo. Le faire en respectant l'Étiquette est très éducatif. Pour banal qu'il puisse paraître, c'est un exercice difficile que l'on aura tôt ou tard à aborder au cours de l'évolution technique. Et il faudra le travailler encore et encore, *ad vitam...* (Surtout pour ce qui concerne la marche elle-même, dont les subtilités techniques sont multiples).

Les déplacements demandés par l'Étiquette offrent de notoires et fréquentes opportunités d'étude.

Comme tout acte volontaire, se déplacer comporte un début, un déroulement et une fin. Ces trois étapes doivent être clairement exprimées sans hésitation ni précipitation.

Pour ce faire, il vous faut savoir où vous allez, par où vous allez y parvenir et ce que vous allez y faire. Un tatami ou une salle d'armes n'est ni un

lieu de promenade, ni un espace de jeu, et il serait de plus inconcevable de courir, quelle qu'en soit la raison.

La marche est donc mesurée, le corps reste souple et droit, le haut du corps parfaitement détendu. C'est surtout la partie avant des plantes de pieds (non le talon) qui effleure le sol en épousant les reliefs, comme s'ils choisissaient eux-mêmes leur terrain.

Les pieds se posent bien à plat, avec légèrement plus de poids sur l'avant, ils prennent possession du sol... Un peu comme une goutte d'encre se pose sur un buvard. Il est dit que le talon appuie si peu au sol, que l'on doit pouvoir glisser dessous une feuille de papier de soie.

Pour qualifier cette façon de marcher, on devrait pouvoir dire « naturelle ». C'est souvent loin d'être le cas. Observons un félin qui marche :

1°) Il pose sa patte dans la direction et à l'endroit qu'il a choisi, il « goûte » le sol.

2°) Une fois assurée, il y transporte le poids de son corps, puis recommence de l'autre côté ; et ainsi de suite : support / poids - support / poids... Tout en regardant où il va.

Malheureusement, peu de gens possèdent et pratiquent avec cette logique. Beaucoup font l'inverse. En fait, notre marche consiste schématiquement à ne poser le pied devant soi que pour récupérer le déséquilibre du corps qui tombe en avant. Notre marche devient alors une succession de débuts de chutes, de pertes de *Shisei*. On comprend que la moindre aspérité, si petite soit-elle, empêchant la jambe d'avancer, ou le moindre trou provoque une chute.

Réapprendre cette marche, au-delà de ce que cela peut apporter au Dojo, permet de se déplacer à moindre effort, de soulager la colonne vertébrale et les articulations des membres inférieurs, de les utiliser au mieux. C'est généralement l'âge qui apporte les sanctions de telles négligences, avec un chapelet de douleurs diverses et définitives. De plus, apprendre à poser d'abord le pied avant de s'y appuyer nous fait acquérir une bonne sensibilité du sol, permettant de réserver le regard pour d'éventuels adversaires.

On peut affûter ce sens en s'exerçant à évoluer pieds nus sur divers terrains : prés, terre, graviers, carrelage, etc., tout en gardant le regard à l'horizon (*Enzan No Metsuke* : Regarder les montagnes lointaines... Pas ses pieds !).

### ***Les diverses allures des déplacements :***

Selon les cas, il est préférable d'adopter des vitesses de marche différentes.

Sans aller jusqu'à les codifier, disons qu'elles sont en rapport avec votre état d'esprit de l'instant, comme doit d'ailleurs l'être votre Étiquette.

*Rapide mais sans courir*, lorsque le Maître ou professeur vous appelle.

*Calme et mesurée*, après le salut pour prendre une place ou pour aller chercher ses armes.

*Lente et vigilante*, pleine de précautions pour les approches d'un partenaire en position d'exercice.

Il est important de souligner que la marche est un des éléments forts de la communication de l'Étiquette et représente, volontairement ou non (si vous manquez de contrôle !), une expression, un reflet du moment des plus durs à acquérir et à maîtriser. Souvenez-vous comme vous vous déplacez en public lors d'une démonstration, d'une cérémonie ou d'un examen.

## 10. SE DÉPLACER DANS UN GROUPE

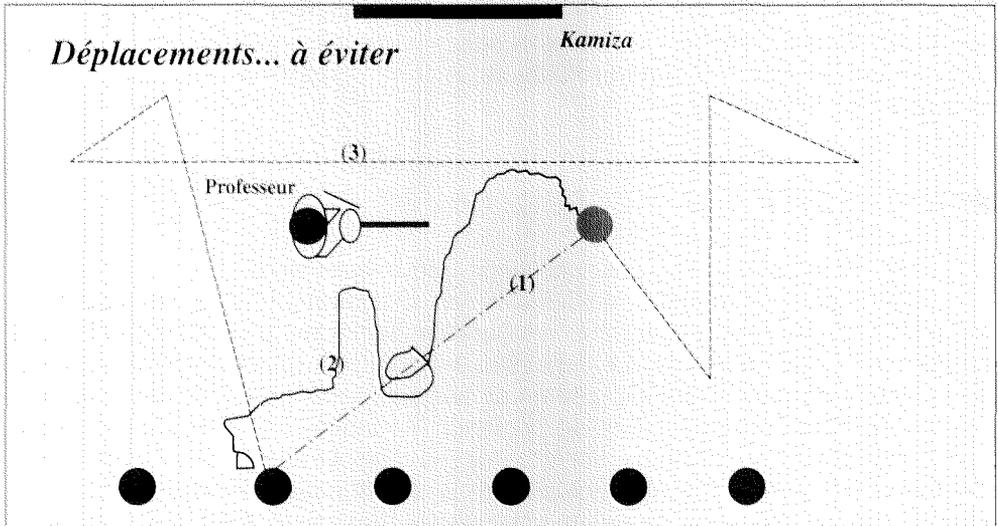
Il est bien sûr préférable de contourner un groupe que le traverser. Cela devient impératif et évident lorsqu'il est en cours d'exercice. Pourtant, quand on y est forcé, la vigilance doit être adressée à la fois aux autres et pour les autres : ne bousculez ou ne poussez, voire ne touchez personne. Dans le même temps, sans méfiance ostentatoire, qui pourrait être ridicule ou grossière, essayez de « sentir » ce qui est hors de votre champ de vision.

Équipé d'armes, il faut les garder le long du corps de façon à ne toucher personne. Dans l'ancien Japon, le simple fait de toucher autrui avec son fourreau ou d'avoir son fourreau « cogné » relevait d'une grande provocation, ou pouvait servir de prétexte pour aboutir au duel.

## 11. SE DÉPLACER SEUL

Les règles de base sont simples :

- Ne pas décrire de diagonale ou de courbe par rapport à l'orientation de l'espace de pratique.
- Ne pas passer entre le professeur et le Kamiza.
- S'imposer de prendre le temps nécessaire : se précipiter déconcentre et peut sembler servile ou obséquieux.



1. "LES DIAGONALES DU FOU" ; 2. "L'ATTAQUE DE LA MOUCHE" ; 3. "LA CHARGE DU GÉOMÈTRE"



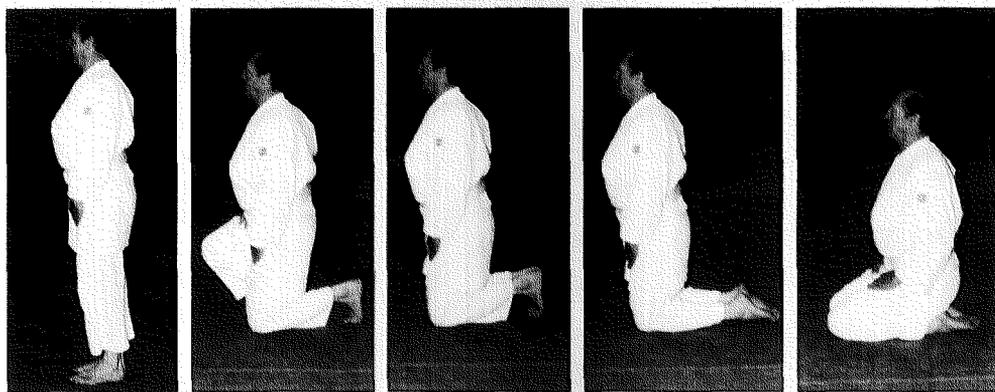
Martialement, contrairement à la position assise jambes déployées, ou en tailleur, elle permet d'être debout instantanément, de se tourner, se déplacer, en bref de mobiliser immédiatement toute son énergie, tout en étant confortable.

### 13. SE « POSER » EN SEÏZA - ZA HO

L'expression se poser est intentionnelle, s'opposant à tomber, se jeter, ou s'écrouler, s'affaler, dégringoler. D'emblée, les mains sont et restent à leur poste, à la base des cuisses (voir Ritsu Reï).

Sans *Hakama*, le pratiquant marche jusqu'à l'endroit qu'il a choisi (1) et recule légèrement son pied gauche (un pied ou un demi-pied), puis descend verticalement, le buste droit, jusqu'à être en appui sur le genou et les orteils (2). La jambe droite vient alors adopter la même position (3). Les orteils des deux pieds sont ensuite dépliés (4). Enfin, le corps termine lentement sa descente jusqu'à poser les fesses dans le « berceau » formé par les talons.

Pour terminer, il est important que la bonne position soit immédiatement trouvée sans avoir à se « dandiner » (5).



(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

Avec un *Hakama*, l'esprit est le même, pourtant l'exercice est un peu plus difficile.

On peut distinguer deux techniques. Une destinée a priori aux hommes ou aux pratiquants équipés de sabre. Une autre, considérée comme plus féminine, peut aussi s'exécuter vêtue d'un long kimono.

La différence notoire entre ces deux modes se situe au niveau du maniement du *Hakama* : il est indispensable de se poser en *Seiza* de façon à pouvoir se relever instantanément sans s'emmêler les pieds dans le vêtement, et toujours sans casser l'unité du Tanden.

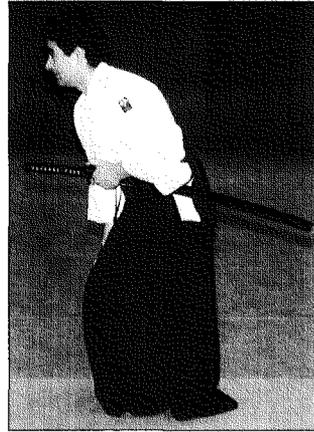
Avec la première méthode - la plus commune -, il est nécessaire d'écartier les pans du *Hakama* de la main droite. Il faut pour le faire se déstructurer le haut du corps en n'abaissant que l'épaule droite. On évite ainsi de trop se pencher en avant, et d'effectuer une flexion vertébrale, comme lors du salut debout.

Cette dernière précaution permet aussi le cas échéant de conserver la stabilité d'un sabre à la ceinture. C'est d'ailleurs cette origine qui a sans doute compliqué ce salut.

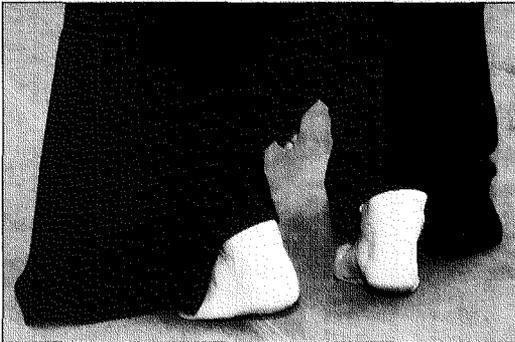
**Avec un sabre :**



**FLEXION FÉMORALE  
(RISQUE DE FAIRE TOMBER LE SABRE)**



**FLEXION VERTÉBRALE  
(CONSERVE LA STABILITÉ  
DE LA CEINTURE)**



**FRAPPER DISCRÈTEMENT LE HAKAMA ENTRE LES JAMBES**

Le geste discret qui écarte les pans du *Hakama* - deux chiquenaudes rapides et silencieuses - doit se faire au cours de la descente. Les talons restent proches, pour recueillir de part et d'autre de ceux-ci le tissu écarté. Le corps, droit, termine sa descente à l'aplomb des pieds (accroupis). La main gauche est restée discrète et immobile sur la cuisse.

Une fois que les fesses sont aux talons, le bassin bascule vers l'avant pour permettre aux genoux, gauche d'abord, droit ensuite, de prendre contact doucement avec le sol. Ceci est souvent oublié par les habitués des tatamis : amusez-vous à vous poser en *Seiza* sur un sol dur tel que plancher ou carrelage, et vous aurez vite la mesure du contrôle nécessaire !

En effet, s'il est bien accompli, ce mouvement doit pouvoir être interrompu à tout instant pour réagir, se relever, se retourner, etc. Enfin les orteils se déploient, discrètement, sans engendrer de mouvement du corps. En s'exerçant, on parvient à la position *Seiza* en une seule et même descente ininterrompue, sans balancement, inclinaison ou remontée du buste, comme cela arrive parfois au moment du dégagement des orteils.

Les bras restent contre le corps, les mains sur le dessus des cuisses, trouvant naturellement leur place pour la suite.

Il faut éviter :

- *Un fouetté théâtral du Hakama*, ou une saisie de celui-ci, façon « remontée de jupon ». Adieu discrétion, adieu sobriété...

- *Un choc des genoux au sol*, car c'est une zone délicate, qui risque de devenir douloureuse avec l'âge, même avec "régime tatami".

- *Un mouvement sans rythme*, mou, qui laisse le temps au *Hakama* de revenir coiffer les pieds, sinon gare au moment de se relever !

**Se poser  
en Seiza  
avec Hakama**



1



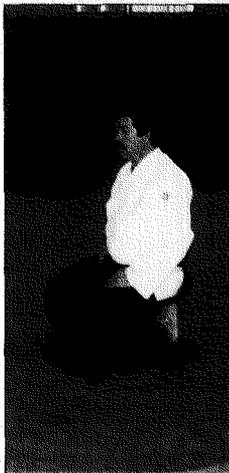
2



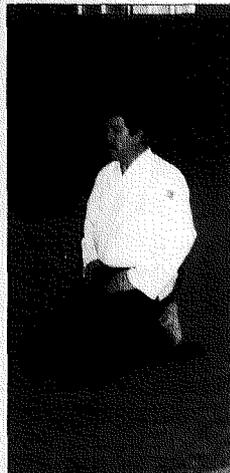
3



4



5



6



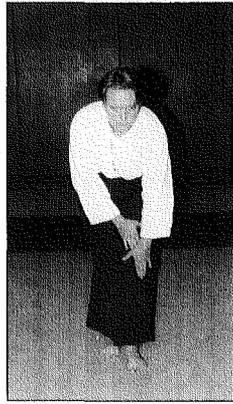
7



1



2



3



4



5

La seconde manière, plus féminine, de se poser en Seiza avec un Hakama est proche du geste des Geisha. Il est très sobre et très esthétique. En cas de sol dur, il rend le Seiza plus confortable en rangeant les plis du Hakama sous les tibias.

Il faut avancer légèrement (1/2 pied) le pied gauche (1). Dans le même temps, la main gauche rabat le pan gauche du Hakama vers le genou droit (2). La main droite recouvre ce dernier avec le pan gauche (3). Les mains plaquent ensuite le Hakama sur le bas des jambes pendant la descente (4). Les genoux s'alignent ensuite, pendant que les mains rejoignent leur poste par les côtés (ce chemin employé par les mains est celui que les femmes doivent utiliser pour les saluts en Seiza, alors que les hommes continuent à passer par l'intervalle entre les cuisses, comme pour la frappe du Hakama). On se relève en réavançant le pied gauche, les mains restant à leur poste.

Il existe encore de multiples façons de se mettre en Seiza : les Geisha en ont une d'une exceptionnelle élégance, la cérémonie du thé (*Shado*) ou l'Art Floral (*Kado*) en ont d'autres.

Toutes sont empreintes de la même sobriété, évitant les gestes parasites superflus.

## 14. ÊTRE EN SEÏZA

Comme indiqué précédemment, cette posture est une de celles qui - hormis la posture couchée ! - est des plus économes en énergie. Avec la pratique la posture devient, si elle est bonne, confortable. Elle respecte en effet tout particulièrement la colonne vertébrale.



UN POING POUR LES DAMES, DEUX POUR LES HOMMES.

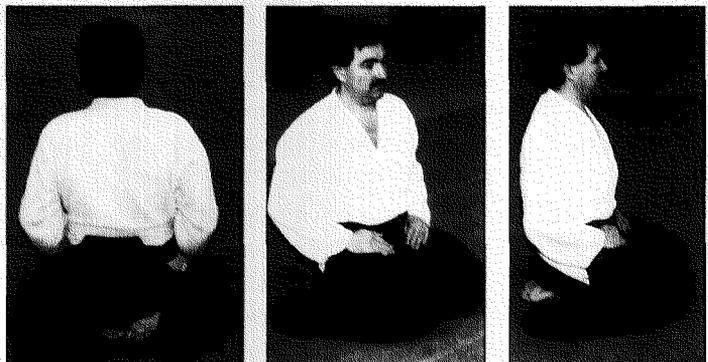
Concrètement, il s'agit de faire reposer en équilibre les parties supérieures du corps, lombaires, dorsales, cervicales et la tête. Un réel confort bien que limité dans le temps peut être atteint, une fois bien sûr que les chevilles et les jambes se sont habituées, aux conditions suivantes :

- que le bassin soit correctement « placé ». Là, chacun doit chercher, entre la position avachie et cambrée.

- que la tête soit bien « posée » sur le buste, le menton légèrement rentré pour détendre les cervicales.

- que les genoux aient un écartement proche du naturel : deux poings pour les hommes, un pour les femmes. S'il était trop important, cet écart pourrait affecter la capacité de réaction instantanée.

- que les épaules soient vraiment détendues. En ce qui concerne ce dernier point, la position des avant-bras et bras contre le corps est primordiale. En effet, si les mains sont éloignées vers l'avant des genoux, ou les



SEIZA DOS, FACE, PROFIL

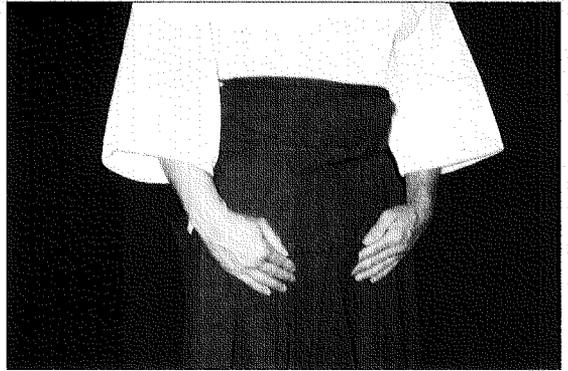
coudes décollés du corps, les épaules montent et ne peuvent se décontracter complètement.

Il faut veiller à ce que le placement des membres supérieurs soit naturel et sans effort, avec les bras comme suspendus aux épaules. Les coudes trouvent leur place dans le creux de la taille, et les avant-bras se plaquent au ventre.

Les mains sont alors libres d'adopter la position requise par l'instant : attente, *Zazen* ou saisie d'arme.

Les bras décollés du corps offrent, sur un plan purement martial, une ouverture pour passer une arme coupante, un bâton ou être saisis. Cela peut donc être considéré comme une source de danger.

Enfin, esthétiquement, ce défaut affecte l'élégante humilité du *Seïza* et confère au pratiquant un air provocant très éloigné du *Zazen* ! Bien sûr, l'extrême inverse est également à bannir, une attitude trop « empruntée », trop craintive ne permet pas de goûter au repos de cette position.



ATTITUDE PROVOCANTE OU TROP CRAINTIVE, DEUX EXTRÊMES À ÉVITER.

On peut en outre se servir de ce contact des avant-bras avec le ventre comme d'un bon moyen pour sentir la mécanique de la respiration abdominale, et la travailler.

Les positions les plus fréquentes des mains en *Seïza* sont :

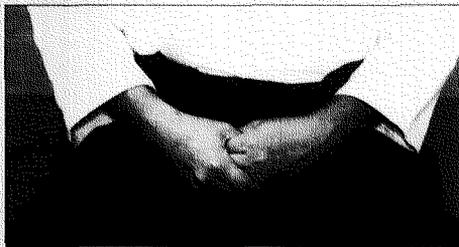
- *position d'attente* d'un salut ou d'écoute pendant une leçon. Les mains détendues, (se)reposent, paumes sur les cuisses, proches du ventre. Cette place, très centrée représente un lieu de veille. Elle est à portée de la poignée du sabre, du Tanto ou plus simplement prêtes à une parade. Cette attitude est aussi le point de départ des saluts en *Seïza* (par l'intérieur pour les hommes, de chaque côté pour les femmes).

- *Zazen*. Au début ou en fin de leçon laissent généralement place à une période de retour au calme, voire de méditation, commandée par le professeur : *Mokuso* ! (*Mok'so*)

Là, les positions de mains préconisées sont nombreuses suivant ce qui est recherché, la détente, la réflexion, la méditation, ou encore selon les écoles et les pratiques, martiales ou religieuses.

Les mains ont toutefois un usage commun à de nombreuses positions. Jointes, la main droite reçoit toujours la main gauche paumes vers le haut après quoi elles se joignent alors de la manière choisie.

L'origine de cette latéralisation se retrouve dans la coutume disant que la main gauche était considérée comme sale et impure, du fait qu'elle servait notamment aux ablutions après que le Samouraï ait fait ses besoins. Elle était de ce fait toujours utilisée pour les travaux secondaires ou les plus vils.



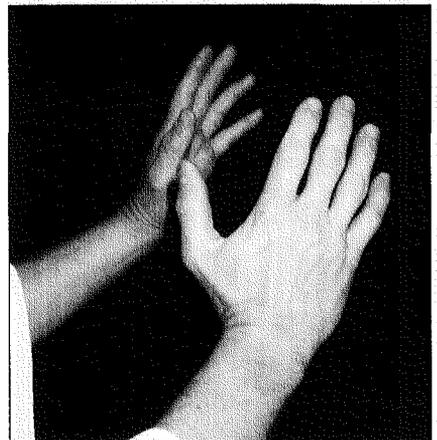
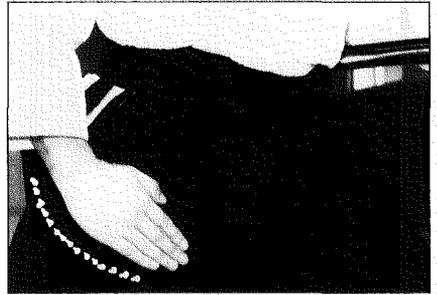
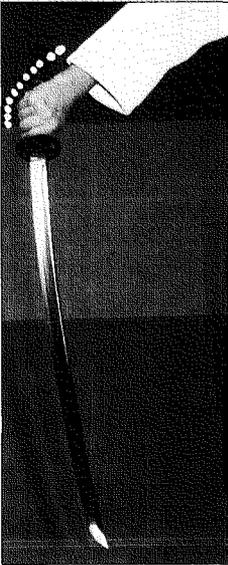
CHERCHEZ L'ERREUR... !

**Note sur la position « verrouillée » que l'Étiquette fait prendre aux mains :**

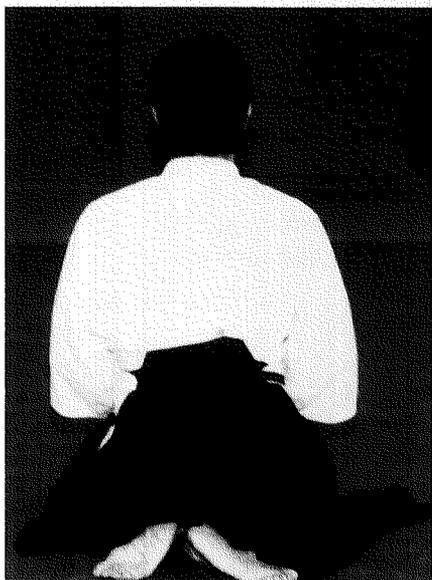
On la retrouve dans de nombreux gestes de Budo, tels que la tenue d'un sabre, d'un Jo, d'autres se retrouvent aussi en Aïkido, notamment un éducatif nommé *Ikkyo Hondo* et de nombreuses saisies d'attaque et de technique.

En pratique, la main se verrouille sans blocage sur le poignet, alignant son tranchant avec l'avant bras. Cette position donne une grande homogénéité au triangle formé par le buste et les avant-bras ; en particulier lorsqu'on tient un Ken ou un Jo, le lien de la saisie des deux mains en fait alors une position très forte.

En conservant la position basse du coude, radius et cubitus se trouvent aussi verrouillés - un peu comme pour les frappes de Karaté *tsuki*, ou en Aïkido les projections *Kokyu Nage*, ou plus simplement, la position adoptée pour le contact du sol avec la main lors de la roulade avant.



**EXEMPLES DU VERROUILLAGE DES  
POIGNETS QUE L'ON RETOUVE EN SEIZA**

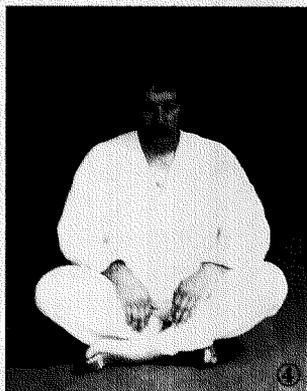
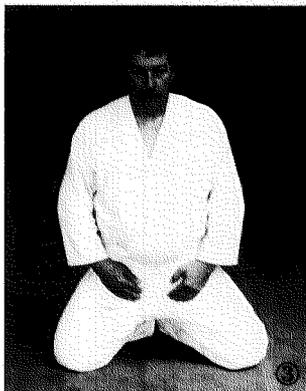
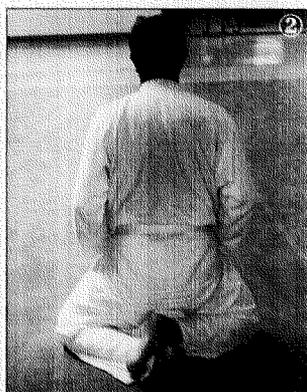
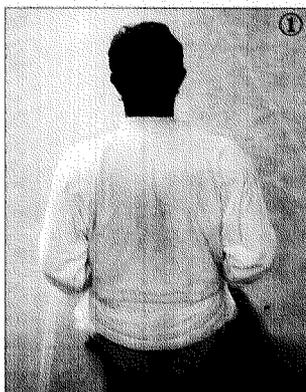


Pour ce qui est des membres inférieurs, les deux gros orteils se touchent, c'est la position la plus simple et la plus confortable. La médecine orientale dit à ce propos que leur simple contact permet une circulation des énergies entre les méridiens des extrémités des membres, évitant parfois crampes et autres engourdissements.

Martialement, on peut se relever instantanément de n'importe quelle jambe, alors que fréquemment on peut voir des *Seiza* qui rendent l'individu indisponible à l'action immédiate, parce qu'il a croisé les deux chevilles, parfois très haut.

CHEVILLES CROISÉES : DUR POUR LA CIRCULATION, LES TENDONS ET LA DISPONIBILITÉ. A ÉVITER.

Les chevilles croisées rendent la circulation difficile, les tendons douloureux et suppriment une bonne part de la disponibilité !



DE SEIZA A TAILLEUR

Que les débutants se rassurent : pour tout individu, y compris les Japonais, la position *Seiza* est inconfortable au bout d'un temps. Persévérer pourrait être dangereux. Il devient alors nécessaire de passer à la position dite du tailleur (*anza*, ou *agura*).

L'Étiquette prévoit une manière discrète pour s'exécuter sans perturber un groupe, sans troubler par trop de mouvement un professeur en cours d'explication.

Veillez à garder le buste droit et cachez vos pieds si vous avez un *Hakama*. Bien contrôlée cette position est très correcte. Les mains restent à leur poste. Reprenez chaque fois le *Seiza* pour saluer et vous relever.

## 15. SALUER EN SEÏZA - ZA REÏ

*Za* : position, attitude (à genoux) ; *Reï* : salut.

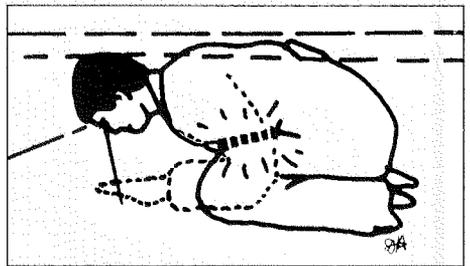
Ce, ou plutôt ces saluts ont des origines aussi anciennes que leurs formes sont nombreuses.

Là encore, il ne sera pas fait état des différentes subtilités de ces saluts en terme d'inclinaison ou de durée, dans le sens protocolaire du geste. Les explications se limiteront donc à ce qui peut être pratiqué au Dojo.

Saluts religieux ou de respect à son supérieur par le passé, ils représentent aujourd'hui une expression d'estime, d'admiration et de reconnaissance éprouvée envers un Maître, un professeur ou un partenaire. Là comme ailleurs, ils doivent être sincères et n'ont de sens qu'exécutés avant tout mentalement. Qu'y a-t-il de plus désagréable que de serrer la main d'une personne qui pense à autre chose ou qui regarde ailleurs ?

Il en est de même pour tous les saluts (debout ou à genoux), quel que soit le degré de martialité ou de solennité. Globalement, les deux saluts en *Seïza* qui suivent ont des utilités de mêmes natures que les deux saluts debout : le premier pour exprimer plus de respect, l'autre est plus martial.

Ainsi, un Maître a créé un art et vous le lègue, un professeur va vous donner sa connaissance, un partenaire va se prêter à vos tentatives techniques. Tous méritent ne serait-ce qu'une pensée d'une fraction de seconde. Cette pensée sincère donnera immanquablement une réelle consistance à votre salut. Il sera alors net et plus rythmé, vous serez plus « présent » dans votre Étiquette. Comme pour le salut debout, l'excès n'est pas de mise. Trop d'emphase, s'écraser au sol face contre terre, se prosterner est obséquieux. Poser « vite fait » deux mains au sol avec un petit hochement de tête ne peut paraître que dédaigneux. Le corps doit être utilisé au maximum de ses amplitudes de mouvements, respectant toutefois ses limites naturelles afin de ne pas nuire à son unité ou à ses capacités de réaction.



Il est possible d'user d'un petit exercice pour mieux connaître votre salut : tenez-vous les mains dans le dos. Tout en gardant nuque et dos alignés, venez appuyer votre poitrine sur vos cuisses, sans décoller les fesses bien sûr.

Voilà, vous avez l'amplitude de votre salut. Dans cette position, il ne vous reste plus qu'à poser les mains au sol devant votre visage en gardant les coudes le plus près du corps, afin d'éviter une position de type « batracien ».

## A - SALUT DES DEUX MAINS ENSEMBLE

Ce salut est le plus souvent réservé soit au cérémonial de début et de fin de cours, soit au Maître ou au professeur. Poser les deux mains directement au sol, en même temps, exige et exprime la confiance totale envers l'interlocuteur.

A partir de *Seiza*, sans se plier, le buste s'incline vers l'avant jusqu'à ce que la poitrine arrive à l'appui des cuisses, le dos sera alors horizontal. C'est une limite naturelle qui permet de réaliser toujours le même salut. La dépasser ferait lever vos fesses.

Le mouvement des mains se synchronise exactement avec le buste, ce dernier arrivant aux cuisses à l'instant où les mains « se posent » au sol. Une expression de ce qui est appelé : *Ki, Ken, Tai* : c'est l'action d'ensemble de l'énergie (*Ki*), du sabre (*Ken*) qui est aussi compris comme "technique", et du corps (*Tai*). C'est une expression de globalité de mouvement et de globalité d'arrêt.

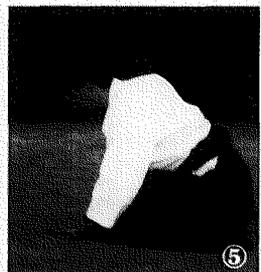
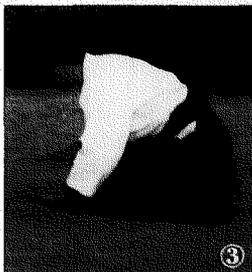
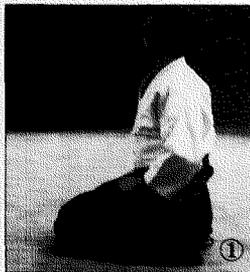
Les mains doivent arriver à une position où elles sont susceptibles de protéger votre front d'un choc contre le sol. C'était, dans le passé, une manière de contrôler un individu : on attendait qu'il salue, et on le maîtrisait en s'appuyant sur sa nuque ou son occiput. Exécuté avec violence, le visage pouvait s'écraser. Les mains sont donc en protection et leur place était la meilleure pour repousser le sol et se redresser. Bien sûr, on est à l'abri de ce genre d'événement aujourd'hui, mais ces raisons antiques permettent à chacun d'acquiescer rapidement une régularité dans ses saluts. La position des bras/coudes/avant-bras reste discrète et proche du corps.

Pour parvenir au sol, les mains peuvent emprunter l'intérieur des cuisses préconisé pour les hommes, ou l'extérieur pour les femmes.

## B - SALUT AVEC LES MAINS DISSOCIÉES

Ce salut exprime plus de méfiance, et s'adresse généralement à un partenaire d'entraînement. Il dure moins longtemps, et s'incline surtout moins bas que le précédent (méfiance oblige). Il vient de l'époque où l'on gardait la main droite à son poste - disponible pour le sabre - la gauche - le plus longtemps possible.

La main gauche descend directement au sol, puis la droite. Ces deux mouvements s'exécutent dans le temps exact de



l'inclinaison du buste (Ki, Ken, Tai). La tête restant alignée, on continue de contrôler du regard la « zone sensible » en face de soi jusqu'à 3 ou 4 mètres. Cette idée de surveillance est plus marquée que dans le salut précédent, les deux mains ensemble.

Selon la discipline, les mains peuvent être appliquées au sol poings fermés, à plat, proches, en contact ou écartées.

Plusieurs *Kata* avancés de laïdo ont pour scénario la réaction à une attaque durant un tel salut, notamment le salut au sabre, ou sabre à la ceinture.

### **C - LES EXPRESSIONS DU SALUT**

Il n'existe pas de règle précise concernant la durée du salut. Le bon sens avec à l'esprit l'humilité de l'Étiquette permettent cependant quelques suggestions :

- un arrêt doit être « marqué », très nettement, même s'il est court (kimé).
- ce temps plus ou moins long passé en position basse peut exprimer plus ou moins le respect ou l'admiration envers qui il s'adresse, quel que soit le salut usité.
- le minimum de politesse impose que le salut soit au moins aussi long que celui du professeur ou du Maître, et si possible, il faut le commencer avant : que ce salut vienne de vous.

Le retour à la position *Seïza* s'exécute à l'identique inverse, avec le même synchronisme, les mains retournant par le même chemin à leur place contre le ventre à l'instant où le buste arrive à la verticale.

S'il vous arrive de vous poser des questions sur les saluts, ou d'avoir envie d'y exprimer autre chose, vous pouvez vous référer à ce qui caractérise une poignée de main : sincère, amicale, respectueuse, admirative, martiale, longue, chaleureuse ou molle, sans vie, chargée de dédain.

Un autre élément grâce auquel vous pouvez régler votre salut est votre respiration :

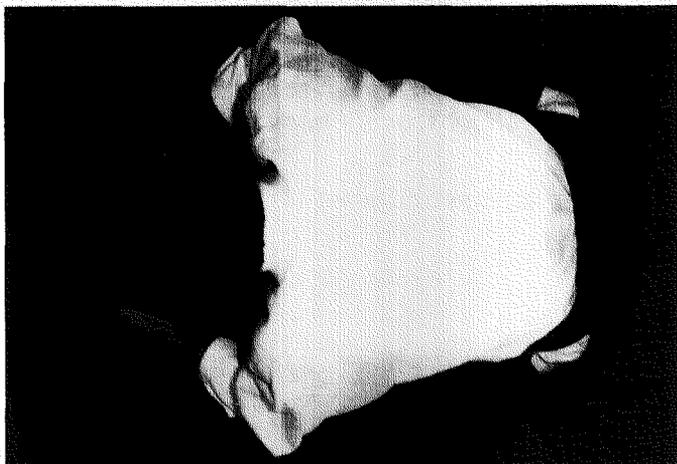
- inspiration et blocage poumons pleins : préparez vos mains, détendez vos épaules et concentrez-vous sur l'objet de votre salut.
- expiration en saluant. Vous pouvez chasser l'air en écrasant votre ventre par la descente de votre buste.
- bloquer poumons presque vides le temps du salut. La remontée se fait en inspirant.

Calquer ainsi votre salut sur votre respiration vous permettra d'encore plus le personnaliser. C'est applicable indifféremment pour les saluts debout ou à genoux, comme cela est aussi applicable aux gestes plus techniques.

*Ce qu'il vaut mieux éviter :*

- saluer les mains et bras « en crapaud », coudes en l'air.
- se prosterner, embrasser le sol.
- poser les mains bruyamment sur le sol, ou les y amener avec de grands gestes.
- casser le cou, ou toucher le sol du front.

- se relever « fatigué » en traînant les mains sur les cuisses.
- s'aider des mains pour « remonter » le buste comme pour faire des pompes.
- rester trop longtemps en bas.



ZA REI VUE DE DESSUS

## D - D'UN SALUT À L'AUTRE

Il est courant de devoir saluer plusieurs fois dans deux ou trois directions différentes. Au cours d'une démonstration par exemple, vous devrez saluer en *Seiza* le *Kamiza*, puis les spectateurs et enfin votre partenaire. Pour un examen, vous aurez à saluer le *Kamiza*, puis le jury et votre dernier partenaire. Vous aurez là des quarts ou des demi-tours à exécuter, souvent en public. Ces mouvements de changement de direction sont souvent bâclés, et ceci pour deux raisons majeures :

- par un peu de fébrilité ou par de la timidité, face à un jury par exemple, ou à des spectateurs, on ne se relève pas complètement entre les saluts par empressement.

- par une curieuse perte de présence entre des gestes importants tels que les saluts. Ceci transforme un petit déplacement apparemment sans difficulté en exercice d'infirme, les poings fermés, façon « primate », sans parler des épaules qui cherchent de l'élan en se balançant.

On peut, à travers ce détail d'Étiquette, faire un transfert éducatif important avec la pratique :

- l'émotivité nous fait souvent commettre de grosses erreurs entre les moments qu'on considère comme importants, tels que les techniques par exemple, alors que ce sont durant ces instants, libres, sans contact, avec de bonnes distances, que nous devons prendre une sorte d'appui mental et physique pour le geste suivant.

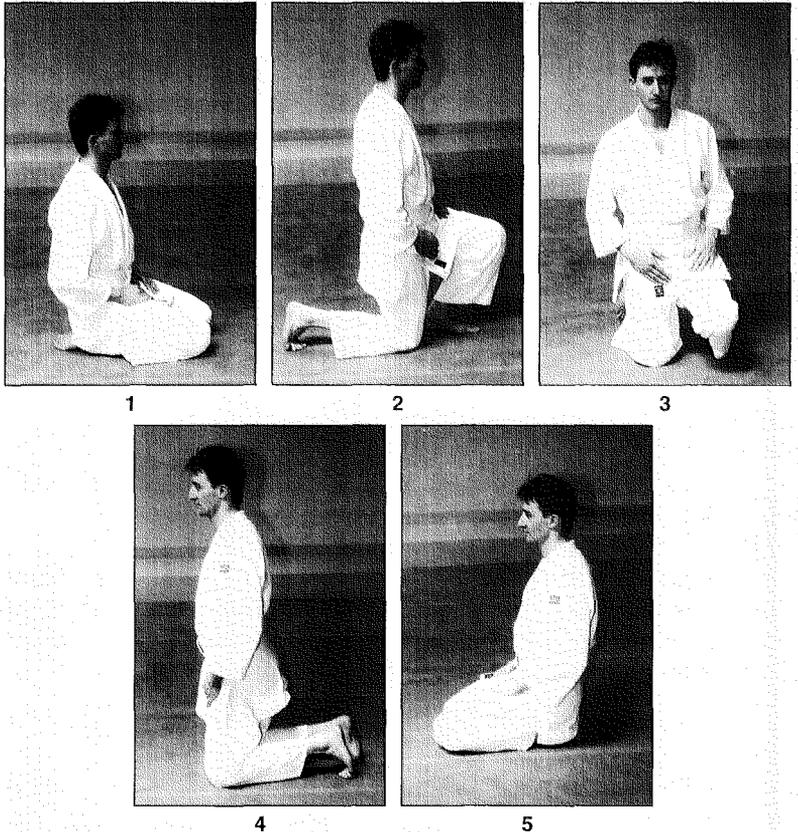
- quel est le débutant qui ne « s'absente » pas à la fin d'une technique ? qui n'adopte pas un air dilettante entre deux attitudes, qui elles, à juste titre sont très martiales ?

Entre deux saluts orientés différemment, il n'est pas difficile de garder une attitude digne, de ne pas perdre le bon Shiseï, buste droit avec des gestes sobres.

La méthode la plus simple consiste à se dresser sur ses genoux, orteils repliés. Puis, poser un pied devant soi (2) et pivoter en y prenant appui (3). Ce sont des gestes très nets, précis et sobres. Ils peuvent être exécutés avec une arme à la ceinture ou à la main. La difficulté réside dans la précision des pivots. Il est en effet difficile de régler son mouvement, de trouver le bon endroit où poser le pied, en fonction de la direction à atteindre en fin de mouvement.

Une fois dans l'axe exact du salut (4), il suffit de reprendre tranquillement Seïza (5) et saluer.

### ***Pivoter en seiza***



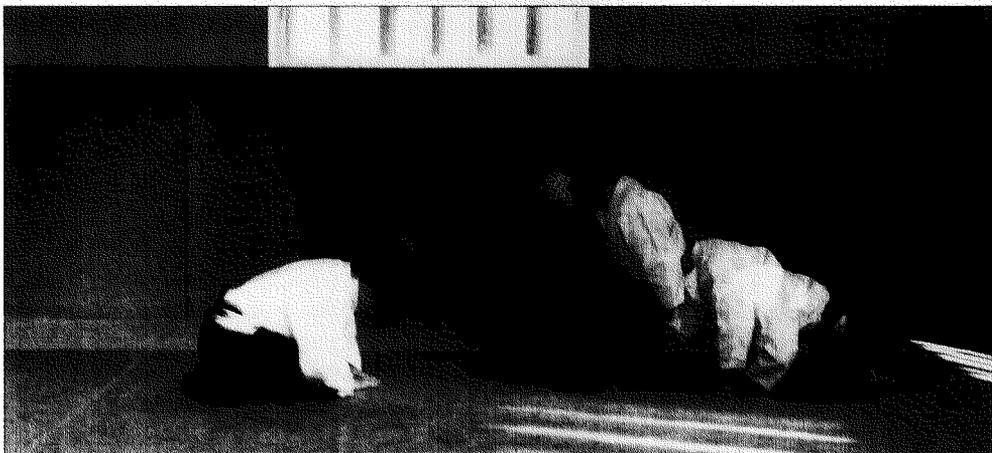
D'autres méthodes existent sur la même base, avec plus de discrétion pour des moments plus solennels. A l'extrême, on distingue à peine que le genou droit se soulève, le pied n'avancant que de quelques centimètres. Seule une grande pratique permet tout de même de faire un demi-tour ainsi.

## E- BEAUCOUP D'AUTRES SALUTS

Un nombre infini de saluts sont nés au gré des pratiques ou des influences sociales, religieuses, guerrières. Certains ne se différencient que par de subtils détails et ne se font que dans certaines circonstances : dans un Dojo ou en extérieur, pour une discipline avec ou sans armes, avec armure ou en *Keikogi*, saluts arme à la main ou posée devant soi, saluts en début ou en fin de pratique, en cours d'exercice, en démonstration ou pendant l'examen, etc.

Tout, dans leur accomplissement peut avoir une importance ;

Toutefois, il est clair que les modifications ne se situent qu'au niveau de la forme, l'essentiel étant invariablement dans la conscience et la présence mentale que l'on y met.



## 16. CHOISIR « SA » PLACE POUR SEÏZA

Le fait que les coudes dépassent de chaque côté des genoux durant le salut demande une certaine aisance de mouvement. On touche là une partie négligée de l'Étiquette : la manière de se placer dans un groupe. Lors de stages de « masse » par exemple - est-ce qu'un tel qualificatif l'autorise ou l'engendre ? - il n'est pas rare de voir des pratiquants s'agglutiner autour de l'enseignant, ne lui laissant que très peu de place pour exécuter ses démonstrations (et ne parlons pas des plus curieux qui s'installent en plus tournant le dos au Kamiza).

Bien sûr, plus on est près du professeur, mieux on entend ses conseils, mieux on voit sa démonstration, plus on sent son énergie. Et la liste de bonnes raisons est encore longue.

On imagine l'absence totale de rigueur du salut qui s'ensuit, réalisé par des élèves dont les épaules se touchent et dont les genoux butent sur les orteils du collègue de devant. De vraies sardines en boîtes ! Sans compter avec l'incorrection notoire vis-à-vis du professeur qui est limité dans ses déplacements. Sa démonstration, ainsi bridée, ne transmettra sûrement pas aussi clairement son message.

Au contraire, si l'on répond aux impératifs de l'Étiquette, on approche une sagesse de réaction propice à la tranquillité et au bien-être. Un groupe - et c'est parfois le cas, heureusement - qui reste vigilant quant à ces principes, voit miraculeusement chaque membre se retrouver au premier rang, parce que le cercle est large. Le professeur dispose alors de toute la surface dont il a besoin et s'exprime totalement, au plus grand bénéfice des élèves. Enfin, ceux-ci peuvent s'incliner correctement et s'exprimer librement à travers ce salut.

La place nécessaire à un bon salut n'est pas immense, une trentaine de centimètres suffisent de part et d'autre de son *Seïza*.

En sage conclusion, lorsqu'un groupe est trop serré, il suffit de prendre place derrière, quitte à, s'il est important, rester debout ou droit sur les genoux pour mieux voir ; puis regagner *Seïza* pour saluer consciencieusement.

Au fond, même au cœur de la multitude, on finit toujours seul avec son propre *Reï Shiki*.

## 17. SE RELEVER DE SEÏZA

Il existe un certain nombre de manières de se relever de la position *Seïza* toutes aussi valables les unes que les autres. Toutes représentent un exercice éducatif intéressant, dès l'instant où il est exécuté avec le buste droit, avec toute la sobriété voulue, en éliminant au maximum les gestes parasites. Chacun de ces modes peut même représenter une manière différente de se relever selon la circonstance, face à un partenaire, ou à la fin d'un cours, ou encore pour aller vers son professeur, peut-être même pour recevoir un diplôme. C'est au choix, l'essentiel est de ne pas laisser « échapper » son *Shiseï* pour la suite et de finir debout ! (Voir photos)

Enfin, du fait de l'inconfort de la position *Seïza* pour nous Occidentaux, et de la gêne circulatoire qu'elle occasionne lorsqu'elle est prolongée, c'est souvent au moment de se relever que l'on assiste aux attitudes les plus éloignées de l'Étiquette. Il n'est pas rare de voir, chez les plus anciens pratiquants, fringants athlètes, vigilants et martiaux à l'extrême - du moins dans leur façon d'adopter cette respectueuse position - s'en extirper plutôt que s'en relever, et avec autant de difficultés que des vieillards perclus de rhumatismes.

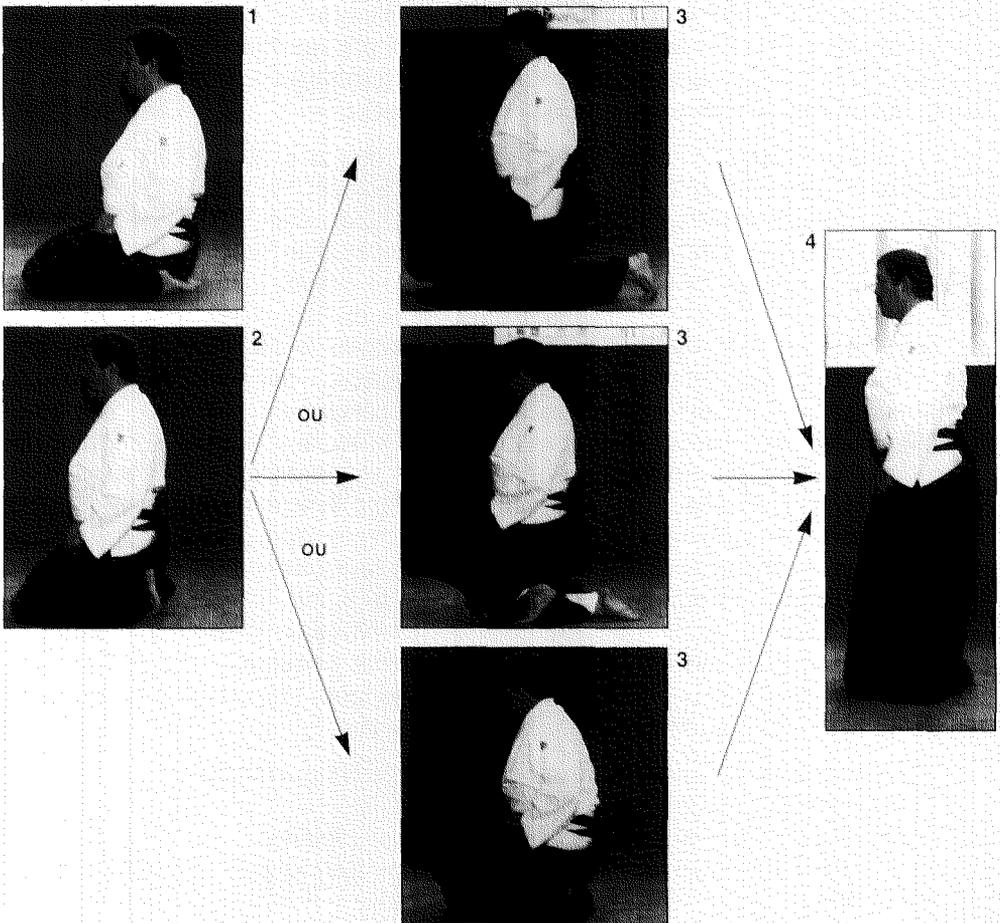
S'il est pardonnable de ressentir des douleurs au bout d'un certain temps au point de choisir l'assise en tailleur, car cette attitude est admise - buste droit - pour les plus novices, dans la mesure où ils regagnent discrètement le *Seïza* pour saluer, il est déplorable de voir des élèves avoir à passer par les positions « quatre pattes », puis par des étirements de jambes, pour arriver à se hisser debout avec de grands moulinets de bras, qu'une majorette ne renierait pas.

Pour tout le monde, cette position est difficile à tenir durant un long moment, c'est ainsi. Alors faites au mieux. Votre résistance évoluera au prouta de votre accoutumance. Avoir mal n'est pas une faute et quand bien même les plus aguerris tiendraient plus longtemps, ils trouvent aussi leur limite, ni plus ni moins glorieuse que le nouvel arrivé qui se dandine au bout de

quelques minutes. Le temps fera son œuvre et d'ici là l'Étiquette ne doit surtout pas être un motif de torture. A chacun d'évaluer ses limites, et de les repousser selon ses motivations.

Toujours est-il qu'en cas extrême, pour se relever correctement de *Seiza*, il faut être conscient du degré de pseudo-paralysie dont vous êtes atteint. Si vous sentez que vous ne ... sentez plus rien, alors prenez votre temps (c'est le secret !). Puis, gardant le buste droit, relevez-vous sur les genoux. Posez le pied droit bien à plat au sol et vous sentirez votre sang réinvestir agréablement vos membres inférieurs, chassant l'armée de fourmis qui vous avait transformé en homme-tronc. Pour finir, ne terminez de vous redresser que lorsque vous pourrez le faire dignement. Accomplissez tranquillement les gestes inverses de « se poser en *Seiza* ». Ne vous aidez surtout pas avec les mains au sol ou sur les genoux, ou en vous appuyant sur votre *Bokken* ! Prendre son temps à ce moment-là ne sera mal perçu que par les imbéciles (peut-être un moyen de les localiser !) ou des ignorants.

Bien au contraire, le professeur que vous aurez écouté saura vous être reconnaissant d'avoir conservé la bonne attitude jusqu'au bout. Il attendra sûrement que vous ayez terminé, avec peut-être, un sourire compatissant. N'y voyez que "merci et bravo !".



Pour se relever, on peut procéder au choix. L'essentiel est de ne pas laisser « échapper » son Shisei pour la suite, et d'être en cohérence avec les circonstances. Cérémonie, cours, exercice, Kata, plus on se redresse en allant vers l'avant, plus ce geste peut être considéré comme offensif.

## 18. L'ATTENTION AUX ARMES

Si l'Étiquette couvre et régit les mouvements et relations entre les individus, elle s'occupe également des armes qu'ils utilisent et des rapports qu'ils entretiennent avec elles. Pour ce qui concerne les armes authentiques, les précautions indispensables à leur maniement, de par leur valeur, leur contenu historique, et les dangers qu'elles peuvent représenter, dépassent les simples règles effleurées par ces lignes. Le pratiquant moyen dispose généralement de répliques d'objets, moins dangereuses, faites de matériaux divers comme le bois, le cuir ou le plastique. Cette composition en abaisse le coût et évite les conséquences trop graves d'une erreur de manipulation du novice.

Il arrive que ces armes factices - mis à part le laïto - soient traitées comme de simples bouts de bois. C'est le cas dans certaines écoles.

Les jeter au sol, les piétiner ou les tenir n'importe comment est donc possible, selon les préceptes et la conduite du professeur. Dans ce cas-là, la manipulation des armes sort du cadre de l'Étiquette.

D'autres écoles, et c'est la majeure partie des cas, les traitent plus symboliquement. Les armes sont considérées, respectées, saluées, manipulées et traitées comme des partenaires à part entière. De plus, les voir sous cet angle permet de mieux comprendre cette partie importante des Budo et de l'Étiquette. Ces outils d'exercice doivent être manipulés avec autant d'attention et de respect que leurs modèles. Si le *Katana* était l'âme du Samouraï, le *Bokken*, par exemple, doit être le partenaire du pratiquant d'Aïkido et traité comme tel.

Ces outils d'exercice, généralement en bois, doivent être entretenus, et rangés dans un étui ou un sac en cas de déplacement. Un bon nettoyage annuel, suivi d'une fine application d'huile de lin les rendra plus agréables au toucher et prolongera leur vie. Évitez les vernis et autres produits qui risquent de s'altérer avec la sueur de vos mains ou de s'écailler aux chocs. Sorties pour la leçon, elles doivent être posées avec précaution, couchées au sol à une place sans risque pour elles. L'Étiquette de leur orientation par rapport au Kamiza est précise et simple. Elle sera décrite plus loin. Par contre, leur utilisation relève d'une seule et même règle : servir exclusivement à l'emploi auquel elles sont destinées. Un Jo n'est pas une béquille, ni un Shinaï une canne. Même si l'explication du professeur est longue, rien n'autorise à jongler avec son Tanto ou à gratter le sol avec son *Bokken*.

Pour résumer et conclure au sujet de ces outils-partenaires :

- ce ne sont pas des jouets,
- ils peuvent être aussi dangereux que leurs modèles,
- ils sont fragiles et ne peuvent bien remplir leur fonction éducative qu'en bon état.

Quel que soit votre niveau, et même si vous ne savez pas encore vous en servir : respectez-les !

### **Ah l'authenticité ! :**

Il est un événement dans la vie d'un pratiquant qui remplace souvent de nombreuses leçons ou réflexions portant sur le respect aux armes : la chance de toucher, ou du moins voir de très près une arme véritable, authentique, vraiment ancienne. C'est si impressionnant que, dès cet instant, vous aurez moins à réfléchir à l'Étiquette pour poser votre *Tanto* ou saluer votre *Bokken*.



KATANA

## 19. L'EXAMEN

Les *Kyu* sont généralement accordés au sein des clubs par le professeur lui-même. Celui-ci organise généralement un examen interne qui représente une sorte de répétition des futurs passages officiels. Les *Dan* par la suite font l'objet d'une séance plus solennelle, souvent dans un autre Dojo, toujours devant un Jury important. Cela s'appelle une séance de *Shiken*.

### A - S'EXPOSER À UN JURY

C'est donc une situation commune à toutes les disciplines martiales, traditionnelles ou non, à laquelle se trouve un jour ou l'autre confronté le pratiquant assez ancien. L'examen de grade *Kyu* ou *Dan*.

Aujourd'hui, les parties rituelles du déroulement des examens, selon les disciplines, sont très variées. Les détailler se révèle peu enrichissant, parce que le niveau de ceux qui se présentent est supposé être suffisant pour qu'ils en connaissent les formes précises. Pourtant, il arrive que le candidat présente de telles lacunes. L'approche de la date fatidique fait généralement naître de nombreuses questions. L'Étiquette devient, dans les semaines qui précèdent le passage, l'objet d'un travail approfondi dans de nombreux Dojo.

Cet état soucieux de pré-examen fait même de l'Étiquette la partie la mieux révisée. Les professeurs ont l'habitude, par cycle régulier, de la remonter inlassablement, chaque année à chaque nouvelle cuvée de *Shodan* !

Toutefois, l'examen en lui-même déclenche de curieux comportements fort éloignés des principes élémentaires de l'Étiquette. Certains élèves, avant le jour J, sont stressés, presque malades. Durant leur passage, ils perdent leurs moyens, paniquent et deviennent « mécaniques », exécutant les exercices demandés à un niveau bien inférieur à celui qu'ils ont d'habitude.

Pourquoi se présenter ? Leur état n'est-il pas un signe suffisant de manque d'assurance et d'immatunité technique ?

Même s'ils ont beaucoup travaillé, révisé, bachoté même, cette réaction prouve qu'ils ne dominent pas leur pratique. Peut-être auraient-ils dû travailler le contrôle de leur émotivité plus que leurs techniques ?

D'autres annoncent à leur professeur qu'ils ont passé un examen la veille ! Réussi ou non.

Pourquoi se présenter ? Où est passé leur intégrité ? Ont-ils oublié le respect de leur professeur ?

Ils devraient s'exempter d'examen, courir immédiatement s'acheter une ceinture adéquate : ils connaissent si bien leur niveau !

Quant à ceux qui échouent, et qui ensuite seulement, pestent bruyamment à l'encontre du Jury, en contestant les compétences : Pourquoi se présenter ? Où placent-ils l'honnêteté morale ? Croient-ils pouvoir construire sur de telles bases ?

« S'ils m'accordent le grade : Je le prends sans rien dire ! Mais s'ils me le refusent, ce sont des ânes qui n'ont rien compris ? »

Même s'il est vrai qu'un grade est indispensable pour parvenir à enseigner officiellement - par exemple - s'exposer à un Jury dans ce but s'appelle aussi « vouloir entrer dans un système (ryu, club, fédération, etc.)... pour en profiter ». On ne peut le faire sans adhérer totalement au système, à ses règles et ses contraintes. Imaginez donc qu'une fois admis ce candidat soit sollicité pour faire partie d'un Jury !

Que penser de tout cela ? Drôle d'écueil pour l'ego.

Pourtant, à notre époque un grade Dan n'est plus vital, comme l'est un Baccalauréat, un Brevet professionnel ou un permis de conduire (encore que pour ceux-ci le Jury soit tout aussi omnipotent et qui plus est, en situation de monopole). Un Dan peut, de plus, être représenté à volonté. Cela devrait logiquement permettre de conserver un certain recul et de relativiser un tel échec.

La pratique martiale est soit un loisir, soit un mode de vie, soit les deux.

Passer un grade, c'est réclamer à une entité - Maître, club, fédération ou école - un signe de reconnaissance officiel, dans le cadre de données techniques pré-établies. Se présenter à un tel test procède d'une démarche volontaire personnelle. Chacun est en mesure de refuser de s'y prêter. S'offrir à l'appréciation d'un Jury, c'est s'y soumettre. Il s'agit du choix d'un individu en pleine possession de son libre arbitre, dont les convictions peuvent, sans risque notoire sur son existence, s'exprimer pleinement : Se présenter ou non, écouter ou non son assurance, sa confiance, ses motivations, ou les conseils de son professeur.

Si le candidat a des doutes, qu'il repousse donc l'échéance. Il pourra vivre sans Dan quelque temps encore.

Il peut aussi se présenter à l'examen avec certaines questions en tête. Rarissimes ou inconscients sont ceux pour qui ne persiste aucune interrogation le moment venu.

En cas d'échec, l'élève se représentera. Bien sûr, ces propos sont sans doute plus près d'une certaine forme d'éthique, que de l'Étiquette proprement dite. Pourtant, l'humilité si présente dans cette dernière est le seul état d'esprit qui permet de gagner à tous les coups lors d'un examen, réussi ou non. Ce

doit être un événement formateur. Cela dépend malheureusement de l'état d'esprit dans lequel on s'y présente.

Enfin, un tel examen doit être une fête lors de laquelle il vous est permis de montrer le niveau que vous avez acquis. Offrez votre démonstration à votre professeur, celui-là même qui vous a confirmé votre capacité et à qui vous avez fait confiance.

Dans tous les cas, ne revenez pas d'un examen les mains vides, à fortiori si vous l'avez manqué. Faites l'effort de consulter les juges, tentez de vaincre votre fierté mal placée. Demandez-leur de vous parler de votre prestation. S'il est présent, faites-le avec votre professeur. Vous partirez avec du travail pour plusieurs années, et les indications pour le réussir la prochaine fois.

Bien heureusement, les exemples d'échecs sont peu nombreux. L'immense majorité des candidats se présentent « fin prêts » à l'épreuve. Alors, ils transcendent la situation d'examen, décuplant leur énergie, propulsant leur esprit à un niveau qu'ils n'ont jamais atteint, même au plus fort de leur entraînement au Dojo.

## **B - L'EXAMEN EST PLUS IMPORTANT QUE LE GRADE**

Au-delà de l'objectif d'obtention de grade, l'examen par lui-même a une fonction éducative martiale et humaine très importante, voire incontournable pour l'évolution du pratiquant. En effet : s'il ne s'agissait que de donner des diplômes, un contrôle de l'assiduité, un avis du professeur et diverses observations sérieuses suffiraient à des enseignants accomplis pour jauger les compétences techniques d'un individu. Pourtant, rien ne remplacera le flot d'émotions et de sensations contradictoires que peut ressentir un candidat face à un Jury.

Cette épreuve peut représenter un instant sublime !

Il existait sans doute, au temps des combats et duels moyenâgeux, des moments où l'intensité sublimait l'esprit du Samouraï. L'instant d'équilibre entre vie et mort. Il semble que l'examen soit aujourd'hui la seule véritable situation qui permette d'approcher cet état, en mettant un peu de soi-même en jeu (en dehors d'une éventuelle et encore possible bagarre de rue !).

On assiste dans ces moments à des scènes de stress et d'anxiété exprimées par des personnes qui n'ont souvent plus rien à prouver et pour qui un Dan de plus ne changera rien. Et malgré tout, l'exposition, la mise en avant demandée par l'examen les bouleverse, ils donnent l'impression que leur vie est en jeu. Les sensations ressenties sont d'un niveau formidable. Quel qu'en soit le résultat, profitez de vivre une situation hors du commun. Considérez-la comme une loupe qui grossira vos points forts et vos faiblesses.

En pratique, l'Étiquette que vous étudiez dans votre Dojo au quotidien dans son ensemble, et pas seulement les quelques gestes spécifiques à cet examen, vous aidera à garder l'esprit clair durant vos déplacements, vos saluts et vos changements de position.

Cela vous permettra de bien entendre les juges, de réfléchir efficacement à l'essentiel, de réagir dans le bon temps, avec la bonne distance, et - sait-on jamais ? - de réussir.

Pour résumer le lien qu'il faut entrevoir entre la situation d'examen et l'Étiquette, considérez que si une seule fois dans votre pratique martiale, elle doit vous servir directement, ce sera à ce moment-là.

Enfin, ne vous leurrez pas, si en quelques semaines il vous est possible d'apprendre ou perfectionner quelques mouvements techniques, ce temps sera malheureusement trop court pour assimiler l'Étiquette au point qu'elle parvienne à fortifier suffisamment votre esprit. Vous risquez le moment venu d'être à la merci de votre émotivité.

Par ailleurs, sans toutefois entrer dans les détails d'évaluation des Jury, il est un élément qui pèse souvent lourd dans leur décision, sans pour autant être noté comme point technique : la relation positive que vous aurez réussi à établir avec vos partenaires. Ce lien presque palpable doit naître, s'établir, se tendre, avec et par le salut. Après, il sera trop tard.

Pour en finir avec les Dan, il semble aussi stupide de courir après et d'en faire une finalité que de les mépriser.

### **C - UN TEXTE... PLUS OFFICIEL**

Pour mieux illustrer ce que peut représenter la notion d'Étiquette aux yeux de Jury d'examen, il suffit de prendre connaissance des quelques lignes qui suivent. Elles sont le résultat d'une concertation de responsables (hauts gradés, érudits de grande expérience) des deux principales fédérations françaises d'Aïkido, en vue d'une normalisation du déroulement en commun des examens Dan d'Aïkido. Ce qui suit était prévu pour être en annexe d'un document général plus important, et traite de l'Étiquette, non seulement de la forme requise pour satisfaire un Jury, mais surtout - et c'est ce qui est intéressant - du concept même de REISHIKI, ce qu'on peut y voir de la valeur d'un candidat et l'appui qu'il peut y trouver pendant son passage, tant physique que mental.

Même si ce texte n'a pas été intégralement retenu, l'esprit du Reï Shiki exigé lors d'examens s'en dégage nettement.

#### **« REISHIKI : ANNEXE SUR L'ÉTIQUETTE LORS DU DÉROULEMENT DES EXAMENS**

##### **INTRODUCTION :**

*Reishiki est un mot japonais que nous traduisons généralement par le mot « étiquette » tout simplement. Et pour une fois la simplicité de la traduction est de bon aloi. Reishiki est composé de deux caractères : REĪ, qui signifie « salut, salutation, courtoisie, étiquette » et SHIKI, qui signifie « cérémonial, formalité, rite, règle de l'art, officiel ».*

*Le caractère REĪ est lui-même composé de deux radicaux : Shimesuhen d'une part, et Yutaka. Shimesu signifie « montrer, mettre en évidence », et Utaka, « richesse ». Utilisés ensemble, on peut dire que le caractère REĪ veut dire « Mettre en évidence sa richesse intérieure ».*

*Comme c'est souvent le cas avec la langue japonaise, d'autres expressions existent et sont employées pour exprimer l'Étiquette - Reigi, reï-saho, reï-ho, reï-jo, raï-san, reï-setsu, gi-reï, etc., mais c'est le mot REĪSHIKI qui est le plus couramment utilisé en Occident et qui, globalement, exprime le mieux l'Étiquette du Budo qui nous concerne ici.*



Tenue vestimentaire : Keikogi et Hakama en bon état et propre. Zori compatibles avec la pratique du Budo.

Montée sur le Tatami (à titre d'exemple) : Le candidat montera sur le Tatami, tenant dans la main droite les armes - Bokken, Tanto, Jo - nécessaires, selon le niveau de son passage, des façons suivantes :

Soit : Il enlève ses Zori face au Tatami, monte, se retourne, pose un genou à terre et retourne ses Zori ; puis se tourne vers le Kamiza et le salue debout : Tachi-Rei.

Soit : Procède comme ci-dessus, mais salue en Seiza : Za-Rei.

Soit : Il enlève ses Zori dos au tatami, monte, se retourne vers le Kamiza puis Tachi-Rei.

Soit : Procède comme ci-dessus, mais termine en Za-Rei.

A la suite de quoi il prendra sa place en Seiza parmi les autres candidats en ligne, soit au Shimoza, soit au Shimoseki. Ses armes sont posées au sol près de lui, à sa droite.

La ligne (Seïretsu) des candidats doit être établie par rapport au bord du Tatami, de manière à laisser derrière eux un espace suffisant pour un passage aisé des autres candidats prenant leur place.

Il est à noter que pendant le passage, tous les candidats en attente doivent garder leur posture droite, si possible en Seiza, sinon en position dite « en tailleur » : AGURA.

A la fin de l'examen, le candidat exécutera le même processus inversé pour quitter le Tatami.

**b - Le candidat vis à vis de son partenaire**

**c - Le candidat vis à vis du Jury d'examen;**

Lorsque le candidat à examiner - Tori - sera appelé par le Jury, il se lèvera, ses armes en main droite, et prendra sa place, face au Jury et au Kamiza, sur les marques(\*) indiquant une distance de 5 mètres du centre de la zone de Tatami réservée à l'examen de son groupe. En fait, les deux examinés seront alors séparés de 10 mètres l'un de l'autre.

Il placera ses armes par ordre de taille derrière lui, sans pointe ni tranchant en direction du Kamiza.

Uke (Aïte) fera de même à la place qui lui sera dévolue.

Les deux candidats s'avancent, soit en shikko, soit debout jusqu'à la marque(\*) les séparant de 6 mètres. Les candidats se tournent ensemble vers le Jury et lui sollicitent le Salut.

Ensuite ils se retournent face à face et se saluent.

L'interrogation commencera à ce moment. Durant l'interrogation, l'examiné continuera à faire le mouvement demandé par le Jury, jusqu'à ce que ce dernier lui en demande un autre.

Lorsque le Jury demande un changement de Uke (Aïte) en cours d'examen, les candidats s'arrêteront et se salueront à une distance convenable. Uke (Aïte) adoptera la posture de Tori pour ce salut ( Seiza, si Tori est en Seiza...). Ce salut sera dépouillé, succinct, mais correct. Il se mettra - le Uke qui a ouvert l'interrogation - ensuite en Seiza à sa marque(\*) de départ à coté de ses armes (sachant que c'est lui qui sera le Uke final de l'interrogation, pour la partie des interrogations avec « armes », Buki Waza).

Le suivant prendra sa place sans ses armes, à l'endroit où son prédécesseur a quitté Tori. Il a à adopter la même posture que Tori (lui n'a pas bougé), pour saluer le Jury, puis Tori.

Lorsque la partie de l'examen concernant les techniques à mains nues se terminera, l'Uke (Aite) initial reprendra son travail pour Buki Waza.

Il est indispensable de noter que l'introduction d'un élément nouveau, en l'occurrence l'arme, demande une légère adaptation dans le Reishiki. Non pas dans son sens profond, mais plutôt dans son expression technique. Il faut prendre en considération le fait qu'on a une arme en main.

#### *Tanto Dori*

Uke-Aite, comme il devra s'en servir, se munira de son Tanto, soit en s'accroupissant le dos droit, soit en posant un genou à terre, soit à partir de Seiza. Le salut à l'arme n'est pas demandé. Il s'avancera ensuite jusqu'à la marque des 6 mètres(\*). Tori gardera une posture correcte sur sa marque(\*) ; éventuellement, si nécessaire, il pourra arranger sa tenue rapidement, en se tournant discrètement vers le Shimoza.

Dans tous les cas il ne se balladera pas en « soufflant comme un bœuf » (à l'inverse des mœurs sportives).

Un Reishiki bien géré constitue un moyen efficace de rythmer sa prestation.

Les deux adversaires se saluent en Tachirei. Aite tiendra son Tanto en position Sage-to - sur le côté à bout de bras, en attendant que l'interrogation commence.

En Tanto Dori le désarmement de l'adversaire est obligatoire. Pour rendre l'arme à Aite, Tori la tiendra dans le creux de la main, tranchant vers le haut, pointe vers lui-même, sans aucune précipitation pour rétablir sa distance correcte et des conditions d'attaque convenables.

A la fin du travail, Tori tendra l'arme à Aite et chacun reprendra la distance correcte de Reishiki, pour Tachirei (salut debout) succinct.

Aite remettra son Tanto à sa place.

Jo Dori et Tachi Dori relèvent de la même procédure, de la même attention et de la même prise de conscience de ce que l'on a en main.

Seul Tachi Dori demande, au moment du Reishiki, de formaliser le rengainage, en mettant le Bokken à la hauteur de la ceinture (Tei To).

#### **d- Le Jury d'examen vis à vis de lui-même**

Le Jury d'examen conduira l'examen en Keikogi et Hakama.

L'ouverture de la séance commencera par un salut formel en Seiza entre les candidats et le Jury (au Kamiza). Ensuite, le Jury prendra sa place à la table. Il est attendu de lui qu'il conserve une tenue qui reflète la dignité et le respect envers la discipline pratiquée, le Dojo, les candidats, et plus particulièrement envers la responsabilité dont il est investi. Les saluts aux candidats seront faits à partir de la position assise. Il prendra soin de poser les questions aux candidats de façon audible et prononcées avec une élocution conforme à la phonétique de la langue japonaise.

Le principe d'intégrité réclamé aux candidats s'applique également au Jury examinateur.

Le Jury doit se souvenir que les examens dont il assure le déroulement ne sont pas des « éliminatoires ». Le but est plutôt d'établir une évaluation objective du niveau de pratique du candidat au sein de sa discipline, dans un sens le plus large, en prenant en compte une énorme variété de styles due à une pratique mondiale étendue et constituant une richesse unique parmi les Budo actuel.

(TEXTE CONFIE PAR M.T.SHEWAN)

(\* Bon nombre d'éléments de ce texte n'ont pas été retenus - par exemple les « marques » sur le Tatami -, toutefois, les idées maîtresses subsistent et répondent officiellement à de nombreuses questions, par exemple, les distances citées donnent une bonne idée de Mawai correct pour Reishiki)

## D - LES GRADES

Qu'il s'agisse du système de gradation le plus récent, ou du plus traditionnel, nul n'a encore pu se départir de l'intervention du jugement humain. Loin s'en faut et tant mieux. Quant aux systèmes d'attribution, on a beau inclure grilles, notes, barres et croix multiples, cela reste un sujet possédant toutes les caractéristiques d'un dangereux puits sans fond.

Historiquement, ce que l'on appelle le système *Kyu-Dan* est né à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, avec l'école de Judo de Maître Jigoro KANO (Kodokan), puis a été repris entre autres par le Kendo. Il s'est vraiment imposé avec le siècle, accompagnant, car y répondant mieux, la modernisation de certaines pratiques (*Shin budo*). Il a supplanté la gradation traditionnelle, qu'on nomme le système *Menkyo*, sauf dans certaines écoles traditionnelles (*Ko-Ryu* où l'on pratique les *Ko-Budo*), utilisant parfois même les deux..

A cette époque, les grades représentaient l'expression de la reconnaissance officielle d'un individu au sein d'une école. Il serait plus judicieux d'en parler comme d'un certificat plutôt que comme un grade, reflétant plus aujourd'hui un simple niveau technique. D'ailleurs, traditionnellement, lorsqu'on parle d'une forme de hiérarchie dans un Dojo, il s'agit toujours d'ancienneté, et non de couleur de médaille, encore moins d'efficacité.

Dans les faits, les grades *Menkyo* expriment surtout un degré de confiance atteint par le *Shugyosha* (pratiquant) vis à vis de ses Maîtres, de ses pairs et de son école. Cette officialisation est une reconnaissance qui lui permet à la fois une étude de techniques plus secrètes du *Ryu*, la possibilité d'enseigner ou d'assister un enseignant, ou encore l'étude d'écoles ou de styles différents ; une autorisation de sortie en quelque sorte, ainsi qu'une titularisation par son inscription dans les archives du *Ryu*.

Dans l'ordre, on est : *Oku-iri* (4 à 8 ans d'étude...), *Sho-Mokuroku* (8 à 15 années), *Go-Mokuroku* (12 à 18 années), *Menkyo* (15 à 25 ans), puis vient le titre de *Menkyo-kaïden*.

Par rapport à l'idée de certificat, la notion de médaille développée par les grades actuels lorsqu'ils sont mal appréhendés explique en grande partie les malaises ressentis dans de nombreuses disciplines à l'occasion d'examens, tant par les Jury que par les candidats.

En plus du système *Kyu-Dan*, les disciplines modernes (*Shinbudo*) traduisent les grades en couleurs de ceinture. Les Disciplines Traditionnelles n'ont pas encore adopté ce système multicolore, allant de jaune à marron, qui extériorise à peu de choses près les grades *Kyu*. Ce système de marque de grade a été inventé par les Occidentaux, puis repris au Japon.

Ce système - en dehors de satisfaire l'ego des concernés, ce qui va à l'encontre des objectifs des Budo - a pour principal et inutile avantage de créer des castes chez les débutants, tout en ayant tendance en plus à se compliquer par l'adjonction de barrettes pour des niveaux intermédiaires, ou de ceintures à carreaux de plus en plus complexes - pour les mêmes raisons. A quand les nuanciers pour les pastels ?

De méchants esprits y voient un moyen efficace de conserver des adhérents, donc des cotisations, en distribuant des grades sans en distribuer, tout en en distribuant...

C'est vrai, nous vivons une époque où l'impatience toujours de mise se confond avec le dynamisme, où l'on oublie souvent les méfaits du "Tout et tout de suite". Pourtant, la longueur et les difficultés de l'apprentissage sont, avec l'Étiquette, une des composantes communes des Budo, essentielles pour que leur étude apporte toutes leurs richesses. Le pratiquant qui en reste au stade gestuel et gymnique me fait penser à l'homme qui croit pouvoir s'enrichir en comptant et recomptant l'argent des autres.

Bien qu'on puisse imaginer qu'un des objets de la pratique martiale soit justement de finir par savoir appréhender le temps dans sa réalité - laisser le temps au temps - et d'apprendre à lutter contre cette culture de l'immédiat si superficielle, en débutant il est clair qu'on a besoin de niveaux intermédiaires pour se situer. Par la suite, l'espace entre les *Dan* s'allonge comme doit s'allonger la patience du pratiquant.

D'autre part, pour remettre les choses à leur place, à l'époque des *Ryu*, les *Shugyosha* vivant en permanence dans le Dojo, pratiquaient quotidiennement, et atteignaient parfois le niveau de ceinture noire en quelques mois ou une année. Ils n'avaient alors pas le temps d'éprouver ce besoin, cette impatience d'afficher officiellement leur "compétence".

Il est utile d'ajouter que la « ceinture noire » n'impressionnait et n'impressionne toujours pas autant au Japon qu'en Occident.

La pratique-loisir d'aujourd'hui demande plusieurs années d'apprentissage (quatre ou cinq) avant de passer de *Kyudan* à *Shodan*, qui se traduit par premier niveau ou niveau de début (hé oui : en devenant *Shodan* on devient un débutant... titulaire !). Il est toutefois permis de s'interroger lorsqu'une personne, même pratiquante accomplie, en arrive à broder le nombre de ses *Dan* sur sa ceinture ou son *Keikogi*. Qui croit-il intéresser ? N'existe-t-il pas d'autre moyen pour lui d'être admiré ?

C'est sans doute un échec flagrant des *Budo* que de ne pas l'avoir aidé à dépasser ce stade des apparences.

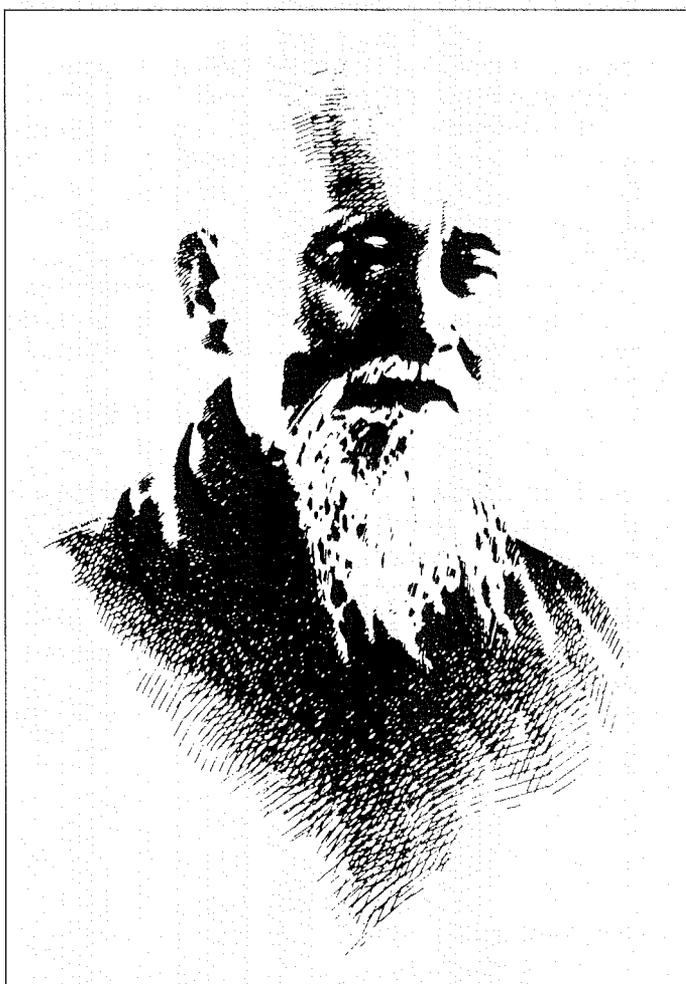
## E - "LES DAN NE SERVENT À RIEN"

Qui n'a pas dix fois entendu cette phrase, ou plutôt cette sentence ?

Elle est généralement proférée par quelqu'un d'assez ancien. Et pour cause : à mieux l'observer, on est très étonné de s'apercevoir que l'individu en question en a acquis lui-même trois ou quatre (*Dan*), un comble !

Bien sûr un *Dan* n'est pas vital et comme cela a été dit, c'est le passage qui est important. Pourtant, ils font partie intégrante des *Budo* et, quand bien même la joie d'un titre supérieur ne dure que quelques semaines, voire que quelques jours - au moins le temps de l'arroser -, c'est une vraie joie qu'il serait dommage de gâcher, une satisfaction très humaine, toujours très agréable à vivre.

Encore une fois, fuir ou éviter les *Dan* est largement aussi imbécile que de courir après.



O SENSEI MORIHEI UESHIBA

## QUELQUES RÈGLES SPÉCIFIQUES

### A. CHOISIES EN AÏKIDO

#### 1. DISCIPLINE CONTEMPORAINE, ÉTIQUETTE TRADITIONNELLE

Bien que contemporain, l'*Aïkido* a su préserver un certain traditionalisme dans son Étiquette, et cela semble-t-il pour deux raisons principales.

Tout d'abord, en Aïkido l'Étiquette a des origines traditionnelles très profondes et en adéquation avec l'exigence et les qualités de son fondateur.

Ô Senseï **UESHIBA Morihei** (1883-1969) était un homme dont la haute spiritualité n'avait d'égale que la profonde connaissance des *Budo*. Il les avait étudiés très jeune, et tout au long d'une vie de recherche mouvementée, marquée par la maladie et la guerre. La lecture de sa biographie démontre que seul un être d'exception a pu avoir la force de sortir enrichi d'une telle existence, et explique les fondations solides du *Rei Shiki* de ce *Budo* pourtant très moderne, voire intemporel.

Jeune homme, il étudie tout d'abord *Aioi-Ryu Jujutsu*, *Kito-Ryu Jujutsu*. Vers dix-huit ans, il étudie aussi l'escrime avec Maître NAKAI, un maître d'armes réputé de l'époque, dans la région de Tokyo. Après la guerre de Mandchourie à laquelle il participe, il apprend le Judo qui vient de naître.

Il entre enfin au *Daito-Ryu* du célèbre Maître TAKEDA Sokaku, où l'on étudiait l'Aïki-Jutsu. La famille TAKEDA avait hérité de cet art secret venant des Samuraï - des guerriers du clan MINAMOTO - existant depuis plusieurs siècles. Il était étudié comme une variante du Ken-Jutsu, pour des pratiquants de Ken-Jutsu. Dès trente-trois ans UESHIBA Morihei était considéré comme un Maître de ce Jutsu. Sa vie difficile et semée d'épreuves - perte de son père, de deux de ses fils - l'a amené à rencontrer le révérend bouddhiste DEGUCHI, qui eut une influence spirituelle déterminante.

Après un séjour terrible en Mongolie où il fut mis en prison, condamné à mort puis gracié, il retrouve le Japon et se retire afin de retrouver une vie calme. C'est au cours de cette période, durant un affrontement sans arme

contre un instructeur de sabre qu'il eut la révélation sinon de l'*Aïkido*, du moins de ses principes fondamentaux.

Il a créé une forme de synthèse à la fois technique, mystique et ésotérique, qui dépasse de loin le cadre d'un art martial combatif, d'un pays ou d'une époque. Si l'on approfondit son message, on sent très vite que la pratique ne représente qu'un premier stade, prétexte ensuite à une réflexion philosophique humaniste beaucoup plus profonde qu'un art de combat.

La diffusion rapide de cette discipline dans le monde entier démontre d'ailleurs qu'elle touche tous les individus par son universalité.

Le Fondateur a su ensuite, avec la même sagesse, s'entourer, former et envoyer ses meilleurs élèves et disciples pour parcourir la planète. Ceux-ci ont enseigné fidèlement les principes de l'*Aïkido* et du *Reï Shiki* qui s'y rattache.

Le second facteur qui a permis à une partie de l'Étiquette traditionnelle de perdurer est sûrement l'absence de compétition.

D'abord, l'inexistence de confrontation a laissé le souci d'accomplissement des pratiquants et de leurs professeurs s'orienter vers d'autres horizons que la force ou l'agressivité. Priorité a été donnée entre autres à une certaine globalité de pratique, la véritable efficacité d'exécution pouvant attendre un certain niveau. Pour cette globalité qui ne peut être atteinte sans une grande rigueur dans les attitudes, l'Étiquette est quasiment indispensable.

De plus, cette gratuité apparente d'exercice - pas de coupe ou de médaille à gagner - a empêché l'apparition de « champions », qui auraient pu élarguer une partie des codes édictés par le Fondateur. Même si cette discipline est récente - quant à sa création, le nom actuel « *Aïkido* » datant de 1942 - ses bases fondamentales ont été conservées dans leur essence, ne pliant ni à un besoin mercantile effréné, ni au virus de la médiatisation.

On peut penser aussi qu'un troisième facteur, secondaire celui-là, a été important pour le *Reï Shiki* dans l'*Aïkido* : son Étiquette doit régir non seulement des exercices de travail à mains nues, à genoux, debout, contre un ou plusieurs partenaires, mais aussi des exercices arme contre arme, ou arme contre mains nues. Cela amplifie les sensations de danger, rendant plus difficiles les déplacements, les distances étant accrues. Cette nécessité d'étude des armes, en en faisant un moment souvent utilisé pour mettre en relief la nécessité - puis les avantages - d'un bon *Reï Shiki* a certainement œuvré pour son maintien.

## 2. REÏ SHIKI EN DANGER ?

En *Aïkido* peut-être pas, mais l'Étiquette d'autres disciplines orientées vers les concours ont cédé. Alors, le temps utile aux saluts s'est réduit au strict minimum, le manque de sang-froid ainsi que l'agressivité sont quasiment devenus des qualités.

Quant à l'Étiquette dans les clubs, pour les enfants elle reste annoncée à cause de son côté convaincant : Quel meilleur argument pourrait persuader des parents qui ont tant de mal à leur faire dire « merci » à table, de confier leurs rejetons à des structures se proposant de leur enseigner en bloc

Respect, Politesse, Humilité etc. ! ? Pour les grands, c'est une autre affaire, car ces principes sont sur les murs depuis si longtemps qu'ils demeurent la plupart du temps des vœux pieux. Ces exemples sont bien sûr des caricatures et nombreux sont les *Dojo* où tout fonctionne.

Pourtant très souvent, l'Étiquette est classée au rang des superflus, qualifiée de simagrées par des débutants costauds à qui l'on autorise tout, sous prétexte qu'ils sont très forts en compétition.

L'enseignement qu'on peut tirer de cette dérive est que l'Étiquette est très fragile. *C'est le premier élément étouffé par le besoin de rentabilité ou d'efficacité médiatique.* C'est en la sacrifiant que certaines disciplines ont perdu une partie de leur vocation originelle. Leur pratique est plus spécialement consacrée à développer la force de l'individu contre ses adversaires, de cultiver et d'exacerber des mimiques guerrières pour les rendre plus télévisuelles.

Pour éviter toute méprise, il faut préciser que la compétition est une formidable école de la vie dans la mesure où elle n'occulte pas le reste, avec les motivations qu'elle engendre, les efforts qu'elle fait faire et les joies qu'elle procure. C'est le syndrome de « *La victoire à tout prix* » qui dévoie les énergies, qui fait d'un sport une activité élitiste, transformant les faibles en tricheurs potentiels et les forts en arrivistes arrogants.

Toutes les activités qui ont accepté ces pollutions sont à un croisement aujourd'hui. En continuant de la sorte, elles se détournent alors de leur vocation de voie, dans son sens spirituel, moral et humaniste.

En retrouvant leur objectif premier, elle devront assumer le risque de perdre - bien que cela reste à prouver à long terme - une bonne partie de leur effectif actuel.

On comprend qu'un tel choix soit difficile et puisse paraître comme une régression. Pourtant, quelle plus belle victoire quand cela se produit pour les arts martiaux « modernes » qu'un de leur champion soit affiché en exemple de contrôle de soi, de respect de l'adversaire, d'humilité dans la victoire, ou simplement de gentillesse ?

Bien heureusement, des Maîtres et leurs élèves dans d'autres disciplines, dont celles citées dans ces pages, ont eu la même sagesse que *Morihei UESHIBA* et les siens. Grâce à eux, on peut encore aujourd'hui pratiquer dans un cadre originel d'un *Rei Shiki* qui, bien qu'allégé, reste propice à la réalisation des véritables objectifs des Budo modernes. La vigilance reste toutefois de mise.

### 3. LE PREMIER ET LE DERNIER PARTENAIRE

Il est un détail de l'Étiquette - peut-être est-ce une simple coutume ? - qui est spécifique à l'*Aikido*, et qui exprime une partie de la convivialité qui règne sur ses tatamis :

Tout d'abord saluer en *Seiza* son premier partenaire au moment de pratiquer avec lui, même si le travail demandé est debout.

Il est ensuite d'usage de faire de même avec le dernier, et ce, après les saluts collectifs. En fait après la FIN de la leçon. A travers ce partenaire, on salue l'ensemble de ceux avec qui on a pu, ou avec qui l'on va s'exercer.

On peut toujours apposer un aspect sécurité aux saluts, avant ou après l'exercice.

Pourtant, ce geste-là n'a aucun caractère particulier, sinon amical. La silhouette du message de fraternité de *O Sensei Morihei UESHIBA* plane ainsi dans de nombreux *Dojo*...

Un des objectifs de la Voie de l'Harmonie est ainsi atteint, et l'Étiquette le formalise à chaque cours.

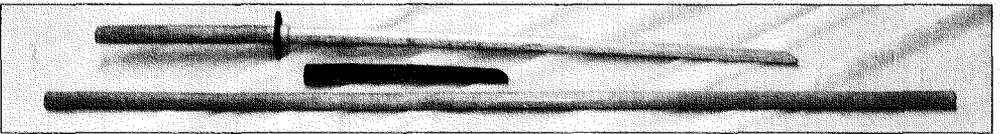
#### 4. DES ARMES DANGEREUSEMENT PERSONNALISÉES

Comme cela a été dit, la pratique de l'*Aikido* demande l'utilisation des armes d'exercice généralement en bois. Ces outils sont classiques au Japon, puisqu'ils servent déjà dans d'autres *Budo* :

- Le *Jo*, le même que celui utilisé en *Jodo*, est un bâton identique à celui utilisé en *Jodo*. Pour l'*Aikido* il sert pour des techniques qui sont issues d'autres arts martiaux que *Morihei UESHIBA* a étudié, notamment la baïonnette (*Kenjo*), la grande lance (*Yari*), la hallebarde (*Naginata*), etc.

- Le *Bokken* ou *Bokuto* est une réplique en bois du *Katana* utilisé surtout en *Kenjutsu*.

- Le *Tanto*, qui est réplique du poignard (*Aikuchi*) dont on se sert notamment en *Jujutsu*.

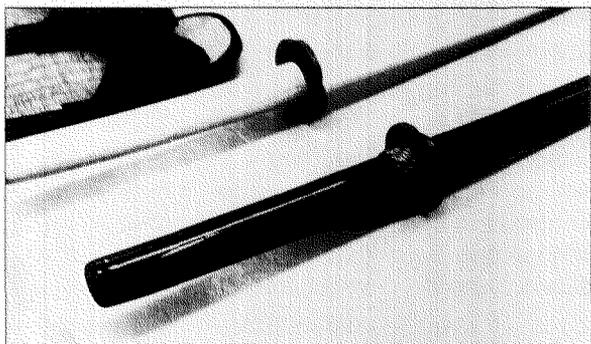


BOKKEN JO TANTO

La manipulation de ces objets doit satisfaire à un certain nombre de règles, englobant notamment leur respect, leur soin et la sécurité envers les partenaires. Ils doivent être de bonne qualité, fabriqués selon des normes précises et doivent respecter les dimensions des objets qu'ils imitent, ainsi que leur poids et leur équilibre.

D'une bonne facture (polies, arrondies, surtout sans échardes !), ces armes ne doivent pas blesser les utilisateurs, et être taillées dans de bons matériaux pour résister aux chocs éventuels des exercices. Même si le commerce fournit les objets adéquats, on remarque que certains pratiquants apportent des « améliorations » techniques à leurs armes. Pour remarquables et artistiques qu'elles soient, ces modifications artisanales n'en sont pas moins des offenses à leur modèle, allant parfois jusqu'à les rendre dangereuses. Les uns rajoutent un chatterton ou un ruban brodé, fixé à l'aide de clous dorés à la poignée de leur *Bokken*, d'autres arrondissent les bouts de leur *Jo*, puis le vernissent ou le peignent. Ne parlons pas des plus guerriers qui affûtent leur *Tanto* ! (Et ce ne sont pas des caricatures...)

Comme les vêtements, *Keikogi*, *Hakama*, *Obi*, ces objets ne datent pas d'hier et ont fait la preuve de leur efficacité, dans leur simplicité et leur esthétique. Aussi, un *Jo* verni ne circule pas aussi bien en main qu'un bois nu, simplement poli et patiné. Comment peut-on tenir un manche de *Bokken* recouvert d'adhésif plastique, lorsqu'on a les mains en sueur ? Là encore la sobriété et la discrétion sont de mise. Concentrez-vous sur le fond, leur forme est déjà bien aboutie. Ces outils ne sont rien d'autre que du bois, c'est leur usage qui importe.



CHATTERTON OU VERNIS, À QUOI BON ?

## 5. RANGER SES ARMES AVANT LA PRATIQUE

Juste avant de monter sur le tatami, il est nécessaire :

- De ranger vos armes orientées suivant les règles du Dojo. Le côté du tatami à proscrire est le Kamiza. Pour le Bokken et le Tanto, le tranchant et la pointe tournée du côté opposé au Kamiza. Enfin, elles doivent être posées au sol à plat. Debout contre un mur, elles risquent de tomber.

- De les poser de manière à ce qu'elles prennent le moins de place possible. Autrement dit, disposées normalement serrées. Si les chaussures sont posées à leur côté, l'ensemble sera facile à repérer, pendant et après le cours.

- De pouvoir les atteindre facilement et sans quitter le tatami, posées au bord de celui-ci. Les poignées du Tanto et Bokken proches.

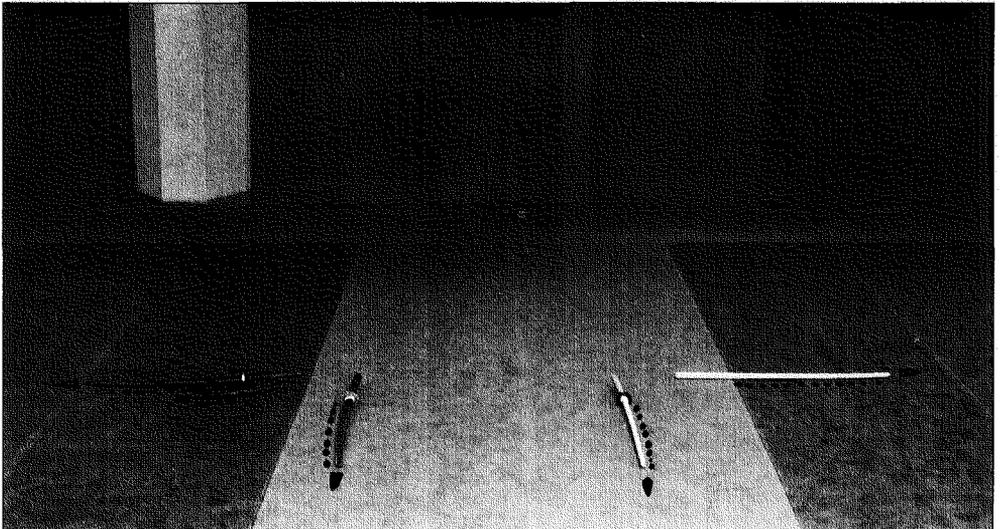
- Qu'elles soient disponibles dans un temps très court. Elles doivent donc être dégagées de leur étui, et ce, à chaque cours, même si elles ne sont utilisées que de temps à autre. Il s'agit là d'une courtoisie vis-à-vis du partenaire qui n'aura pas à attendre que vous détachiez votre sac pour en extraire le *Jo*, avec la gestuelle désordonnée de la précipitation.

- De les disposer dans et avec le même ordre à chaque cours. Ainsi vous pourrez utiliser votre regard pour le tatami, conservant vigilance et concentration intactes.

Ces cinq points simples nous enseignent que la préparation prime l'action. Même si nous n'en sommes plus au temps où tâtonner pour trouver son sabre pouvait coûter la vie, agir ainsi pour un travail, un voyage, ou une quelconque tâche quotidienne en change la réalisation du tout au tout.

C'est peut être ici que réside la véritable efficacité. Savoir s'organiser pour agir vite, sans se presser.

### KAMIZA



ARMES ORIENTÉES - POINTES ET TRANCHANTS À L'OPPOSÉ DU KAMIZA

## 6. PRENDRE SES ARMES EN COURS DE PRATIQUE

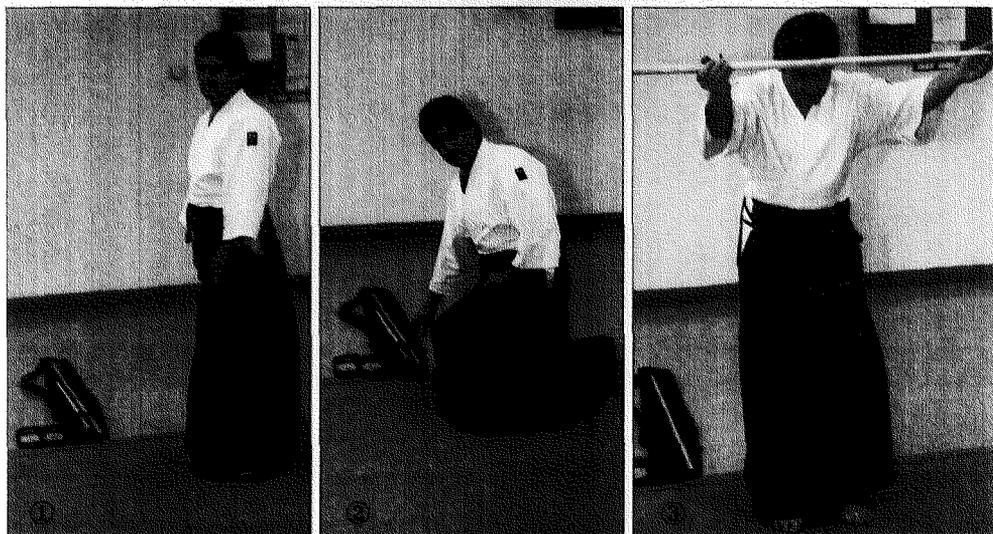
Le déplacement pour aller au bord du tatami a déjà été expliqué. Là, sans tourner le dos ni au *Kamiza*, ni à l'espace de pratique, posez un genou sur le tatami. Il est nécessaire de garder le buste le plus droit possible, c'est une question de *Shisei* (celui-ci n'étant d'ailleurs pour une bonne part que le résultat de votre concentration et de l'attention portée à vos actions). En effet, comment croire qu'on va avoir l'attitude et l'état voulus - *Shisei*, *Zanshin*, etc.- quand une poignée de secondes avant, distraitements, on ramasse sans plier les jambes son *Bokken* ou son *Jo*, en montrant généreusement son derrière à l'assistance ? Inversement, trop de componction, avec une mine de guerrier menacé sont aussi ridicules.

Prenez l'arme demandée, sans quitter du regard l'espace de pratique. Si elles sont rangées, aucun problème, puis redressez-vous et tournez-vous vers le *Kamiza*.

En portant l'arme devant vous, les deux bras tendus à l'horizontale - niveau du cœur ou des épaules, surtout pas plus haut ! - Saluez-la comme elle le mérite. En effet, connaissez-vous meilleur partenaire, toujours disponible et fidèle, elle exécute exactement et uniquement ce que vous lui faites faire, vous montre vos erreurs, sans condescendance ni exagération. Sachez que c'est le partenaire le plus vrai que vous aurez jamais.

Du fait de votre position de bras qui vous empêche de réaliser votre geste avec le buste, saluez en inclinant la tête - sans pointer les fesses en arrière - jusqu'à son niveau. Là encore, quelle plus belle marque de respect que de baisser les yeux comme on le fait pour à l'attention Maître.

Pour un *Bokken*, effectuez ce salut toujours en fonction du *Kamiza* et dans sa direction. Le tranchant vers vous-même, pointe orientée vers le *Shimoza*. Les doigts sont passés de part et d'autre de la *Tsuba*, la garde ou de son emplacement. Ce petit détail vient du salut au véritable sabre, dont on empêche la lame de quitter le fourreau, en les maintenant ainsi solidaires.



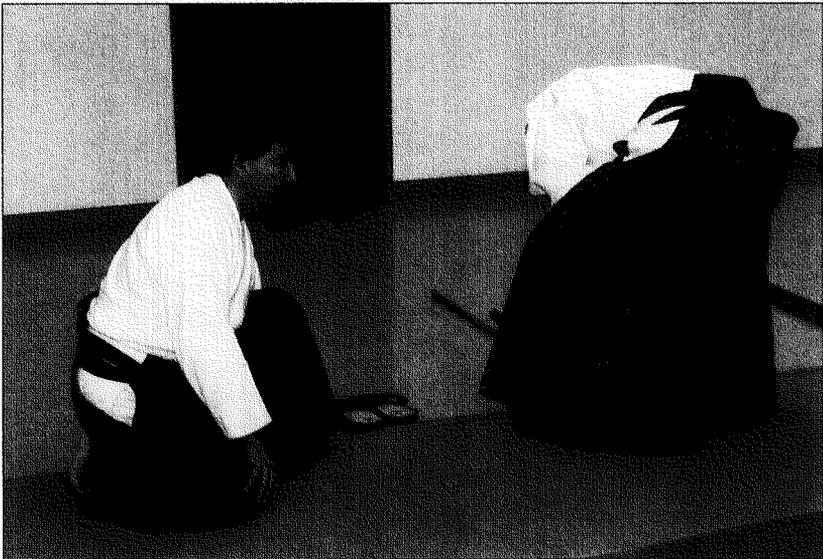
PRENDRE SES ARMES

Il faut agir de la même manière pour le *Tanto*, même s'il vous semble petit par sa taille. L'Étiquette n'est pas proportionnelle...

En *Aïkido* l'Étiquette est la même pour le *Jo* que pour le *Bokken*, bien que simplifiée par le fait qu'il ne possède pas de poignée ou tranchant. Pour regagner votre place, portez le *Jo* à droite, discrètement le long du corps, en le tenant par son centre. Le *Bokken* se transporte aussi à droite, pointe vers le bas, tranchant vers l'arrière. Les précautions prises au moment du salut sont également de mise ici : la main couvre et maintient la garde alors que les doigts tiennent la partie lame, qui représente à ce moment-là le fourreau. Cette manière de porter les armes en se déplaçant a un but de discrétion, évitant les chocs entre elles, ou avec les élèves.

Ce salut individuel peut être répété collectivement une fois que chacun a regagné sa place, si le professeur considère que la leçon a atteint une nouvelle phase. Ceci se fait dans le même état d'esprit que les saluts individuels et collectifs qui ont lieu en début de cours. La totalité de cette partie de l'Étiquette doit être réalisée avec calme, d'autant plus que c'est souvent simultanément que les élèves vont chercher leur outil de travail. Ne vous précipitez pas, au besoin attendez de disposer de la place nécessaire pour manipuler sereinement votre arme, ce n'est souvent qu'une question de secondes. Soyez patient !

Au même titre que pour sentir ce que peut contenir un salut, il suffit de penser à une poignée de main, pour la manipulation des armes et vos déplacements, pensez que vous avez en main un fusil chargé. Les précautions doivent être les mêmes.



**CHERCHEZ L'ERREUR !**

## 7. BUKI WAZA : KEN WAZA, TACHI DORI, JO WAZA, JO DORI

(*Waza*, le travail, l'étude. *Tachi*, le sabre. *Jo*, le bâton)

Une fois les saluts collectifs accomplis, arrive le moment du salut individuel avant l'exercice.

Là, les armes doivent être en position *Sagé Tō*, autrement dit :

- *Bokken* à gauche, tranchant vers l'arrière, pointe en bas. On le tient en laissant pendre la bras jusqu'à la cuisse, et bloquant la garde avec le pouce.

- *Jo* à droite, tenu à pleine main en son centre. Il reste discrètement le long du corps durant le salut.

Les distances nécessaires pour ces saluts individuels, précédant le combat virtuel, doivent être respectées.

En *Aikido*, c'est souvent là que « le bât blesse ». La notion de *Ma-ai* apportée par les exercices à mains nues - où la distance qui sépare les protagonistes est assez faible - est à l'origine de cette faute fréquente. Le *Ma-ai* du salut avec les armes est d'environ deux longueurs de tatami, soit 5 à 6 mètres pour le *Bokken*, 6 à 8 pour le *Jo*, alors qu'à mains nues 2 à 3 mètres suffisent (1 à 1,5 tatami).

Le débutant n'accorde pas d'importance particulière à cette erreur, dont pourtant les conséquences sont fâcheuses plus tard : toutes les distances seront faussées. Les *kumi Tachi* par exemple, qui sont des Kata d'*Aiki-Ken* exécutés à deux, perdent toute leur valeur éducative en ce qui concerne non seulement la notion de *Ma-ai*, mais également les déplacements, les attitudes, etc. Dans de telles conditions leur étude devient pratiquement inutile ! C'est surtout en *Jodori* que cette faute de distance est catastrophique (*Jo* contre mains nues, *Jo Dori* : saisie du *Jo*).

Pour un *Tsuki* (coup d'estoc, coup piqué), par exemple, la distance est si courte que l'attaquant virtuel n'a pas à se déplacer. Son geste se réduit à un vague mouvement de bras, dépourvu d'esprit offensif. Son partenaire fait alors un travail sans réel intérêt, ni émotion, alors que la bonne distance aurait demandé une attaque énergique - même d'un profane - partant de plus loin, avec une grande amplitude de déplacement. La réplique devra être en harmonie pour que le travail soit juste, le corps et l'esprit devront participer.

Là encore, l'Étiquette sert à « construire » des bases de travail justes, sans lesquelles il se résume à une suite de mouvements inutiles dépourvus de conviction, car ne créant pas la situation martiale objective (*Riai*), la seule qui permette l'étude sérieuse.



AIKIJO

Plus grave encore - c'est peut-être pour cela que cette méprise persiste si souvent - ces exercices réalisés avec de telles fautes deviennent plus faciles, donnant l'illusion aux pratiquants d'une parfaite réussite. Que va-t-il se passer face à un élève attaquant sérieusement ?

## 8. LE CÉRÉMONIAL DE REMISE DE DIPLÔME

Moment grave, important et joyeux à la fois, il mérite le titre de cérémonial, en raison de sa solennité. Sans être spécifique à l'*Aïkido*, il y est particulièrement cultivé. La martialité, avec la vigilance particulière qui s'y rattache, est un peu mise de côté pour laisser place à une attention plus spécialement tournée vers le caractère protocolaire de l'événement. Ainsi un grade, un titre a été accordé et doit être matérialisé par un diplôme remis au candidat par un Maître ou un professeur.

Dans le passé, à l'époque des *Ryu* guerriers, ce rite avait une très haute importance au regard de ce qui en découlait. C'était un acte officiel de reconnaissance de son école et de ses enseignants. Le document qui était remis symbolisait non seulement un degré technique, mais aussi un niveau de confiance, un gage de moralité. L'élève allait sans doute pouvoir accéder, sans risque pour le *Ryu*, à des connaissances qu'on lui avait tenues secrètes jusqu'alors. Peut-être allait-il parcourir le monde pour enseigner, ou encore gagnait-il l'autorisation d'aller étudier dans d'autres *Dojo*, d'autres techniques, d'autres écoles, avec de nouveaux compagnons.

En prenant conscience de la valeur que pouvaient revêtir de tels titres - c'était en quelque sorte devenir ambassadeur - on saisit la précision de la codification de ce rituel. Il est d'ailleurs extrêmement proche du rite d'intronisation bouddhiste, de cérémonies de remises de charges ou de titres de noblesse d'autrefois, très protocolaires.

Aujourd'hui, se préparer à ce cérémonial, c'est travailler une forme d'Étiquette très spéciale.

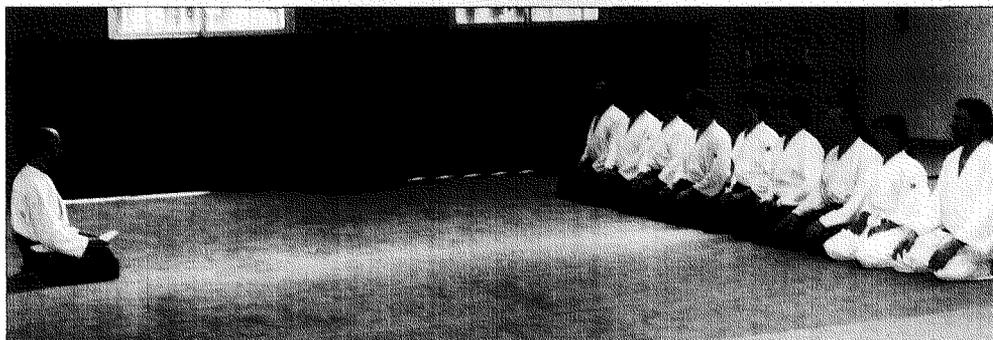
L'exécuter, c'est apprendre à contrôler ses émotions de joie, de timidité car le public est là, ou de respect : le professeur n'est-il pas aussi l'artisan de votre succès et c'est un peu le remercier que de vous exécuter à la perfection.

Plantons le décor :

L'ensemble des élèves est en *Seiza*, alignés selon leur ancienneté. Vous êtes parmi eux, tout particulièrement concerné.

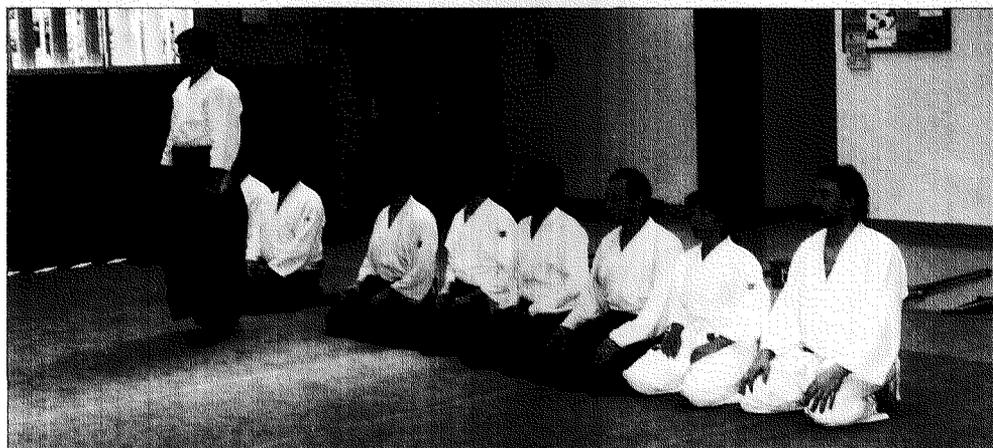
Même s'il est souhaitable de réussir aux examens et de ce fait de recevoir de nombreux diplômes (!?), avec toute la bonne volonté du monde, vous ne pourrez mettre en œuvre ce *Reï Shiki* que rarement : encore un domaine des Budo où de nombreux exercices sont nécessaires pour un seul instant !

Pourtant... Ne serait-il pas dommage de se louper lors d'un tel instant ?

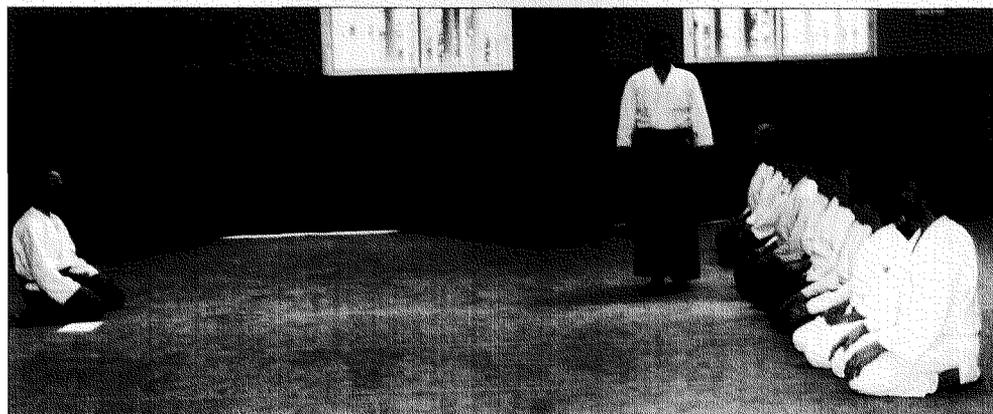


1. Le professeur vous fait face en *Seiza*, non loin du *Kamiza*. Il vous appelle par votre nom.

Il va falloir agir sans précipitation ni lenteur, et exprimer par votre calme une totale concentration.



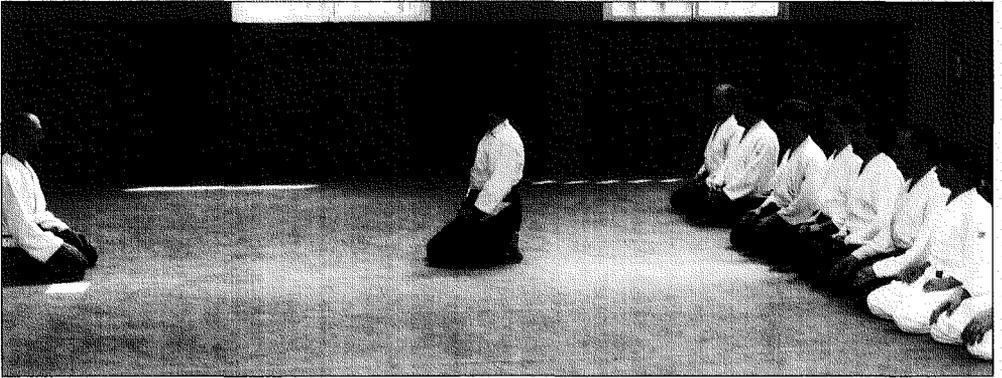
2. Levez-vous sur place, puis avancez d'un pas.



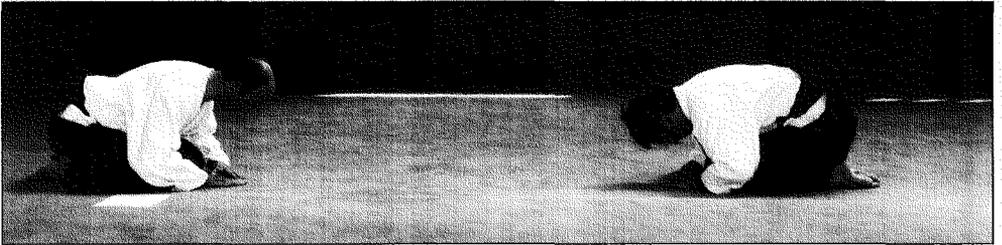
3. Faites un quart de tour sur place, puis, en suivant la ligne des élèves, allez faire face au professeur.



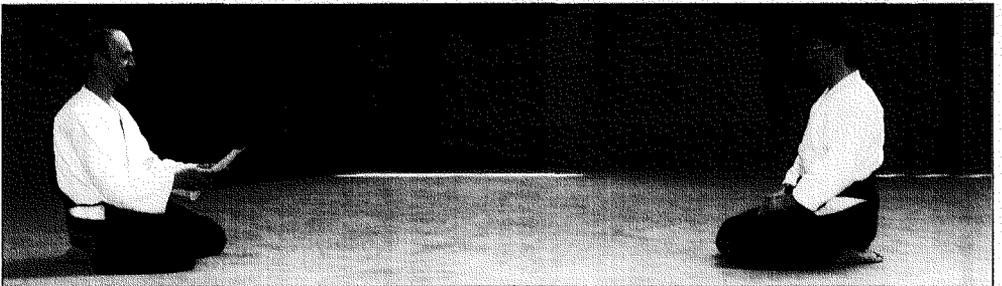
4. Là, saluez-le debout (*Tachi Rei*).



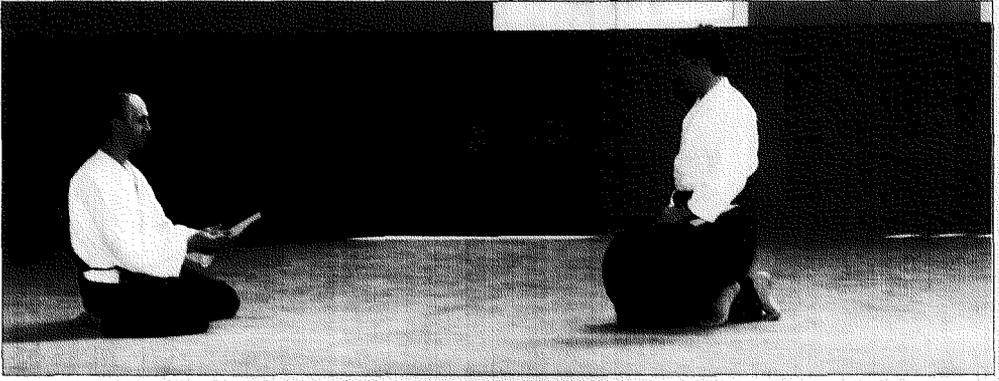
5. Avancez à mi-distance, et posez-vous en Seiza.



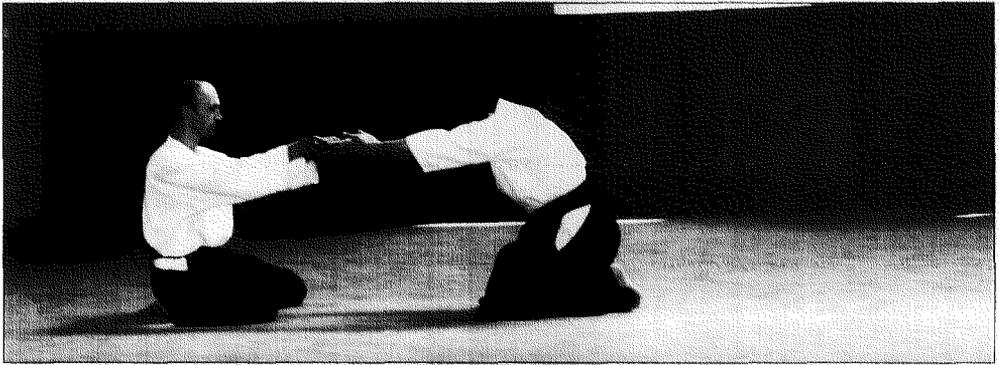
6. Saluez en *Seiza* (*Za Rei*).



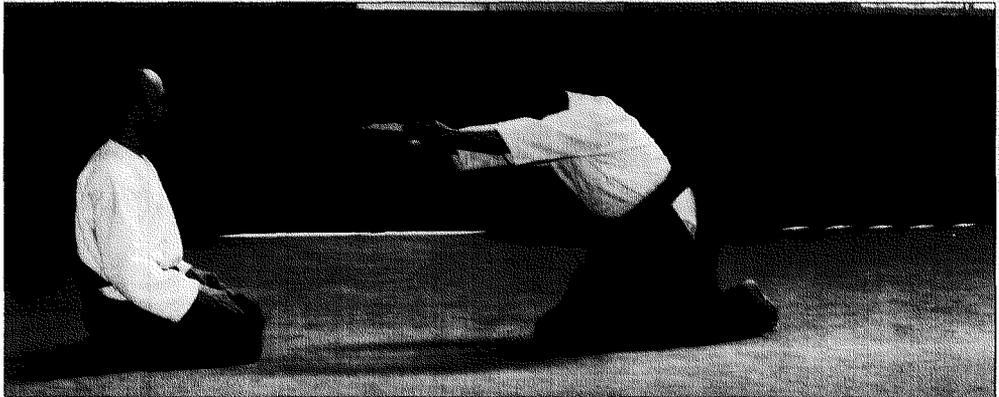
7. Il va alors lire votre titre, en japonais ou dans votre langue, puis vous tendre le document.



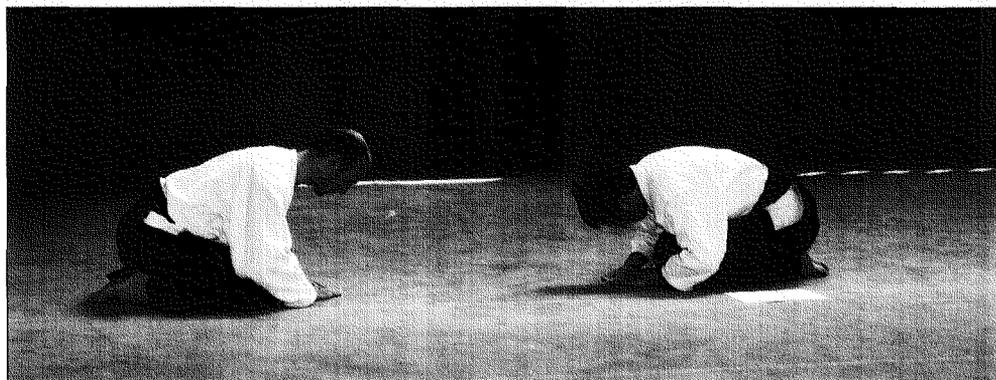
8. Marchez à genoux, jambes serrées, sans à-coups, jusqu'au point d'être en mesure de le saisir les bras tendus.



9. Prenez-le, bras tendus à l'horizontale, et inclinez la tête à la hauteur du document.



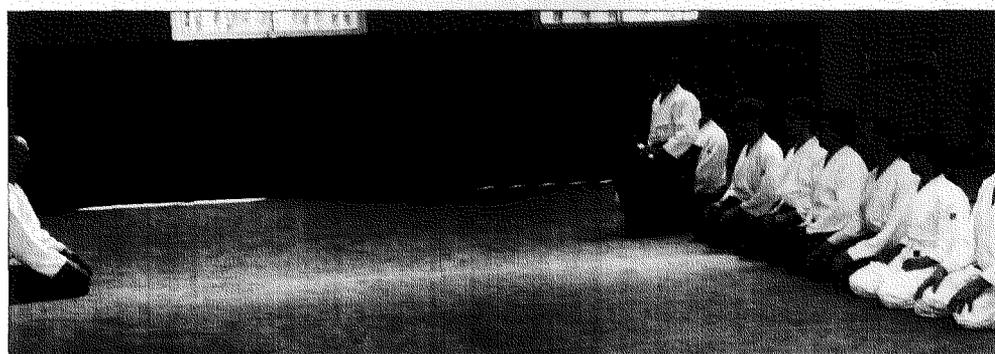
10. C'est en maintenant cette position, assez inconfortable, que vous allez devoir reculer à genoux de la même façon que vous avez avancé, et cela est difficile, jusqu'à votre point de départ.



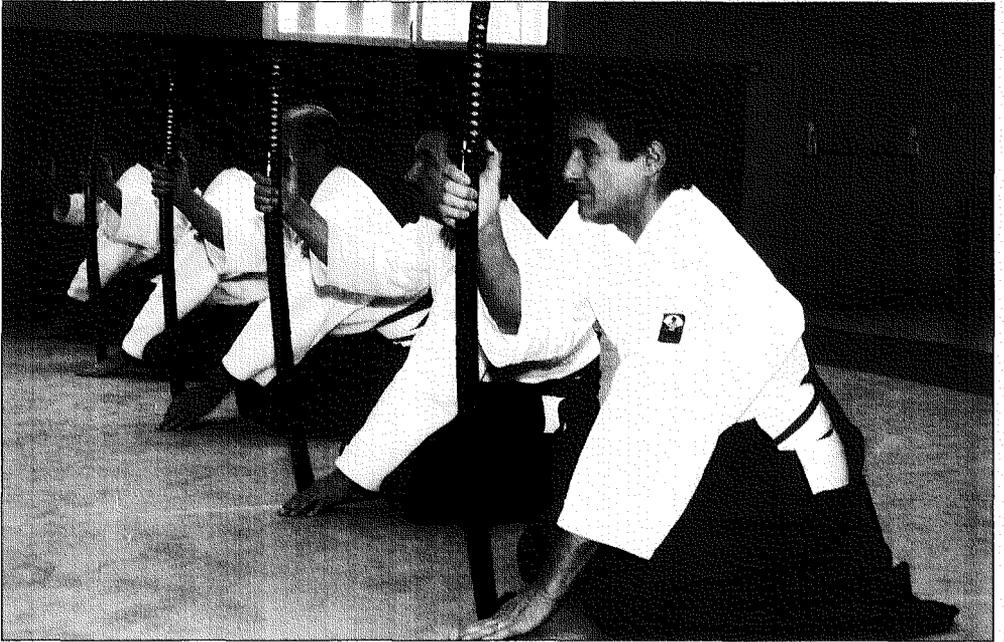
11. Là, reprenez la position *Seiza*, posez délicatement votre diplôme à votre droite, et saluez.



12 & 13. Relevez-vous sur place, et reculez debout jusqu'à la ligne des élèves, sans regarder derrière vous !



14 & 15. Saluez debout, et regagnez votre place de départ.



## B. CHOISIES EN IAÏDO

*RAPPEL : « Il n'existe pas UNE, mais DES Étiquettes, surtout en iaïdo !*

*En effet, les origines extrêmement anciennes de cette discipline ont permis la naissance de nombreuses écoles et de nombreux styles, donc de nombreuses codifications.*

*Leurs différences sont pour certaines de subtils détails, pour d'autres des modifications techniques notoires.*

*L'Étiquette n'a pas échappé à ce phénomène. »*

### 1. UN BUDO FONDAMENTAL

*« A ses origines, la recherche du laïdo s'orientait en priorité sur la façon de dégainer le Katana, soit plus rapidement, soit simultanément, soit après l'adversaire, mais toujours de façon à prendre l'avantage sur lui pour le tuer. Dans le contexte moderne, l'Art du Sabre est une forme de Zen dynamique, autrement dit le meilleur support pour l'étude de la concentration... »*

MAÎTRE HIROO MOCHIZUKI

S'il est un *Budo* qui ne laisse pas indifférent, c'est bien le *laïdo*. Avec le *Kyudo*, il est sans aucun doute celui qui appelle le plus de commentaires, le plus d'adjectifs apparemment contradictoires :

- Il s'agit d'un exercice individuel, surtout pas individualiste.
- L'étude de ses Kata semble calme et dénuée de violence, alors que la plus courte série met le pratiquant en nage, le forçant à puiser son énergie au plus profond de lui-même.
- C'est un travail très concret, vécu dans l'abstraction totale.
- Les gestes à accomplir doivent être précis et efficaces, contre des ennemis imaginaires.

Tout en étant un des arts martiaux parmi les moins connus, un des moins pratiqués, il est un des plus purs, des plus fondamentaux.

Les raisons à cela ?

Tout d'abord l'arme utilisée qui est un des immenses symboles de la civilisation japonaise, le *KATANA*. Il représente une certaine idée de la perfection technique et esthétique. Un aboutissement dans son genre. Pour l'étude, on utilise aussi sa réplique fidèle non affûtée, le *laïto*.

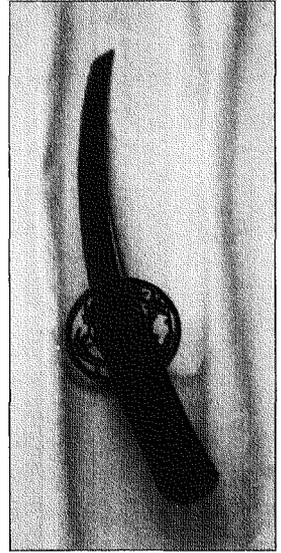
Est-ce le sabre qui a fait évoluer le geste ? Est-ce le geste qui a modifié le sabre ? Peu importe. Toujours est-il que la pureté de ses lignes, de ses matériaux, de ses ajustements, en font une arme vénérée par les plus grands connaisseurs et spontanément respectée par les profanes. La perfection demandée pour son maniement est à la hauteur des qualités de cette arme. Pour la pratique, c'est un Juge implacable. On la regarde, on l'écoute, on la sent : elle siffle ou reste muette, résiste ou se met à vivre, brille ou reste terne ; sans compter qu'étant donné la finesse du tranchant et de la pointe,

ses sanctions sont parfois douloureuses pour les mains. Un tel objet influence forcément le pratiquant. Qui a tenu en main un véritable et authentique *Katana*\* peut avoir une idée de l'état d'esprit dans lequel est plongé celui qui le manipule. On en étudie non seulement les techniques de maniement, mais également la nomenclature (les différents noms de ses attributs) et son histoire (forgerons célèbres, signatures, datation, etc.).

Une autre raison de la profondeur du *laïdo* est qu'il se pratique seul, ce qui exclut toutes les excuses d'usage généralement employées pour s'auto-pardoner, du genre mauvaise attaque, mauvais partenaire, etc. Cette discipline ne fait que vous renvoyer à vous-même, à vos carences, à vos faiblesses. Et cela est parfois très dur.

Pour le débutant ou l'expert, l'Étiquette est indissociable du *laïdo*, car elle est le vecteur indispensable de l'intériorisation, amenant à la « vision » du ou des adversaires, à la « mentalisation » des attaques, au vécu intense des scénarios des *Kata* (chaque *Kata* est en fait la réponse à une ou plusieurs attaques selon des scénarios précis).

En bref, l'Étiquette est le passage obligé pour atteindre la concentration indispensable. Les portions d'Étiquette qui suivent sont choisies dans l'école *Muso Shinden* qui cultive une extrême sobriété.



(\*Dès que vous le pourrez, approchez-vous d'un tel objet, faites-vous le décrire par un connaisseur, regardez-le de près, apprenez à le « lire ». Pourtant ATTENTION, évitez les quatre premières erreurs du profane :

- Dégainer la lame très vite, d'un coup sans douceur - vous allez la rayer.
- La brandir au milieu d'un groupe - c'est dangereux.
- La toucher à pleine main - l'acidité de la peau risque de la rouiller.
- « Tâter » le tranchant du pouce pour voir si « ça » coupe - vous risquez... de vous couper !

Enfin, méfiez-vous : tout ce qui est japonais, long et coupant ne mérite pas forcément le nom de *Katana*, encore moins si c'est du neuf !).

## 2. SALUT COLLECTIF, SALUT AU SABRE

Vous êtes muni de votre sabre - *Katana*, *Ken* plus récent ou *laïto* - et vous le portez à droite, pointe vers le sol et vers l'avant, tranchant vers l'arrière (*Migi Sagé Tō*).

Vos doigts tiennent le fourreau, la main couvrant la garde. Le cordon est replié en trois, maintenu ainsi sur son passant par les doigts de la main droite, dépassant un peu de la *Tsuba*.

Cette position est une attitude de déplacement et de salut debout, hors exercice.

Une fois votre place choisie, passez-le en un seul geste - les mains se superposant de part et d'autre - à gauche en *Tei Tō* : tranchant vers le haut, pointe vers l'arrière. En pratique, *Tei Tō* consiste à tenir l'arme à hauteur de la ceinture, à l'extérieur. *Tai Tō* est identique mais dans la ceinture pour l'exercice.

La main gauche tient le fourreau et le cordon, le pouce maintient la garde. Posez-vous ainsi en *Seiza*, le sabre stabilisé proche de l'horizontale. Il faut pour cela comme pour le fourreau dans la ceinture, un bon contrôle du corps et une déstructuration du haut du corps favorisant la descente de l'épaule droite uniquement. Cela évite les mouvements intempestifs, lorsqu'on chasse son *Hakama* : le sabre doit garder le même angle par rapport au sol jusqu'à ce que vous soyez en *Seiza*.

Installé dans cette position, refaites passer votre arme à droite, en la saisissant par en dessous, fourreau et cordon à la main, pouce sur la garde. Durant ce mouvement, le sabre dépasse très peu l'horizontale, il ne monte surtout pas. Il est comme « extrait » horizontalement de la main gauche. Celle-ci reste à la ceinture et ne bouge pas jusqu'à ce qu'elle tienne le bout du fourreau.

Ce glissement du fourreau fait que la main gauche parcourt l'arme sur toute sa longueur, une façon d'étudier ses dimensions. Le bout du fourreau s'arrête alors dans la main gauche qui le fait passer devant votre ventre. Cette proximité et ce mouvement de la main gauche et du ventre est constante dans les exercices de base, et représente généralement une difficulté pour les débutants : l'Étiquette contribue à les familiariser.

La main droite termine le mouvement en posant délicatement votre sabre au sol. Cette dépose donne encore une idée de l'équilibre de l'arme.

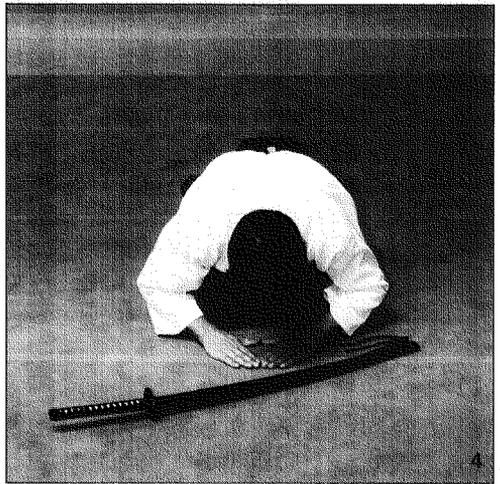
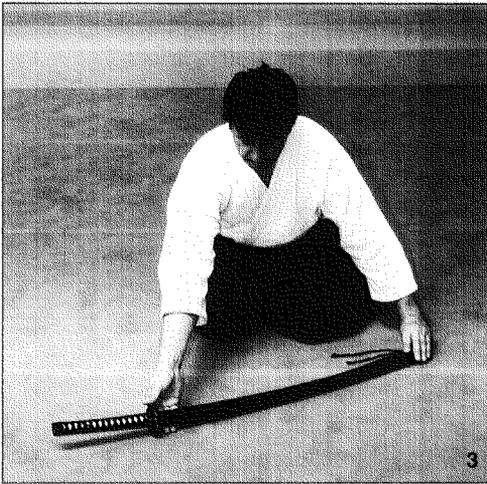
Le sabre est donc au sol à votre droite, tranchant opposé à vous, cordon à côté toujours plié. Normalement, ainsi déposé il ne dépasse pas du genou. Il doit être placé de manière à pouvoir être récupéré sans hésitation, en laissant simplement pendre votre bras sans efforts depuis votre épaule.

Le professeur commande alors les deux saluts :

- *Ô Shinzen Ni* - ou *Ô Shomen Ni...* - *Rei* !                      Saluez ! (le mur d'honneur).
- *Ô Tagai Ni ... Rei* !    Saluez ! (salut mutuel).

Ces deux saluts se font les mains ensemble vers le *Kamiza* et le professeur.

Vient alors le moment de saluer ce fameux partenaire qu'est votre sabre.



SALUT AU SABRE

Reprenez votre sabre de la main droite comme vous l'avez posé, en prenant d'abord le cordon, puis le fourreau, maintenant la garde avec le pouce. Posez-le exactement devant vous, vertical (1), parallèle à votre buste, appuyé sur le bout du fourreau, tranchant vers vous, passant du cordon (*Kurigata*) à droite.

La main gauche, restée jusqu'alors au repos, vient à la rescousse. Ses doigts caressent en descendant toute la longueur du fourreau (encore !) et du même geste, le pouce déploie le cordon jusqu'au sol (2) - à partir de son passant (*Kurigata*) - le maintenant tendu contre le fourreau. De cette position - main droite tenant haut du fourreau et garde ; la main gauche, cordon et bout du fourreau -, l'arme est couchée sur le sol, tranchant vers vous et poignée à droite (3). La garde est dans l'alignement de l'extérieur de votre cuisse droite.

Redressez-vous et retrouvez *Seiza*. On retrouve dans cette dépose du sabre - comme dans sa récupération d'ailleurs - les mêmes amplitudes de gestes qu'ont les mains exécutant les *Kata* de base. La main droite a des gestes amples vers l'avant, la main gauche des gestes plus courts vers la gauche. L'une n'empiétant jamais sur le territoire de l'autre.

Cette gestuelle, sans être forcément un éducatif créé ou conservé en tant que tel, représente toutefois un rappel constant et peut être souvent remarquée dans l'Étiquette des *Budo*.

Votre arme est alors couchée devant vous, le côté poignée légèrement plus éloigné (le geste de droite étant plus ample).

Si l'arme est posée trop près : vous n'aurez pas assez de place pour placer vos mains lors du salut. Trop éloignée, il vous faudra vous « mettre à plat ventre » pour la reprendre, et lever les fesses.

Cherchez les distances en adéquation avec vos membres supérieurs, faites-les travailler dans leurs amplitudes maximales. (Mais pas plus).

Saluez l'arme, mains dissociées, comme un partenaire (4). Les deux mains plient ensuite en trois le cordon (5). Ainsi rangé, la main droite s'en saisit avec le fourreau, retenant la garde avec le pouce. La main gauche amène le bout du fourreau à la ceinture, y faisant discrètement un passage avec le pouce (6). Le sabre est alors passé en un seul geste dans le *Obi*, sans « bidouiller » ni tourner pour écarter les tissus. Soyez sobre.

Il ne reste plus qu'à attacher le cordon aux lanières de votre *Hakama*, un peu à droite de votre centre. Le nœud à faire est simple, mais doit être exécuté sans aucun regard. Le cordon ainsi noué doit être assez long pour pouvoir se servir du sabre au fourreau comme d'une matraque devant soi, par exemple, tout en étant suffisamment court pour empêcher le fourreau de sortir de la ceinture.

Vous êtes alors prêt à pratiquer, dans une position de *Seiza* qui n'est en rien modifiée par la présence de votre sabre. Votre garde est en face de votre centre, à une distance d'environ un poing. Il est utile de constater que dans cette position, le sabre est tenu dans le *Obi* exactement par sa zone centrale. Ainsi il n'aura pas tendance soit à tomber devant, s'il est trop avancé, soit à se mettre vertical en glissant vers l'arrière. En pratique, vous n'aurez à le retenir

ni dans un sens ni dans l'autre, à quelque moment de l'exercice. En effet, lorsque le sabre est dans son fourreau, l'ensemble est en parfait équilibre dans le *Obi*.

Votre main gauche range le cordon contre le pli de votre aine gauche. Notez que ce geste-là est aussi très proche du geste où le fourreau est tiré vers l'arrière au moment de dégainer ou rengainer. Les deux mains prennent alors leur poste de veille, sur les cuisses, à plat ou doigts repliés. C'est à la fois leur position de repos et d'alerte. Hormis la multiplicité de gestes et la complication apportée par la présence du sabre, la difficulté de cette Étiquette réside surtout dans les points suivants :

- La rectitude du buste - tête alignée - doit être respectée tout le temps.
- Le sabre ne doit pas « se balader » . Sa manipulation doit être précise, sans hésitation ni tâtonnement.

- Le regard doit impérativement, sinon rester fixé sur « la ligne bleue des Vosges », du moins porter droit devant soi, ce qui est loin d'être évident, tant pour manipuler le sabre sans laisser échapper un bout du cordon, que pour attacher ce dernier au *Hakama*.

Pour conclure, et rester dans des apparences de contradiction propres au *iaïdo*, ce cérémonial doit être exécuté rapidement avec des gestes lents. Il représente parfois le seul instant, disons le moment privilégié, eu égard à l'individualité que peut provoquer le travail de *Kata*, où tous les pratiquants agissent ensemble, avec le même rythme, et si possible la même énergie. C'est le moment de chercher *Ki Musubi*, ce lien ténu qui finit par unir les pratiquants du Dojo à chaque début et fin de leçon.

Quelques précautions de débutant :

- Ne serrez pas trop votre *Obi* : le fourreau n'y circulera que mieux, ce qui favorisera à la fois l'application de votre Étiquette et votre pratique à venir, en même temps que votre oxygénation !

- En attendant de savoir bien mettre et serrer *Obi* et *Hakama*, créez le passage de votre fourreau dans votre ceinture avant le cours, au vestiaire par exemple, à l'aide d'un *Bokken*.

- Veillez à ce que les deux brins de votre cordon soient de même longueur et parfaitement séparés avant de vous lancer dans un salut.

Toutes ces manipulations, palpations, déploiements et replis de cordon, retournements de fourreau, etc. fournissent à force de répétitions une bonne connaissance tactile de l'objet (pensez au clavier du pianiste...).

À la longue, son poids, son orientation, son équilibre n'auront plus de secret pour vos mains. Si vous changez de sabre, deux ou trois saluts vous en fourniront les premiers repères.

La position du sabre étant latéralisée (le sabre est toujours à gauche), le côté droit du haut du corps travaille en extension et fait d'amples mouvements, par exemple pour le dégainage en coupant (*Nuki Tsuké*). Pour ce même mouvement, le gauche agit en gestes restreints, et principalement sur le fourreau.

L'Étiquette fonctionne encore et toujours dans le sens de la discipline. Les mouvements ayant la plus grande amplitude sont réservés à la main droite : sortie du sabre de la position *Tei Tô* (Niveau ceinture) ou *Tai Tô* (Dans

la ceinture), alors que la main gauche tenant le bout du fourreau ne s'éloigne pas de la ceinture. Pour le salut, la main gauche dépose le fourreau tout près du genou au sol, lorsque le côté droit est beaucoup plus éloigné, demandant un geste plus grand, etc.

Pour tout ce qui est développé par la suite, il en est de même : quelle que soit l'activité du côté droit, le gauche bien que toujours actif est plus discret. Une image est employée pour les caractériser : la main droite est l'actrice sur scène, face au public, alors que la gauche est dans les coulisses. Chacune est essentielle à l'autre sans adopter le même rôle.

À ce sujet, la latéralisation importante de cet art est son seul défaut, et c'est pour cela qu'il est pratiqué en majorité en complément d'un autre *Budo*. Il existe toutefois des exercices de compensation afin de pallier à tout risque de déséquilibre musculaire pour ceux qui ne pratiqueraient que le *laïdo*.

Les éducatifs de *Kime*, qui sont ces brefs, mais très nets arrêts marqués à certains instants - fin de coupe, prise de garde, etc. - s'étudient aussi comme en toute discipline martiale. Dans le travail de l'Étiquette, au moment des saluts par exemple ou à certains instants importants comme les déposes du sabre au sol (devant soi ou à côté). À ces instants, l'ensemble du corps gagne une immobilité absolument totale, et clarifie de manière étonnante les successions de gestes, *Kata* ou autres. Sans eux, ces exercices donnent une sensation de brouillon, même s'ils respectent les mouvements et leur ordre. Sans *Kime*, le travail de la puissance, de l'énergie (*Ki*) est impossible. On peut là aussi parler de *Ki-ken-tai*, travail d'ensemble de l'énergie, du sabre (ou de la technique) et du corps.

Au fond, il n'existe pas une Étiquette de *laïdo*, d'*Aikido*, de *Jodo*, etc.

L'Étiquette s'assimile à part entière au *laïdo*, à l'*Aikido* ou au *Jodo*.

Il est donc utile, lorsqu'on débute, de prendre conscience que bon nombre d'indications et de principes contenant les bases techniques de la discipline sont omniprésents et sont étudiés en permanence, et dès le début, grâce à l'Étiquette.

### 3. CONFIER SON SABRE

Comme cela a été dit précédemment, un *Katana* - un authentique sabre japonais - est un objet précieux, dont on étudie les subtilités en *laïdo*. Digne d'observation, voire de contemplation, c'est un objet qui se montre, qui se décrit, et qui doit être apprécié dans ses moindres détails : l'harmonie de la ligne de trempe, le grain de l'acier, ses défauts, ses cicatrices, la laque de son fourreau, le poli de son *Shinogi* (face latérale de la lame), les ornements de sa garde, etc.

Outre cette partie technico-artistique, le sabre japonais est porteur d'une symbolique sociale, ésotérique, mystique et religieuse très importante, imposant des normes de respect rarement atteintes par une arme. De tout temps, sa présentation a fait l'objet de codes précis et de rituels, que ce soit pour l'offrir, l'examiner ou le montrer.

L'exemple d'Étiquette classique de « confier son sabre » est aujourd'hui visible lors d'examens durant lesquels, pour être questionné à propos de sa nomenclature, vous devez présenter et confier votre arme. Le Jury est en *Seiza*, généralement près du *Kamiza* et vous lui faites face à quelques pas, votre arme au sol à votre droite.

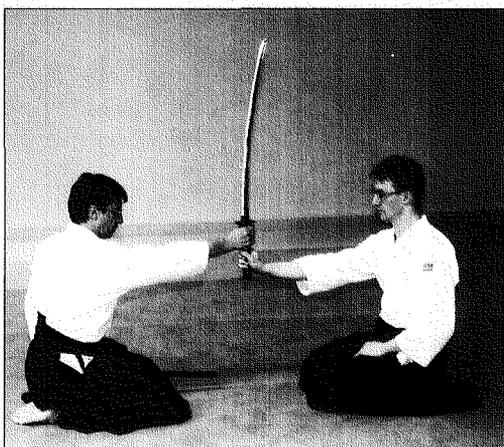
#### A - DONNER SON SABRE, LAME AU FOURREAU

En tournant vos épaules sur la droite, votre main gauche saisit fourreau et cordon, sans tenir la garde, pendant que la droite prend le fourreau près de son extrémité.

Amenez l'ensemble devant vous, bras horizontaux. Le tranchant est de votre côté. Exécutez ce mouvement lentement, car vous risquez par trop d'empressement de faire sortir la lame. Avancez à genoux jusqu'au Jury en gardant les jambes serrées, comme lors du cérémonial de remise de diplômes. Selon ce qui vous est demandé, posez le sabre au sol ou remettez-le délicatement dans les mains du membre du Jury qui vous l'a demandé, en le tenant uniquement par le fourreau, la poignée du côté gauche.



Cette manière de donner son arme est signe d'une grande marque de confiance, car vous vous trouvez dans la quasi impossibilité de réagir en cas d'agression. En effet, vous ne pouvez bloquer un éventuel dégainage, car la garde est libre, et le tranchant étant dans votre direction, vous êtes totalement exposé, situation très rare, même dans l'Étiquette.



#### B - DONNER SON SABRE, LAME « AU CLAIR »

A partir de la même situation de *Seiza*, passez votre arme en *Tei Tô* (au niveau de la ceinture, à gauche) si vous devez changer de place. Pour cela, en restant à genoux, soit en pivotant, soit en reculant - agissez surtout clairement et sans hésitation - faites face à une direction dans laquelle vous pourrez sortir votre lame sans qu'elle soit dirigée ni vers une personne - jury, élèves ou spectateurs - ni vers le *Kamiza*.

Là encore, il est impératif de prendre le temps et la place nécessaire, même si cela vous semble compliqué (pensez à l'exemple du fusil chargé !).

En tenant fourreau et cordon dans la main gauche, dégagez précautionneusement votre lame de son étui à l'aide de la main droite, tranchant vers le haut. Vous devez tenir la poignée près de la garde.

La meilleure courtoisie exige un petit temps d'arrêt (une fraction de seconde) avant la fin du mouvement, accompagné d'une vérification du regard. A l'origine, il s'agissait d'attendre si quelqu'un s'opposait au dégainage complet. Aujourd'hui, assurez-vous encore que vous ne visez personne.

Dès que la lame est sortie, tenez le sabre verticalement, tranchant vers vous, poignée tenue près de la garde. Approchez-vous du Jury en gardant le fourreau proche de vous, dans la main gauche. Alors, soit un des membres tend la main pour s'en saisir, confiez-le lui : il le saisira par l'extrémité de la poignée et vous le rendra de même, soit l'ensemble du Jury décide plus simplement d'observer votre arme et - à coup sûr ! - de tester vos connaissances : posez-la au sol, tranchant vers vous, poignée à droite.

Il est possible de préserver votre lame en lui évitant un contact direct avec le sol. Pour cela, il suffit de poser le fourreau de façon à accueillir l'extrémité de celle-ci entre l'entrée du fourreau et le passant du cordon. Le fourreau que vous conservez à portée de main peut représenter un éventuel outil de protection.

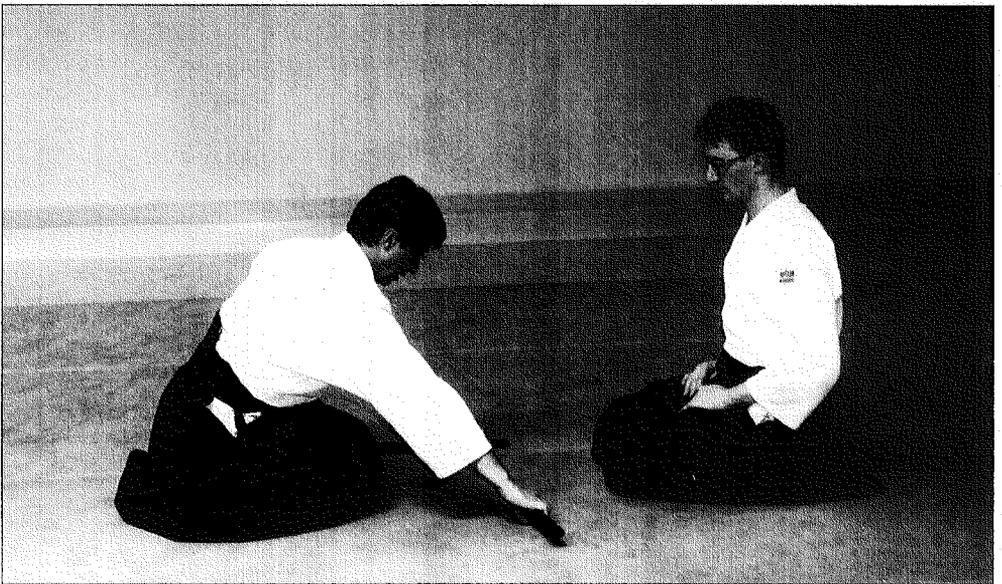
A ce sujet, on s'aperçoit que l'Étiquette, dans ses marques de déférence ou de respect, lorsqu'elle conserve l'idée de martialité, veille généralement à ne pas tout donner. On quitte ses *Zori*, mais on les range dans le sens du départ. On s'incline pour saluer, mais la position permet de surveiller ce qui se passe. Le sabre est confié, mais le fourreau est à portée de main. C'est garder une « poire pour la soif ». Dans les *Budo* ce principe peut être rapproché de *Ko Bo Ichi* (*Ko* : notion d'attaque, *Bo* : notion de défense, *Ichi* : chiffre UN). Le geste d'attaque et de défense en un seul temps, en un seul mouvement. Lancer une attaque assez forte pour être efficace, sans toutefois se découvrir complètement. Saluer respectueusement sans fermer les yeux pour autant, ni offrir sa nuque. Saluer un adversaire, mais le faire dans le même temps que lui, une main, puis l'autre en parfaite synchronisation.

Ce principe s'applique également dans le fondamental de la pratique ou dans la vie quotidienne. Il faut s'exercer suffisamment fort pour progresser, mais en protégeant son corps pour pratiquer longtemps. Appliquer une technique avec fermeté et contrôle dans de justes limites, d'un côté de l'efficacité, de l'autre du respect de l'intégrité du partenaire.

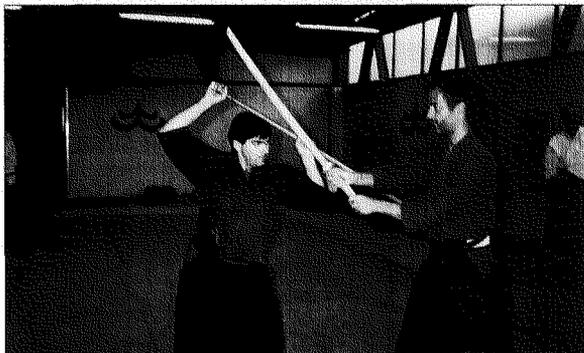
Très difficile à respecter, ce principe s'oppose à celui du geste sans retour, le sacrifice (*sutemi*). Ce dernier est aussi très présent dans tous les actes d'Étiquette, dès l'instant où ils servent à exprimer le plus grand respect et la confiance s'y rapportant. On peut citer certains saluts debout lorsque le buste s'incline jusqu'à l'horizontale, ou confier son sabre lame au fourreau du paragraphe précédent. L'extrême abouti bien sûr à *Sepukku*.

On peut dire que le principe de *Ko Bo Ichi* imprègne presque toute l'Étiquette. Il constitue un bon éducatif qui, à la longue, donne une forme d'équilibre, de bonne mesure dans les gestes, les attitudes et les déplacements. Lorsqu'il devient naturel, on peut dire qu'une bonne partie du travail pour acquérir un bon *Shiseï* est accompli.

Pour reprendre son arme, il suffit d'accomplir les gestes inverses de ceux avec lesquels vous l'avez confiée, en portant autant d'attention à l'orientation du tranchant et de la pointe de la lame, que de précautions pour la rengainer.



PRÉSENTER SON SABRE LAME AU CLAIR ET LE POSER



## C. CHOISIES EN JODO

(*Jo* : mesure japonaise correspondant à la longueur de ce bâton : 1,28 m, devenue l'appellation de l'objet, *Do* : la voie)

### 1. UNE DISCIPLINE REMARQUABLEMENT CODIFIÉE

L'étude du *Jodo* - ou voie du bâton - est difficile et complexe.

En premier lieu, il faut souligner la grande précision technique demandée pour aboutir à l'efficacité majeure, c'est à dire maîtriser et vaincre un *Katana*, à l'aide d'un objet aussi sobre et apparemment fragile qu'un bâton tel que le *Jo*.

De plus cette discipline a cela de particulier qu'elle demande, au fur et à mesure de la progression, d'apprendre le maniement de plusieurs armes, d'où une Étiquette importante sinon complexe dans ses formes. Pourtant, à l'étude, chacun découvre qu'un fil conducteur existe. Avec le temps l'élève s'aperçoit que l'Étiquette est au fond toujours la même, quoique adaptée à chaque arme.

En premier lieu, bien sûr, il y a le *Jo* dont l'enseignement de base est fourni par les *Kihon*. Ceux-ci sont des fragments de *Kata* que l'on exécute d'abord seul (*Kihon Tandoku*), ce qui permet une étude précise des gestes sans les effets perturbants d'une attaque. Ensuite on s'exécute face à un partenaire équipé d'un ou deux *Bokken* (*Kihon Sotai*), ce qui donne plus de réalisme à l'étude des *Kihon* précédents. Pour ces attaques, on étudie donc le maniement des *Bokken*, ou *Bokuto* ; l'un de longueur normale - environ 1 mètre, réplique du *Katana* - est appelé *Odachi*, l'autre, plus court - environ 55 cm, représentant le *Wakizashi* - nommé *Kodachi*. Ces derniers servent lors de l'exécution des *Kata*.

Au bout de quelques années, lorsque la connaissance des bases devient solide, le pratiquant peut être amené à étudier des outils plus « marginaux », moins célèbres, tels que le *Tanjo*, ou bâton court, le *Jutte*, qui est une matraque métallique munie d'un ergot, et le *Kusarigama*, une faucille liée à



une balle de plomb par une chaîne. Le maniement de ces outils est toujours étudié en réplique aux attaques du sabre.

L'art du ligotage (la ligature) *Hojo-jutsu* est parfois aussi étudié.

Ces disciplines ont été développées pour les mêmes raisons que le *Jodo*.

En effet, l'interdiction de porter une arme quand on n'était pas militaire, Samouraï, noble ou aristocrate a poussé notamment les paysans à inventer des techniques de défense utilisant des outils et objets quotidiens, objets dont la police ne pouvait ni soupçonner l'usage ni en interdire le port. On peut noter que d'autres arts martiaux, tel que le *Karaté-Do*, ont la même origine. L'insécurité notoire des campagnes d'alors a fait le reste, éliminant très vite - au propre comme au figuré - les techniques et les techniciens inefficaces.

D'après la légende, le *Jo*, manié par son créateur, a infligé une retentissante défaite - et la seule semble-t-il de sa sanglante carrière - au célèbre Samouraï *Miyamoto Musashi*, armé pour sa part de deux sabres dont il était pourtant un expert de légende.

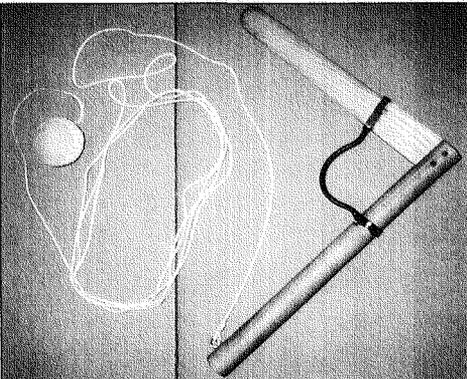
Le *Jodo* est une discipline qui a été longtemps enseignée à la police et aux armées japonaises. Dans ces cadres, les besoins pédagogiques en vue de l'enseignement aux populations importantes et hétérogènes des casernes ont abouti à une remarquable et minutieuse codification. Outre une extrême précision et la rigueur propre à l'uniforme, l'Étiquette a dû aussi prendre en charge les impératifs d'ordre et de sécurité pour ces entraînements de masse. On remarque aujourd'hui que certains de ces aspects militaires ont laissé une forte empreinte, par exemple, lorsque l'étude des *Kihon* en groupe est « dirigée » par de véritables ordres :

- |                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| - <i>Honté (Gyakuté) ni kamae !</i> | Posture de base !                         |
| - <i>Yoi !</i>                      | Prêt !                                    |
| - <i>Hadjimé !</i>                  | Commencez !                               |
| - <i>Yamé !</i>                     | Halte !                                   |
| - <i>Motoé !</i>                    | En position (De début de <i>Kihon</i> ) ! |

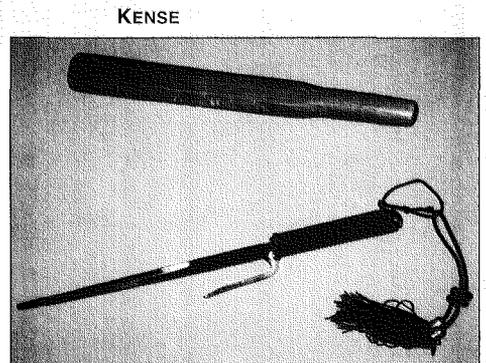
Enfin, le plus militaire :

- |                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| - <i>Mawaré Migi !</i> | Demi-tour Droite ! |
|------------------------|--------------------|

Cette formulation surprend au premier contact, peut même sembler lourde et contraignante au débutant. Très vite il oubliera cet étonnement en se retrou-



KUSARIGANA



KENSE

JUTTE

vant au milieu d'un groupe composé de plusieurs rangs, sur plusieurs colonnes, à brandir et frapper l'air avec des *Jo*, parfois très près de ses oreilles, puis faire demi-tour, encore et encore. L'aspect de sécurité lui sera tout de suite évident ! Ensuite, sur le plan éducatif, elle lui est indispensable dans son travail des *Kihon*, développant chez lui la notion d'action en harmonie (*Awase*) qu'il doit acquérir au plus vite pour pouvoir évoluer.

Par la suite, ces ordres prenant le pas sur son initiative - de faire demi-tour par exemple - lui permettent de consacrer tout son mental à la concentration, toute son énergie à son application dans le geste. Il repoussera alors les limites de sa fatigue, ou plutôt augmentera l'emprise de son esprit sur son corps, l'empêchant de céder là où il aurait abandonné en travaillant seul.

## 2. SHIDACHI, UCHIDACHI

L'étude des *Kihon Sotai*, comme celle des *Kata* se fait la plupart du temps à deux. Celui qui est armé du ou des *Bokken* tient le rôle de l'attaquant, appelé *Uchidachi*. Il est toujours le virtuel perdant. Ce rôle est par essence attribué au professeur ou à sa représentation en terme d'Étiquette : un assistant ou un élève ancien. L'ensemble de sa tâche n'a pour seul but que de « faire étudier » le *Kata* à *Shidachi*. Il est très difficile d'attaquer ainsi et de ne pas céder à la facilité de donner immédiatement les solutions.

L'élève porteur du *Jo* est le « défendant » virtuellement toujours vainqueur. Il étudie le *Kata*, cherche, observe. Bien entendu, les pratiquants avancés adoptent alternativement les deux positions pour pouvoir aussi étudier.

Ce rôle de professeur est très délicat car il est le garant de la qualité de l'attaque, tant sur le plan technique de sa justesse (puissance, distance, précision), que dans son contrôle. En se mettant au niveau de son partenaire, *Uchidachi* veille à ce *Shidachi* s'aperçoive de lui-même de ses fautes, qu'il les corrige et progresse de manière autodidacte. C'est donc une place rarement confiée à un débutant.

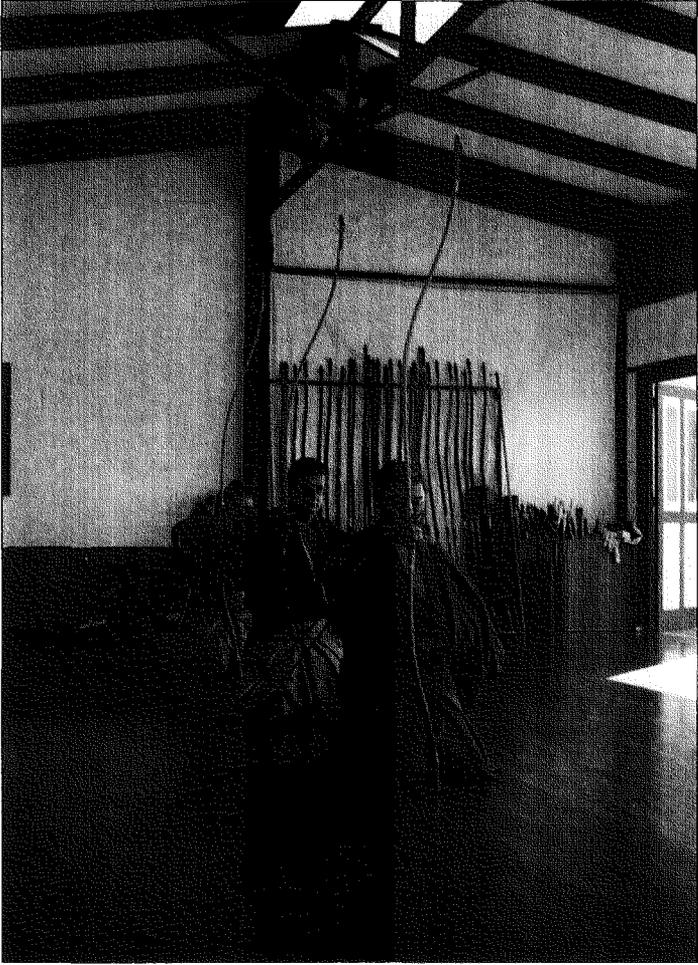
Ces deux rôles sont directement liés à l'Étiquette. Chacun a sa place, ou plutôt sa zone à rejoindre sur la surface de pratique. Celle-ci est partagée en deux moitiés, dont la frontière est parallèle au Mur d'honneur.

*Uchidachi* est toujours placé côté *Kamiza*, comme le professeur. *Shidachi* se place alors nécessairement du côté du *Shimoza*, comme élève, avec toute la mesure requise par l'Étiquette dans les déplacements, d'autant qu'ils ne sont pas toujours collectifs, et qu'à côté, l'exercice se poursuit.

De temps à autre au cours de la leçon, des changements de rôle s'opèrent, donc changements d'arme, et par conséquent, des changements de côté.

Cette alternance a lieu soit en changeant de place et en allant chercher sa propre arme à sa place, et en posant la précédente. Cet acte s'appelle *Ichi Kotaï*. Soit en échangeant les armes avant de changer de position. Échange qu'on nomme *Shi Uchi Kotaï*.

Ces déplacements demandent une application particulière, extrêmement rigoureuse, surtout quand ils sont exécutés au sein d'un groupe en cours d'exercice. Il faut noter que *Ichi Kotaï* est le plus fréquemment réalisé, chacun préférant généralement s'exercer avec ses propres armes (on s'attache !).



### 3. CHANGER DE RÔLE, EN ÉCHANGEANT LES ARMES - SHI UCHI KOTAÏ

Cette méthode est utilisée durant les démonstrations ou les examens pour gagner du temps, en évitant les déplacements pour aller chercher ses armes respectives.

On peut, sans la détailler, tenter d'en extraire quelques points remarquables.

Premièrement, même si cet acte ne se déroule pas en situation combative, il n'autorise aucun relâchement de la vigilance. Deuxièmement, comme dans les *Kata*, une harmonie totale doit être trouvée puis respectée, tant pour la simultanéité des gestes et des déplacements, que pour le calme des officiants. Enfin, il existe deux moments forts, la passation des armes, et le déplacement à accomplir en se tournant le dos.

Au-delà de ces points particuliers, *Shi Uchi Kotaï* durant toute son exécution doit être empreint de ce que l'on pourrait qualifier de méfiance mesurée. Méfiance d'abord, car l'échange *Jo/Bokken* se fait à des distances courtes, inhabituelles quand on a en main un *Jo* ou un *Bokken*. Avec mesure pourtant, car trop de méfiance serait ridicule, voire outrageante, surtout lors du déplacement quand les deux protagonistes doivent se tourner le dos un instant et se perdre du regard. Toutefois, bien qu'il soit déplacé de se dévisser le cou pour continuer à surveiller son partenaire, il est indispensable de conserver sa vigilance. En d'autres termes, il ne faut pas « casser le lien » avec le partenaire, comme si le *Kata* continuait.

En pratique, *Uchidachi* et *Shidachi* sont à 3 ou 4 mètres. Ils se tendent mutuellement leur arme, sans se déplacer et dans le même temps, en les présentant verticales, coudes au corps, avant-bras horizontaux.

L'un tient son *Bokken* en main droite avec le côté dit tranchant orienté vers lui, saisi par ce qui représente dans l'instant le fourreau, un peu sous la garde, ce qui est en fait approximativement le milieu de l'arme. L'autre, *Shidachi* puisqu'il présente son *Jo*, procède de la même manière, bâton tenu en son milieu, à la verticale en main droite.

L'échange peut avoir lieu, car les armes sont offertes en direction de la main vide de chacun.

Les deux protagonistes avancent alors l'un vers l'autre jusqu'à ce que les armes soient exactement au même niveau, ni plus, ni moins. Ainsi la saisie pourra s'exécuter avec les mêmes gestes que la présentation.

Les deux partenaires prennent l'arme qui leur est tendue juste au-dessus de la main qui la tient. L'échange proprement dit a lieu lorsque chacun en même temps, lâche celle qu'il présentait. Toute cette manoeuvre s'est déroulée avec les visages à environ quarante centimètres (un avant-bras) ! Un bel exercice de concentration au cours duquel il faut rester impassible.

L'échange des armes se déroule avec des gestes mesurés et calmes.

Enfin, toujours simultanément, *Shidachi* tourne le tranchant du *Bokken* qu'il vient de prendre de son côté, fait passer l'objet à sa gauche, en bonne place (*Tei To*).

Le nouveau *Uchidachi* exécute alors un pas latéral sur sa gauche, en descendant l'extrémité de son Jo devant lui, l'amenant le long de son corps (à droite). Ce pas latéral a laissé le passage pour *Shidachi* qui avance jusqu'à reprendre la place quittée par l'autre qui lui appartient désormais. Les distances sont retrouvées et tous deux se retournent simultanément du côté où ils tiennent leur arme. On peut dire que c'est à ce moment-là que *Uchidachi* devient *Shidachi* et inversement.

Bien sûr cet exercice ne relève pas spécifiquement d'un entraînement physique, chaque geste doit être mesuré, précis, calme et en harmonie avec ceux du partenaire. En revanche, il contient des instants très instructifs qui permettent d'exercer la vision (metsuké).

Comme dans toute exécution de l'Étiquette le regard doit être dirigé loin devant. Il est possible d'avoir l'impression d'être parvenu à la fameuse « vision globale », longuement développée dans les manuels. On peut aussi avoir l'illusion de maîtriser à la perfection « le regard qui traverse », lorsqu'on est à 6 ou 8 mètres de son partenaire. On est chaque fois surpris lorsqu'on étudie *Shi Uchi Kotaï* par les difficultés qu'on ressent à se concentrer, du mal qu'on a à empêcher nos yeux de regarder, de fixer notre partenaire quand il est à moins d'un mètre, puis d'éviter de le suivre des yeux lorsqu'il se déplace si près.

L'instant durant lequel *Uchidachi* et *Shidachi* se perdent de vue et doivent se retourner ensemble est tout aussi intéressant, car il demande d'être à l'écoute de nos sensations, en quelque sorte d'avoir des yeux derrière la tête.

On retrouve par exemple de telles situations en *Aïkido*, lorsqu'après une chute un pratiquant se relève, forcé de quitter un instant des yeux son partenaire ou encore, lorsqu'en *Jodori Uke* doit rendre l'arme qu'il vient de prendre à *Aïte*. Les gestes sont différents, l'état d'esprit doit être le même. Combien d'examens ont été partiellement échoués par la désinvolture avec laquelle certains tournent le dos en plein exercice à leur partenaire ?

Ces courts exemples choisis dans l'Étiquette du *Jodo - Shindo Muso Ryu* - montrent qu'on peut y puiser des sensations normalement très longues à acquérir à travers la seule et unique pratique technique. C'est un peu une préparation de l'avenir.

## D - CHOISIES EN KYUDO

### 1. L'ARC, L'AUTRE SYMBOLE DU BUSHIDO

Comme pour le *Katana* au Moyen-Âge, porter un Arc n'était pas accordé à tous. Long de 2,20 m, dont la forme et l'usage sont curieusement asymétriques (la poignée et le milieu du « cintre » est à environ 1/3 du bas), cet arc est, avec le sabre, au cœur de la tradition japonaise. Comme lui, sa fabrication fait l'objet de soins et de techniques affinées au cours des siècles. Certains vont même jusqu'à parler d'alchimie, car pour l'arc comme le sabre, le maître artisan s'entoure d'une profusion de pratiques religieuses et ésotériques, ainsi que d'une Étiquette très particulière.

L'autre caractéristique de cet objet est que, bien qu'asymétrique dans ses formes et sa saisie, il est savamment équilibré, car il est conçu de manière à conserver une parfaite stabilité malgré une tenue très décontractée. Succinctement, il est deux fois plus lourd dans sa partie basse.

Faits de merisier, de mûrier, de cerisier, cerclés de bambou ou de rotin, encollés, certains atteignent des tensions considérables, de 12 ou 15 kg, jusqu'à 40 kg. Il est apporté tout autant d'attention aux flèches. Choies dans des bambous de trois ans, très droites, elles doivent être d'une part assorties entre elles et en harmonie avec « leur » arc. Leur poids et leur rigidité sont choies en fonction de sa puissance, sans oublier que ce dernier peut être fabriqué spécifiquement pour un individu. Les projectiles sont tirés suivant une Étiquette précise. La première flèche, une grande, de plus d'un mètre est reconnaissable à son empennage blanc. Elle est envoyée lors de tirs de cérémonie pour éloigner les forces et génies maléfiques. Les suivantes sont tirées deux par deux, dans un ordre encore précis et leurs empennages sont collés inversés pour qu'elles tournent en sens contraires. D'autres sont sonores, émettant une sorte de chant en vol, très proche des sonorités des incantations *Shinto*.

### 2. LE KYUDO, UN BUDO ARIDE

Comme le *Iaïdo*, le *Kyudo* rime apparemment avec des contradictions qui rendent son approche difficile :

- on tire sur de petites cibles, mais on se moque - a priori - de la notion de précision.

- on ne « vise » pas, du moins avec le regard comme avec un fusil, pourtant le corps entier est placé, architecturé et orienté dans sa globalité en direction de la cible pour l'atteindre.

- certains arcs vont jusqu'à des tensions de 35 à 40 kg, et l'on doit parvenir à bander sans force musculaire.

- le tir est un acte solitaire, concentré, médité, alors qu'il est généralement exécuté avec une très forte notion de groupe et souvent en situation de démonstration en public.

Et cette liste est non exhaustive.

En fait, si ces contradictions existent bel et bien, il semble que l'Étiquette les enveloppe de telle manière que l'ensemble finisse par représenter une substance des plus cohérentes, dont le tireur se sert, avec des freins et des obstacles qu'il doit franchir, mais qu'il utilise pour progresser.

### 3. ESPRIT DE REÏ SHIKI IDENTIQUE

Dans les Budo cités précédemment il est relativement aisé de distinguer certaines phases d'Étiquette, des actions techniques pures : par exemple, un salut avant l'assaut et l'assaut lui-même, en Kenjutsu ou en *Aikido*, ou encore le salut du sabre et le Kata en *Iaido*. Là, même le plus profane des spectateurs saura facilement apprécier le moment-Étiquette, et le moment-« exercice ».

Il en est tout autrement pour le *Kyudo*.

En dehors du tir proprement dit, qui ne représente qu'un instant très court, tout le reste semble Étiquette. On dirait que le cérémonial reprend le dessus sur l'idée d'exercice avant que la flèche ne parvienne à sa destination. Avec le temps, le pratiquant parvient à ce que l'Étiquette ou du moins l'état de concentration élevé qu'elle lui permet d'atteindre, ne le quitte plus durant toute la cérémonie des tirs. Les instants de tir ne sont vécus - en tant que tels - que par le spectateur. A haut niveau, le tireur s'aperçoit simplement que sa flèche est partie...

Difficile donc de dissocier Étiquette et technique, bien que les deux existent sur le papier. et sont essentielles pour que le tir se déroule bien et que la flèche arrive à son but.

Globalement, et en dehors des notions classiques de comportement dans un *Dojo* - abordées dans le paragraphe suivant -, l'Étiquette devrait pourvoir servir au pratiquant de *Kyudo* à deux niveaux :

D'abord individuellement, elle lui permet de connaître sa place d'attente ou de tir, puis de passer en revue et de parfaitement positionner une à une les différentes parties de son corps. En fait, s'il ne vise pas en fermant un œil comme on le fait en tir à l'arc occidental, c'est son corps tout entier qu'il tente de placer pour atteindre la cible. Alors, si tout est bien, pas besoin de regarder. La flèche ira à son destin (c'est comme pour le *Satori*, certains seulement l'atteignent...).

Ensuite, et c'est le plus important, collectivement, l'Étiquette organise le groupe, distribue les places selon les anciennetés, favorisant implicitement un jeu pédagogique. Par exemple, les anciens sont devant et tirent en premier, comme pour être vus par les suivants de moins en moins anciens qui enregistrent les gestes, le rythme et le signal de tir.

En fait, l'Étiquette appliquée par un groupe entraîne, porte chaque tireur à agir à un moment qu'il n'a pas choisi, à focaliser ses sens sur un acte totalement individuel, mais imposé par ce groupe. C'est pratiquement l'essence même des règles de la société humaine.

C'est cette dualité homme/groupe très orientale que soutient l'Étiquette avec tout ce que cela implique pour l'élève en étude. D'un côté un enrichissement : on puise dans le groupe des moyens, un rythme, une respiration; on parvient à dénicher des ressources que souvent on ne soupçonne pas. D'un autre côté - si j'ose dire : en échange de quoi - le collectif le responsabilise quant aux conséquences, tantôt d'une éventuelle défaillance, tantôt d'un tir réussi.

Dans ce schéma, même pour les plus anciens, les plus endurcis ou les plus aguerris, il ne peut exister de tir facile. Chacun demande à son esprit un contrôle sévère : oublier de s'écouter (ego, orgueil, désir d'être le meilleur ou petit bobo) au profit du groupe, tout en maîtrisant parfaitement son énergie, dont les autres tireurs vont profiter.

Pour résumer et conclure avec le cérémonial - s'il peut être ainsi nommé - du *Kyudo*, il représente en quelque sorte une synthèse moderne et très philosophique du *Rei Shiki*, qui a évacué toute notion martiale combative directe (même si celle-ci existe bel et bien et reste à l'origine de nombreux gestes). Envoyer une flèche dans une cible avec un arc doit sans doute pouvoir être réalisé avec un échauffement et entraînement gymnique appropriés. Pourtant, parvenir à le faire quel que soit le degré d'évolution ou d'ancienneté du pratiquant, quels que soient son état de fatigue, le résultat du tir précédent, ou encore le stress de la journée écoulée compliqué par le regard du public, demande une énorme concentration et une certaine forme d'oubli de soi - très *Zen* - apporté par un *Rei Shiki* approprié et consciencieux.

#### 4. UNE ÉTIQUETTE ADAPTÉE AU DOJO DE KYUDO

Dans un *Dojo* de tir à l'arc, l'Étiquette est prépondérante et il est dit que le débutant, s'il ne peut se servir immédiatement d'un arc, peut commencer à apprendre à se concentrer, à être vigilant dès le premier jour, et à mettre ses désirs dans sa poche - comme celui de se saisir d'un arc tout de suite par exemple - à travers son initiation au *Rei Shiki*.

Dans l'esprit, un *Dojo* est un *Dojo* et nombre de détails sont communs aux autres *Budo*. Les soucis essentiels du *Rei Shiki* propre au *Kyudo* semblent être, d'une part le respect de la concentration des tireurs, notamment par le silence, le calme, et d'autre part la sécurité face au danger bien réel des flèches tirées.

On peut enfin noter le caractère éducatif de cette Étiquette, qui place souvent les plus nouveaux en position d'observer au mieux les anciens (mettant du même coup ces derniers devant leur responsabilité au sein du *Dojo* !). Comme dans les autres pratiques, on doit saluer le *Kaminada* (*Kamiza* nommé ainsi en *Kyudo*) en entrant, et se déchausser à l'entrée comme en montant sur

un tatami, avoir des vêtements propres et adaptés, un comportement correct. Avec le début des leçons viennent les saluts collectifs et la disposition est telle que ce sont les plus anciens qui sont les plus proches du mur d'honneur. Ils peuvent ainsi être observés par les nouveaux. Il est bien sûr indispensable d'arriver à l'heure, d'autant plus qu'en *Kyudo*, il faut préparer le matériel : tendre son arc, préparer le carquois et ses flèches, le gant, la protection de poitrine pour les femmes, voire le vêtement prévu pour les tirs de cérémonie.

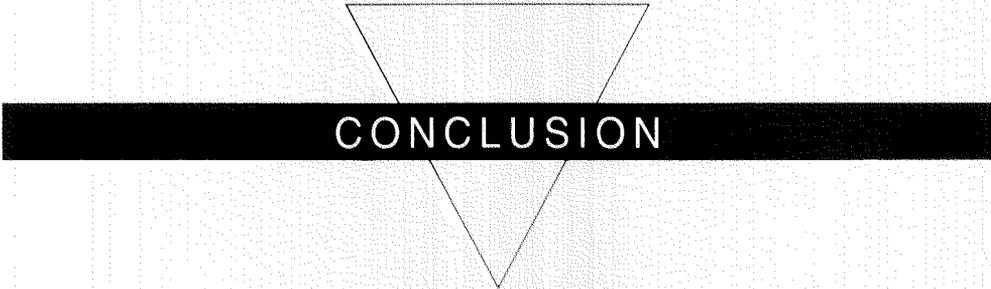
Toutefois, quelques règles sont propres au tir à l'arc, soit à cause de la pratique et la notion de danger du tir, soit à cause de la disposition des lieux, soit traditionnellement. Par exemple, l'Étiquette impose de se déséquiper, de quitter tous les accessoires de tir lors de chaque salut, et ce doit être accompli en *Seiza*. Autre particularité, ni l'arc, ni les flèches ne sont salués, comme doit l'être le *Katana* en *laïdo*.

Si l'ordre des tirs et le moment de récupération des flèches est une partie d'Étiquette importante, car c'est une règle évidente de sécurité, il est également interdit de se tenir derrière ou de parler à un tireur en exercice, entre autre pour respecter sa concentration. Toujours comme dans les autres *Budo*, lorsqu'un professeur, un Maître, un instructeur ou plus simplement un ancien, corrige un élève, il doit être salué avant et après en guise de remerciement. Pendant la durée des corrections et des commentaires techniques il est dit que le pratiquant corrigé se doit d'adopter la même posture - debout, *Seiza* - que le correcteur.

Enfin, l'idée qu'à certains moments des pratiquants qui ont fini de tirer aient en quelque sorte le statut de spectateur, est très présente en *Kyudo*, et n'existe pas dans les autres *Budo*, en condition classique d'exercice. Pour eux, il existe une zone de repos dans laquelle on peut manger et boire, voire discrètement discuter, en respectant bien sûr les moments de pause qui sont prévus. Les autres non-tireurs - en attente de tir - ont aussi toutes consignes de discrétion la plus absolue (pas de bruits ou de déplacements intempestifs).

Dans tous les cas, au *Kyudo* comme ailleurs, exclamations, applaudissements et autres onomatopées susceptibles de déranger le lieu sont exclues, quels que soient les performances ou les exploits réalisés.

Le peu d'extériorisation demandé par cette pratique fait des *Dojo* de *Kyudo* de véritables havres de paix où l'on est toujours étonné de s'apercevoir à quel point souffrent les pratiquants et de voir la quantité de sueur produite en si peu de gestes.



## CONCLUSION

Comme pour le reste de l'enseignement des Budo, il est clair que la vérité de l'Étiquette est dans l'exercice. Bien que tôt ou tard on finisse par la rencontrer, il est essentiel d'en connaître l'existence rapidement, .

Élargie au quotidien, elle m'apparaît comme l'expression d'une stratégie suprême, qui permet à l'individu de réduire le risque de se trouver au cœur d'un conflit. Quand bien même l'affrontement serait inévitable, il s'y trouverait dans la meilleure position possible, au meilleur endroit, et qui plus est, l'esprit serein. Alors, et seulement alors, il aura besoin de méthode et de technique pour mieux se sortir d'un mauvais pas.

L'Étiquette est plus forte que la technique, car elle ne parle qu'au futur et s'adresse à l'esprit de l'homme, ce qui est le chemin le plus court pour arriver à son cœur : voilà son véritable objectif.

Notre époque voit ressurgir conflits et crises de société principalement dûs à l'intolérance et au rejet de l'autre. Tous les moyens sont bons et aussi futiles les uns que les autres. Il faut mettre et laisser l'Étiquette à sa juste place. Ne pas la respecter n'est pas une faute, c'est tout au plus une erreur. LA faute serait de s'en servir pour exclure.

Pour finir comme on devrait toujours saluer - avec le sourire - je m'adresserai aux lecteurs débutants dans les Budo en reprenant un bon mot de mon professeur d'Aïkido Jean-Richard GROSS\*, que je trouve - pour amusant qu'il soit - très judicieux,

Vous verrez : « *L'Étiquette... Il y en a plein le Do !* »

(\* Et sans son autorisation!)

## DEUXIÈME PARTIE

---

***l'Étiquette vue par :***

Jean-Richard Gross

Floréal Perez

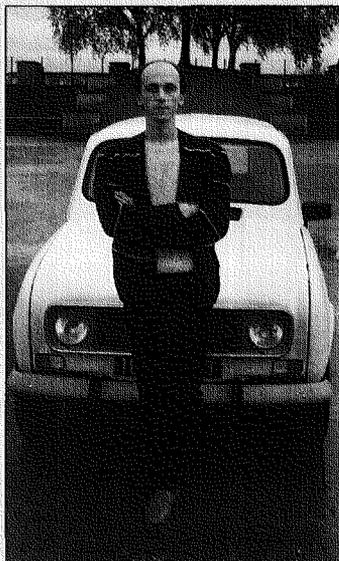
Malcolm Tiki Shewan

Pascal Krieger

Michel Chavret

Bernard George-Batier

Roland Habersetzer



## Jean-Richard GROSS

Jean-Richard GROSS découvre l'Aïkido en 1973. Il fait ses débuts au Judo club de Villeurbanne avec pour professeur Michel PROST. Ce dernier est sous la direction technique de J.D. CAUHÉPÉ.

De 75 à 82 il suit les cours de différents professeurs, dont Marc LANGLOIS - élève direct de Maître NORO - qui lui permettra d'aborder d'autres disciplines comme le SHIATSU par exemple. Cette période semble avoir été importante dans son parcours : « Cet éclectisme dans mes débuts est pour moi une véritable richesse. Cela me permet aujourd'hui de conserver un regard plus libre, plus d'ouverture d'esprit et une meilleure compréhension, pour relativiser les positions de "Chapelles" qui me paraissent parfois inutiles au développement de l'Aïkido ».

Par la suite, c'est à travers des enseignants tels que Bernard Georges-Batier et Alain Peyrrache qu'il connaît l'enseignement de Me Nuboyoshi TAMURA.

En 1982, il pratique au Judo-kwaï Oullinois et bénéficie du soutien de la ligue du Lyonnais F.F.L.A.B. et de ses techniciens.

En 1986, il devient professeur à La Malutière.

« L'Aïkido est ce UN qui permet de connaître les 10.000 êtres. A chaque moment de la pratique, je tâche de garder cela présent à l'esprit.»

Dans son enseignement il conserve et utilise la synergie existant entre Shiatsu, Chi Kung et méditation : « Que ce soit dans ma recherche personnelle ou pour le bénéfice des élèves qui me font confiance je tâche ainsi, au sein de mon club, de concrétiser l'ouverture vers ces domaines de Culture et de Vie. ».

***Note de l'auteur : Lorsque j'ai prévenu «J.R.» (Il est appelé ainsi !) de mon désir de l'interviewer, il a spontanément écrit les lignes page suivante, après quoi mon micro a été enfin toléré.***

## L'Étiquette

*C'est un parfum.  
Un parfum de solennité,  
Un parfum de vérité,  
Une fraîcheur entre les êtres,  
Un apaisement quant tout pourrait aller mal.*

*Une ombre amicale et sérieuse ;  
Une vieille connaissance ;  
Un embarras parfois.*

*Créer ou laisser faire...*

*Une fleur qui se balance,  
Une grâce empruntée laborieusement à la nature.*

*L'Étiquette, c'est la marque.  
L'Étiquette, c'est le prix  
Que nous mettons à ce que nous faisons.*

*Le prix de la rencontre,  
La valeur d'un instant.*

Jean-Richard GROSS

Sainte-Foy-Lès-Lyon

Décembre 1993

## Étiquette

*Recherche de la justesse,  
Recherche de la beauté du geste  
Quelle qu'en soit l'issue,  
Une quête éthique*

*L'Homme étant un loup pour l'Homme...*

*Entre prédateurs, il fut convenu, pour ne pas sombrer  
dans de grandes violences, de tâcher de se contenter de simulacres,  
d'évocations de théâtres...*

*Et qu'au travers des rituels, on garderait au cœur même de la paix, le  
feu grondant d'un enfer,*

*L'Étiquette est ainsi, un peu comme la poudre :  
Un artifice qui peut devenir une fête  
Mais qui peut aussi être otage de la cruauté,  
Pourvoyeuse de folles machines de guerre.*

Jean-Richard GROSS

Sainte-Foy-Lès-Lyon

Décembre 1993.

**D.A. :** - Quel a été ton premier contact conscient avec l'Étiquette ?

**Jean-Richard GROSS :** - Je crois que c'était à Villeurbanne, quelque temps après mes débuts. C'était un club tenu par un professeur de Judo d'un certain âge. Il s'occupait directement de sa discipline, mais supervisait l'ensemble des cours qui y étaient donnés.

En fait, il faisait marcher sa « boutique », son Dojo. C'est à lui que je dois mon premier contact avec l'Étiquette, mais par personne interposée : il sermonnait tout simplement mon professeur d'Aïkido devant nous en début de cours. Il lui expliquait ce qu'il devait exiger de nous. Du genre « Si tu te mets comme ça, ça n'ira pas car ils vont faire comme ci, etc. ».

Je pense bien sûr qu'une partie de ce message nous était adressé, mais je t'avoue ne pas m'être senti concerné à ce moment-là. Bon, j'ai appris que ça existait, voilà tout.

Par la suite, j'ai fait des progrès, et je suppose que l'Étiquette a suivi...

[...]

**D.A. :** - Là je crois que tu parles surtout de cérémonial, des divers saluts. Mais quand as-tu fait le lien avec le mental, la conscience ?

**J-R.G. :** - C'est pas très net, mais je pense que c'est lors d'un stage animé par Maître TAMURA. Tu sais, généralement, le premier matin est souvent pour les enseignants. Ce samedi-là, un autre prof qui a dirigé la préparation, Maître TAMURA est arrivé un peu en retard, ce qui lui a permis de se positionner derrière nous pour se préparer. A la fin on s'est fait engueuler, il nous a même imité, du style mouvements avec les bras en regardant ailleurs, distraitement. Depuis sa position, il nous avait vu absents de nos gestes. Puis il nous a dit à sa manière : « Dites-vous que vous devez « habiter » les choses de l'intérieur, les exécuter avec le maximum de présence. Il faut tout travailler « de l'intérieur ». Sans pouvoir dire que c'est là que j'ai compris, disons que le contact a eu lieu entre les sensations et les mots.

**D.A. :** - Bon, là tu étais élève. Maintenant, en tant que professeur, comment en parles-tu ?

**J-R.G. :** - Il me semble que je me suis entendu parler d'Étiquette lorsque j'ai fait le lien avec la technique, dès que je n'ai plus senti de différences entre mon salut, mon entrée et la technique qui suivait. Avant, ça ne valait pas le coup de parler d'Étiquette pour l'Étiquette.

[...]

**D.A. :** - Après un peu plus de deux décennies de pratique, que représente-t-elle pour toi ?

**J-R.G. :** - D'abord elle représente une sorte de passage, ou une porte qu'on ouvre pour se laisser pénétrer. En fait, *c'est une préparation pour ce que l'on va faire*. De plus, et j'ai plus de mal à l'expliquer, l'Étiquette a, à mes yeux, un fort rapport au temps... Cet espèce de passage demande du temps qui, à échelle humaine d'un salut ne dure qu'une dizaine de secondes. Pourtant, elles peuvent être vides comme pleines ; passées « pffft » comme ça ou vécues pleinement. Comme si ces dix secondes pouvaient représenter du Temps ou du « Non-temps ».

Regarde un pratiquant : toc ! dix secondes... Et il a salué. Que s'est-il passé dans le bonhomme ? Où était son esprit ?

C'est ce que Maître TAMURA avait perçu en nous regardant. Trente minutes de mouvements de préparation égalent zéro ! Nous avons fait de la gymnastique, pas de l'Aïkido.

A partir du moment où tu t'es rendu compte de la valeur de l'Étiquette dans le sens de l'approfondissement de la conscience globale, tu en profites beaucoup pleinement, et surtout tu peux éventuellement en parler. Le jour où j'ai pu donner quelques indications sur l'Étiquette à mes élèves, cela a été très gratifiant. J'ai vraiment eu le sentiment de les aider, par exemple à remplir leurs saluts, à occuper leur temps, apprécier l'instant, à respecter soi-même et autrui dans une sorte d'exigence « naturelle ».

Sans trop en discuter avec les élèves, je prend le temps de le dire.

**D.A. :** - Si je te comprends bien, l'Étiquette te permet de t'approprier du - ou le - temps ?

**J-R. G. :** - Un peu. Disons de le *manier*, ou plutôt de se poser dedans... Oui et encore j'ai toujours peur de pêcher par excès. En prenant ce temps, *on prend le risque du temps*. En situation de combat, par exemple, prendre du temps face à un adversaire, c'est jouer la carte Étiquette comme avec une arme, c'est prendre le risque de tomber dans la fascination de l'instant.

Prendre le temps de voir la mort en face, mais juste au moment où elle nous arrive sur le nez !

[...]

Je ne crois pas que l'Étiquette existe encore pour une seule et unique raison, mais pour une multitude. D'abord, chacun y trouve des sensations très personnelles, intimes. Ensuite, je pense qu'il y a des raisons plus classiques, humaines : par exemple l'utilité de l'hygiène par rapport au combat, l'efficacité d'être dans un keïkogi bien ficelé, les pieds propres, etc. Au fond, un homme est plus disponible et plus fort, lorsqu'il est bien habillé et propre ; physiquement et mentalement bien sûr. Par la suite c'est resté parce que cela cadre exactement avec ce que cherchent à véhiculer les arts martiaux.

Notre propre tradition chevaleresque parlait sensiblement des mêmes choses, au moins sur les mêmes registres, si les exigences pouvaient varier. Tu peux aussi ajouter qu'il était bien de mourir « bellement », dans tous les sens du terme : dans l'acte, l'attitude ou le vêtement.

C'est un peu à étage l'Étiquette. Certains spirituels ou religieux, d'autres très pratiques, concrets et crus à l'extrême. En plus, en évoluant il y a des stades. La différenciation, la frontière entre Étiquette et technique s'estompe de plus en plus.

**D.A. :** - Tu as comme élève un jeune homme qui a des difficultés mentales. Il suit tes cours parmi les autres adultes. Quelle vision penses-tu qu'il puisse avoir de l'Étiquette, ou quel est son rôle dans cet exercice ?

**J-R. G. :** - Difficile à dire. Disons qu'il appréhende les choses avec plus de problèmes que nous, et beaucoup moins de mémoire, alors je pense que le côté répétitif des saluts, par exemple, l'aide à se situer, structure sa présence dans le groupe. Et il y parvient assez bien, quoique l'Aïkido soit très complexe, beaucoup plus que pourrait l'être pour lui la marche à pieds ou l'aviron ! S'il ne

retient pas les techniques, il a bien mémorisé le salut, et lui donne un sens. Je crois que ça le soulage de savoir faire, ça le place parmi nous et ça le rassure, plus que les techniques elles-mêmes... Difficile de parler pour lui.

**D.A. :** - Pour ce qui concerne tes autres élèves, quelles sont leurs questions ? Ou plutôt, comment y réponds-tu ?

**J-R. G. :** - J'y réponds, oui et non : je prends certaines comme de vraies questions, auxquelles, si je peux, je réponds. d'autres sont des sortes de déclarations interrogatives. Dans ce cas, j'essaie généralement de ne pas répondre, et je valorise la question dans le sens de l'intérêt qui aboutit à une recherche personnelle... Mais ça n'est pas facile du tout !

C'est très dur de garder un bon conseil, de laisser quelqu'un ramer pour trouver. Parfois on parle trop, dans le souci de bien faire, mais l'important est souvent le chemin de la question à la réponse qui enrichit, pas la réponse (qu'on obtiendra de toute manière !).

L'Étiquette ne valorise pas l'un ou l'autre des partenaires, mais l'ensemble de la situation : ça l'élève !

*Jean-Richard GROSS  
Sainte-Foy-Lès-Lyon  
18 Août 1994*

## FLORÉAL PEREZ



Il est né le 17 novembre 1952 à Lyon de parents espagnols. En tant que fils de réfugiés politiques, anarchistes de surcroît, il reçut une éducation de non-violence. Ses parents lui avaient affirmé qu'en cas de bagarre, ils risquaient d'être immédiatement rapatriés par la police, avec les conséquences que cela aurait entraîné... Alors, malgré une forte tendance à se mettre en colère, il fut dans l'obligation d'apprendre très jeune à se maîtriser. "Longtemps je me suis laissé battre, prétextant que je risquais de faire mal si je laissais libre cours à ma colère...". C'est par le sport qu'il canalise son débordement d'énergie : Gymnastique, volley-ball, basket-ball, natation, trampoline. Jusqu'à 25 heures d'activité par semaine ! Suivant l'exemple de sa mère, il débuta le théâtre, qui lui apporta, et lui apporte encore aujourd'hui beaucoup. Après un an de conservatoire d'arts dramatiques il prit part avec beaucoup d'enthousiasme aux cours de cascade de Monsieur BEAU, qui lui fournit - entre autre - les rudiments de l'escrime ancienne et le maniement du bâton. Toujours dans le cadre du théâtre, il fut amené à étudier la "voix", en suivant les stages du Roy Hart Theatre animés par, entre autres, AKHTAMOVA ; étude très enrichissante sur tous les plans.

Ce n'est que vers 20 ans qu'il aborda les Voies Martiales japonaises, non sans avoir "goûté" à une année de lutte gréco-romaine, et aux préparations physiques intenses des boxeurs et des cyclistes. C'est à la DOUA, à Villeurbanne, en 1974 et 75, qu'il découvrit l'Aïkido, le Ken-jutsu et le Karaté Shotokai, sous la direction de jeunes instructeurs. Son premier cours d'Aïkido lui fut donné par Gérard POLAT. La DOUA était un Dojo où se lançaient de nombreux jeunes enseignants, lui permettant de développer très tôt un certain sens critique vis-à-vis de l'enseignement. Cette prise de contact avec les arts martiaux japonais l'amena à étudier la langue japonaise en faculté, puis le Shodo, la Voie de l'écriture, "juste pour le plaisir de la découverte !".

Les autres professeurs qui l'ont marqué furent :

- Bernard GEORGE-BATIER "qui m'a littéralement ouvert les yeux, par sa soif insatiable de découverte, tant sur le plan technique, qu'ésotérique".
- Alain PEYRACHE "qui m'a permis de garder les pieds sur terre et de rechercher un équilibre physique".
- Gilbert MILLAT "qui est un exemple d'humilité, toujours en recherche".

En 1976, il découvre l'enseignement de Maître TAMURA pour l'Aïkido, de Pascal KRIEGER en Jodo et Malcolm Tiki SHEWAN pour le Iaido. Ce dernier lui fit rapidement confiance en le laissant assister à ses cours d'été ; à une époque, il le suivit dans tous ses déplacements. Petit à petit, des cours lui furent confiés entièrement, sous forme de stages de Ken et Iaido, qu'il commença à animer dans toute l'Europe. Il lui fallut attendre 1984, à l'occasion de la venue de WAKA Sensei (petit-fils du fondateur de l'Aïkido, actuellement dirigeant de l'Aïkikai), pour que Maître TAMURA le nomme Conseiller Technique Fédéral.

C'est aussi l'année que choisit Pascal KRIEGER pour lui confier des cours de Ken, lors de stages européens de Jodo : "Année de reconnaissance qui me valut l'amitié de ces experts des Voies martiales; or c'est à l'amitié que je crois le plus, car c'est dans une telle ambiance qu'on échange et qu'on s'enrichit mutuellement". Fidèle à son empreinte des débuts il chercha les enseignements de partout : Dans la vie quotidienne comme dans des pays aussi lointains que la Malaisie, les États-Unis (où il étudia la forge) ou le Japon (pour sa culture). Il voyagea aussi à travers les enseignements de divers experts : Maître TADA, YAMADA, SUGANO, KOBAYASHI, CHIBA, etc. "Mais là où j'apprends le plus, c'est au travers d'échanges qu'ont apporté les amis cités plus hauts... Et la famille s'agrandit de jour en jour ! Dernier volet de sa formation - et non des moindres - fut la confiance que lui porta Alain GIVET qui lui fit découvrir le sens du médecin guerrier. A ce titre, il eut le privilège de l'aider dans ses thérapies comme assistant, auprès de personnalités de l'Aïkido. "Aujourd'hui aguerrri à cette pratique, je ne l'utilise qu'à bon escient, seulement en cas d'urgence..."

Après 20 années de pratique, il est aujourd'hui Assistant Technique National auprès de la Fédération Française d'Aïkido et Budo, 4e Dan ; il est également Chuden (Deuxième certificat d'enseignement) pour la Fédération Européenne de Iaido, et 2e Dan de Jodo.

Il enseigne ces trois disciplines à la MJC de Bron, dans la banlieue de Lyon.

Il poursuit son étude et l'animation de stages de calligraphie - Shodo -, ainsi que le théâtre sur différentes scènes lyonnaises.

Il est professeur d'Anglais pour l'Éducation Nationale.

**DA** : - Quand, pour toi le mot « Étiquette » a-t-il pris une réelle consistance ?

**Floréal PEREZ** : - La première fois que j'ai vraiment pris conscience de l'Étiquette, c'est lors d'une démonstration de Maître TAMURA. Il avait terminé la cérémonie couvert d'un vêtement traditionnel, porté par-dessus son Keikogi. Une espèce de veste japonaise courte, que l'on ferme par un gros nœud traditionnel sur le devant. Il a défait ce nœud et a ôté ce vêtement. Si l'extérieur de celui-ci était sobre et humble, l'intérieur apparaissait très richement brodé, de couleurs vives. Maître TAMURA dit alors : « Ceci est la manière traditionnelle de le porter, l'humble dehors, la richesse à l'intérieur... Certains qui n'ont rien compris le mettent à l'envers parfois ! ».

Là, j'ai enregistré que chacun peut avoir la richesse qu'il désire, qu'il gagne au fur et à mesure de sa vie. Je parle bien sûr de richesse mentale, morale, d'évolution personnelle. Pour autant, personne n'est obligé de toujours l'afficher comme on peut le faire d'un grade ou d'une série de médailles. L'Étiquette est faite pour que chacun reconnaisse sa valeur propre, d'une manière très intime, sans embêter les voisins avec un quelconque étalage de fausses connaissances. Chacun peut alors reconnaître la valeur de l'autre, la découvrant en toute humilité. Bien sûr, dans le « Rei Shiki », même si on ne l'étale pas, on signale la valeur de l'autre par rapport à soi, on en tient compte et surtout on la respecte à travers l'ancienneté, le grade etc... Toutefois, le plus intéressant dans l'étiquette, est que l'on garde sa propre richesse dans son cœur en l'affichant le moins possible.

**DA** : - Une chose me frappe aujourd'hui, l'Étiquette tient de plus en plus de place dans les ouvrages tant techniques que philosophiques. Je dis cela en regard d'ouvrages édités voici cinq à six ans. Ceux écrits il y a dix ans ou plus n'en faisaient même pas état. Pourquoi d'après toi ?

**FP** : - Il me semble que c'est parce que ça manque ! Je me souviens par exemple, dans le Dojo de Pascal Krieger, plusieurs disciplines martiales se côtoyaient. Pascal aimait bien faire des séances pluridisciplinaires, notamment avec les professeurs des autres sections celui du Judo). Il a malheureusement dû abandonner, car les libertés prises au détriment de l'Étiquette prenaient des proportions démesurées. Déjà, un échauffement à l'aide de « médecine-balls » n'est pas vraiment approprié dans un Dojo que l'on veut traditionnel. Mais lorsque la préparation se termine en partie de football, elle ne peut être qualifiée de « préparation » en vue d'une pratique sérieuse du Judo.

Peut-être est-ce parce que c'est l'ère du Verseau, mais les gens sont plus attirés par les rites. On dirait que tout le monde a perdu son « Totem »... C'est l'ère du « multi-options », depuis quelques années. Les points de repères ont disparu : avant, les choses étaient ou noires ou blanches, à l'extrême peut-être. Elles sont aujourd'hui devenues un peu comme dans l'automobile : tout est au choix, composable et modifiable à souhait. Même l'élément de base est en option, et c'est peut-être pour ça que les gens manquent d'un point de repère, d'une base.

**DA** : - Cela se retrouve dans l'Étiquette ?

**FP** : - Oui. Je prendrai comme exemple la réflexion d'un membre de la section Aikido, qui, totalement débutant a assisté à une démonstration du nouvel an (Kagami biraki) à La Mulatière : « Cela m'a tellement surpris de voir qu'il pou-

vait y avoir autant de versions différentes, en particulier dans le cérémonial et les saluts, qu'on se demandait : Qui pouvait bien représenter la Norme ? ». Il n'y comprenait plus rien, lui qui venait de commencer l'Aïkido ! Certains saluaient les spectateurs d'abord, d'autres le Kamiza. Les uns saluaient le professeur présidant la démonstration, les autres non. Il est vrai que nous ne nous sommes pas concertés avant. Chacun a respecté une Étiquette... Ou du moins celle qu'il croyait être la bonne. Chacun des participants était pourtant compétent, et a surtout été sincère.

Chaque participant a fait selon son cœur. Faut-il à tout prix standardiser ? Faut-il demander aux gens de se couler dans le même moule ? Ils sont qui ils sont et doivent le rester ... C'est un débat. Toutefois, il reste que ce regard a été troublé. Quand on donne une norme c'est pour rassurer un peu tout le monde, notamment et essentiellement les débutants. En effet, quand on a de l'expérience, qu'a-t-on à faire de saluer comme ci plutôt que comme ça ? L'idée de faire comme tout le monde au sein d'un Dojo a pour but de devenir invisible. Avec l'ancienneté, les influences laissent des traces et modifient les gestes et les attitudes.

**DA** : - Un ancien a pourtant une forme de « Devoir de transmission » aux plus nouveaux ? Il doit donc veiller à rester très fidèle ?

**FP** : - Bien sûr. Si ce n'est que chacun finit par s'investir, par exemple, dans ses saluts, par accepter telle ou telle façon de s'incliner ou de poser les mains, parce qu'elle est plus en accord avec ce qu'il pense dans le moment. Dans mon salut, je n'ai pas totalement pris Maître TAMURA comme exemple : il salue toujours de façon très méfiante, par un salut avec les mains dissociées. Il le fait et le montre ainsi. Peut-être évoluera-t-il plus tard vers une autre forme de salut ? Depuis que je sais qu'il y a deux manières de saluer, je ne mets que du respect dans mes premiers saluts, puis, dès que j'ai une proximité avec quelqu'un, j'utilise l'autre. Cela ne vient bien sûr que d'une réflexion et d'une étude personnelle. Du coup, c'est ainsi ce que je transmets, car il faut faire un choix entre tous les exemples que l'on voit dans les multiples stages. Des exemples dont on est obligé de tenir compte, et dont on discute aussi ... L'essentiel est de rester le plus près possible de l'école que tu enseignes.

L'idée de transmettre ce que t'impose une école comme la façon de procéder est difficile à expliquer. Dans un premier temps, tu ne fais que du mimétisme. Dans ton enseignement, dans tes cours, tes préparations ou l'Étiquette que tu montres. Par la suite, tu comprends un peu mieux ce que tu fais, et à ce moment-là, tes choix peuvent évoluer et devenir différents de ceux de tes débuts. C'est obligatoire : sinon, cela voudrait dire que tu n'évolues pas dans ce que tu fais. L'idéal - et on en discute beaucoup pour l'Aïkido - c'est de dire : « voilà, j'impose un modèle ». A partir de celui-ci, les gens se poseront les questions qu'il faut. Puis ils vont peut-être évoluer. Certains n'évolueront pas, un peu « moutons ». Ils se considéreront comme garants du modèle, et tiendront à le rester. Ils ne se poseront jamais de questions. Ils vivront avec des instantanés qui jauniront - peut-être - avec le temps, et donneront la même leçon tout au long de leur vie d'enseignant. Quels que soient leurs défauts, ce sont des gens importants car, sans eux, ces fameux instantanés

auraient disparu. Sans ces repères, on ne saurait apprécier si l'on évolue par rapport à la norme et de combien ; ou si l'on a dénaturé la source. Le problème est là : toute évolution dénature inmanquablement la base, au moins en partie.

On peut donc dire que le « Reï Shiki », le cérémonial, se pose comme le garant d'une évolution bien maîtrisée. Respecter l'Étiquette, c'est un moyen de rester dans un modèle suffisamment neutre pour pouvoir évoluer librement. Une zone de liberté, une sorte d'aire de jeu.

**DA** : - C'est donc pour cela que cohabitent des gestes, des attitudes qui semblent si différentes et choquent les débutants ?

**FP** : - Globalement oui. Certains peuvent être très « conservateurs » et d'autres très « modernes », sans pour autant être critiquables dès lors qu'ils restent dans la zone de liberté.

A une époque, je participais ou animais des stages de laïdo un peu partout en Europe. Un jour, à Bruxelles je crois, un problème s'est posé : un détail du rengainage avait été modifié. Des pratiquants, sans doute restés longtemps sans contact, ont relevé ce changement et ont demandé pourquoi. J'avais l'impression d'avoir montré fidèlement les gestes de mon modèle - Tiki (Malcolm Tiki Shewan) - que j'avais vu et copié. C'était troublant pour eux, car ils remarquaient une évolution vraiment flagrante.

**DA** : - Évolution de qui ? Pourquoi ?

**FP** : - Au fond je ne sais pas de qui. Pour moi c'était de Tiki, du fait qu'il est mon modèle. Lui a sûrement les siens ; c'est une question à lui poser. Toujours est-il que la seule explication à mes yeux, en ce qui concerne ces pratiquants, c'est le changement de modèle. La méthode première est celle que Maître TAMURA a apporté en France. Le laïdo qu'il enseignait était plus offensif, sa pratique tenait compte du port du Wakizashi (sabre court), et cela apportait certains détails de style et d'exécution comme celui-ci. Tiki est arrivé, a repris l'enseignement avec une pratique moins offensive, sans présence de Wakizashi et, logiquement, certains détails ont disparu, faisant place à d'autres. Ceci sans porter aucunement atteinte ni à la tradition, ni aux messages des Maîtres, encore moins aux fondations de la discipline.

En fait, les disciplines dont nous parlons sont plus solides que cela, et ne flanchent pas pour un détail ! Je suis même convaincu qu'elles ont subi d'autres outrages, vu leur ancienneté. Elles sont constituées de « canevas » serrés : les séries de Kata, par exemple, ou des règles d'Étiquette. Chaque kata, s'il est intéressant individuellement, prend surtout sa valeur par l'influence qu'il a sur les kata appris précédemment, par le nouvel « éclairage » qu'il apporte. De plus, il représente une brique supplémentaire à l'édifice que construit l'élève. Brique qui subira forcément l'influence du suivant et ainsi de suite... Comme l'Étiquette, l'étude des kata ne peut se concevoir sans ces liens. En laïdo par exemple, les plus avancés peuvent attester que chaque stade franchi - nouveau kata, nouvelle série - a fait un peu évoluer son *Shohatto* (premier kata de la première série/premier étudié), tout en sachant qu'ils n'exécuteraient pas le nouveau tel quel, s'ils n'avaient étudié et pratiqué longuement *Shohatto*...

**DA** : - Que l'Étiquette apporte beaucoup au pratiquant moralement, mentalement, etc. je n'en doute pas. Les Arts Martiaux - Judo, Karaté, etc. - en ont presque fait un argument de pratique : école de loyauté, respect du faible, etc.. Pourtant, tu parles aussi souvent des apports de l'Étiquette au *plan physique, technique et sensoriel*. Tu vois les gestes du Cérémonial un peu comme pour faire connaissance avec les éléments essentiels : respiration abdominale, bon Shiseï, distances, dimensions et poids des armes, etc. De qui cela te vient-il ?

**FP** : - Ah oui ! En fait, ce n'est qu'une appréciation, une recherche toute personnelle. Pédagogiquement, chaque fois que je fais un cours à des débutants, j'en parle, car on y trouve, que ce soit en Iaido, Aïkido ou Jodo, la plupart des gestes de base importants dont on a besoin pour commencer, puis pour évoluer en les mémorisant physiquement. L'Étiquette est chargée de repères très très utiles. Cela n'a l'air de rien, mais se mettre en seïza tout bêtement, sans autre but est source d'erreurs. A ce seïza, ajoutez-y l'*humilité* demandée par l'Étiquette, et immédiatement vos bras vont venir se coller à votre corps, comme vos coudes ; vos épaules vont se décontracter ; vos mains se reposer devant votre ventre, prêtes à une parade - Aïki -, à saisir votre sabre, etc..

**DA** : - D'accord pour le débutant. Mais les anciens, les plus « avancés » ?

**FP** : - Pour eux, cela dépasse le stade des repères. Si l'on essaie de prendre pleinement conscience de ce que représente un art martial dans la vie quotidienne, en dehors de l'Étiquette, il ne reste pratiquement rien. J'irai encore plus loin : les techniques que l'on étudie ne peuvent servir vraiment qu'en situation de conflit, alors que l'Étiquette qui t'a appris à connaître et occuper TA place, à être vigilant, à anticiper les positions et surtout à être humble, te permettra peut-être d'éviter la situation de conflit elle-même, de la sentir venir. Puis qui sait, si cette humilité et cette vigilance deviennent naturelles, tu passeras à côté sans t'apercevoir à quel conflit tu viens d'échapper !

**DA** : - Si je comprends bien, au-delà des vertus physiques ou gymniques des disciplines martiales, celui qui veut aller au fond des choses plus directement pourrait le faire en n'étudiant que et exclusivement les règles de l'Étiquette ?

**FP** : - Pas vraiment, non ! Il faut penser que l'Étiquette est au cœur du « canevas » : pour une Étiquette correcte, il faut de la puissance. Humble *malgré* la Puissance. C'est ce *malgré* qui fait tout. Ceux qui l'oublient mettent leur kimono à l'envers, affichant leurs broderies ! Ensuite, si l'on se reporte à l'Histoire, une Étiquette était imposée dans une armée pour que chacun respecte son chef, pour éviter que les événements ne dégénèrent, parce qu'en plus c'est l'endroit où chacun porte une arme, et en étudie le maniement... L'Étiquette repousse la folie, elle est le garant, le protecteur de l'institution qui la porte, et en l'occurrence de ceux qui l'enseignent. En fait, peu de différence avec aujourd'hui.

**DA** : - N'y a-t-il pas un moment où le pratiquant n'applique plus de règle, un stade où l'Étiquette a totalement imprégné ses mouvements, ou cela devient inné ?

**FP** : - Oui, c'est vrai. Disons que sur le tatami qui est le lieu d'étude, c'est beaucoup plus facile que dans la vie. Le « plus gros du boulot » est à accomplir dans la vie quotidienne. C'est très dur à intégrer spontanément, même si

on en parle, qu'on y fait attention, qu'on essaie sincèrement de l'appliquer, on est cerné par des impératifs. Au fond, on subit des agressions qui viennent du travail ou plus simplement de nos faiblesses, devant lesquelles on baisse les bras. C'est déjà bien d'en prendre conscience... Là on s'aperçoit qu'on se laisse plus aller dans la vie qu'au dojo... Et c'est peut-être pour se « recaler » régulièrement, pour remettre les pendules à l'heure que l'on continue d'y aller !

**DA** - Le tatami, le dojo seraient selon toi des sortes de lieux de « mise en situation » de la vie, disons un raccourci pour se remettre face à soi-même de temps en temps ?

**FP** - En simplifié oui. Mais il ne faut rien exagérer et rester dans l'idée de *repères*, sans plus. On ne peut avoir la richesse de ce que l'on rencontre dans la vie sur un tapis.

**DA** : - As-tu déjà eu à faire à des réfractaires à l'Étiquette ?

**FP** : - De façon irrémédiable, je ne pense pas. Par contre, j'ai vécu une anecdote : il y a quelques années, j'ai eu à enseigner à des jeunes en contrat de qualification, dans le cadre du G.R.E.T.A.. Ils avaient entre vingt et vingt-trois ans, pratiquement tous d'origine arabe, tout du moins de religion musulmane. Ce dernier point a fait qu'au départ ils ne voulaient pas saluer. Je n'y ai vu aucun inconvénient, dès lors que les exercices étaient sincèrement réalisés. Le plus drôle est qu'ils ont tout de même salué, en fin de stage, en présence de leur monitrice ! Leur besoin de bien faire, le souci de lui montrer le mieux possible ce qu'ils avaient étudié sur le tatami, leur a fait réaliser une série de démonstrations, qui a été clôturée par un salut collectif ! Ce même groupe, de son côté, pour ce qui concerne l'Étiquette et ce qu'elle apporte, avait été fort étonné par l'attitude imperturbable que j'avais conservée, malgré les tours pendables qu'ils avaient fait, ainsi que la liberté de saluer ou non, que je leur avais laissée. Presque tous avaient dépassé l'âge d'avoir un directeur de conscience - comme l'ont les adolescents musulmans - et étaient à même de prendre leur décision. A force de pratiquer, ils se sont aperçus de la différence qui réside entre une prosternation religieuse - qui ne peut se faire qu'à Dieu - et un simple salut martial. On a d'ailleurs tous fait un peu comme eux en débutant : chacun imite scrupuleusement son prof, et ceux qui ne font pas ainsi sont des imbéciles qui n'ont rien compris ! Puis, tu t'ouvres et deviens moins critique.

En fait, au départ, tu t'enfermes. Disons : tu acceptes que l'on t'enferme. C'est une obligation. Ensuite seulement, après un temps d'apprentissage, tu récupères ta liberté.

**DA** : - Tu veux parler de ce fameux stade où l'élève peut aller « voir ailleurs » ? Ce moment où il est à même d'entendre un autre enseignement ?

**FP** : - C'est une très ancienne notion du Budo, on parle de *SHU* et *HA*. *SHU* : tu es encore enfermé sur toi-même. *HA* : tu commences à te poser des questions... Que tu n'oses pas poser. Ce qui ne servirait à rien, car personne ne te répondrait. D'ailleurs : serais-tu à même d'assimiler les réponses ? Chez nous, c'est vrai qu'on a tendance à « sortir » très tôt, ce qui n'est pas forcément un bien. C'est même parfois perturbant : on croit avoir tout compris. Avec le temps, on s'aperçoit que c'est superficiel.

**DA** : - Quelle différence perçois-tu entre les diverses Règles d'Étiquette du Jodo, du Iaïdo, de l'Aïkido, et des autres Arts Martiaux, ou d'autres écoles que tu as pratiquées ? Je parle de différences de fond : par exemple ceux qui traitent le Bokken comme un morceau de bois, ou bien comme le Katana dont il est supposé être la réplique.

**FP** : - Lorsque j'ai participé à un stage de Maître KAMINODA, j'ai été estomaqué par cette apparente contradiction entre le niveau formidable de son travail, et le peu de considération qu'il portait à son Jo. Au fond, il n'existe pas de contradiction : c'est un simple choix d'usage qui n'a rien à voir avec une quelconque déconsidération pour le Jo lui-même. A l'inverse, en 1980, lors de la visite des Maîtres japonais en France, ils furent vraiment très étonnés de voir à quel point on respectait l'Étiquette en France. Ils en étaient très contents bien sûr. J'ai mis quelque temps à accepter puis comprendre de telles différences. Quoi qu'on dise, un Bokken est un morceau de bois. A partir de là, de deux choses l'une : ou il est respecté, tel le Katana et de ce fait inclus à l'Étiquette, ou bien la notion de « respect » disparaît, on n'en parle plus, et chacun le traite comme il le désire. Là encore c'est le choix et l'appréciation de l'école, du Maître ou du professeur. Il suffit que tous fassent pareil au sein du Ryu ! Les Japonais eux aussi ont du mal à comprendre d'une part pourquoi nous avons de tels efforts à faire, d'autre part pourquoi nous les faisons ? Ils ne se doutent pas que pour la première question, tout est « ancré » au plus profond d'eux. Pour la seconde, il nous est nécessaire, pour saisir le fond de la Discipline, de nous plonger complètement dans l'environnement dont l'Étiquette fait partie. Ce dernier point me rappelle l'anecdote vécue par une famille de touristes japonais arrivant au beau milieu d'un stage - Les Îles de Lérins, 1993 - appareil de photo en bandoulière. Quelle ne fut pas leur surprise de voir de tous côtés des Européens, en Keïkogi et Hakama, Jo, Bokken, Iaïto ou mieux, Katana, en main. En plein exercice ! Que dire de leur stupéfaction lorsque la première personne à qui ils s'adressèrent - un Anglais - leur répondit en japonais (Pascal Krieger), le second aussi (Tiki)... Ils n'ont peut-être encore aujourd'hui pas tout à fait compris. Imagine-toi en visite dans une île perdue du Japon, arrivant sur la place d'un petit village, trouvant un groupe en train de jouer à la pétanque. Tu poses une question dans ton meilleur anglais, et le premier venu te répond en français, avec l'accent de Marseille ! Quelle serait notre réaction ?

**DA** : - Parlons donc du Japon : comment l'Étiquette est-elle appréhendée, apprise, là-bas ? Les professeurs sont-ils attachés à son respect ?

**FP** : - Dans les actes, hormis quelques différences de style, elle est la même qu'ici. Pour imaginer, je ferai une analogie avec la calligraphie, le *Shodo* : Les Japonais ne portent pas d'attention particulière à leur écriture, à leur salut debout, pas plus qu'ils n'ont d'état d'âme à être en seïza. C'est une habitude, un point à la ligne, comme nous de manger avec une fourchette, de s'asseoir sur une chaise. Résultat : ils n'approfondissent pas... Ou plutôt ils n'éprouvent pas le besoin d'approfondir ! Au contraire, nous, Occidentaux qui devons habituer notre corps, nos membres, notre esprit, nous sommes forcés - à moins d'être très souples à tous points de vue ! - d'étudier plus à fond, ne serait-ce que pour pouvoir accepter l'effort, pour s'intégrer au groupe, ou pour en dégager les avantages techniques (sécurité, placement,

esthétique, etc.). Il est indispensable de connaître notre bénéfice pour motiver nos actes. Si je fais une calligraphie, je pense automatiquement à l'étymologie des Kanji, à leurs origines. En clair, à ce qu'il m'a fallu étudier pour les apprendre et les retenir. Un Japonais, lui, trace ses caractères, comme un Européen son alphabet : A, B, C, D. Il n'a pas besoin, comme moi, de *points de repères*. De même que saluer debout est pour lui aussi spontané que pour nous de se serrer la main. Imagine l'inverse : chacun le fera en *réfléchissant* ne serait-ce qu'une fraction de seconde. Cela me fait penser à l'enseignement de Saint Bernardin, qui vaut largement certaines notions développées dans les philosophies et les disciplines orientales. Il parle notamment du péché de « *murmure du cœur* »... C'est une image à intégrer à l'Étiquette. Quand tu dois faire une chose, essaie de la faire sans AUCUN murmure, même du cœur. Si cela est, c'est que tu agis à... contrecœur. Même très peu, c'est pour Saint Bernardin, un péché mortel ! Dans cet esprit, tu dois essayer de saluer comme si ce geste faisait partie intégrante de ta vie, non comme un geste « ajouté ». Combien de fois a-t-on salué en pensant : " Qu'est-ce qu'il me veut celui-là ? ", ou " Aïe, le costaud, je vais encore souffrir ! " ou bien encore " Mon Dieu qu'elle est jolie ! ". Arriver à cette harmonie entre la pensée et l'acte est un travail de tous les jours. Il est vrai qu'il existe des domaines dans lesquels il est facile de le faire. Le véritable travail réside dans ceux où tu as du mal, où c'est difficile. On peut prendre en exemple ce Japonais devenu expert en breton ! Il en a d'ailleurs écrit une thèse. Sans doute a-t-il trouvé dans cette langue, des choses qu'aucun Breton de souche n'avait imaginé, par le simple fait que cette langue était pour lui exceptionnelle, voire exotique.

**DA :** - On pourrait dire qu'une certaine forme de virginité culturelle rend plus sensible, plus réceptif ?

**FP :** - Oui en quelque sorte. Malgré tout, il faut avoir l'envie d'approfondir, de chercher, d'écouter sans se laisser blaser, sachant que plus tu apprends, plus c'est intéressant. Et plus tu as envie d'apprendre.

à Lyon, la Croix-Rousse,  
en Mars 1994



## PASCAL KRIEGER

Né en 1945 en Suisse, il apprend le Judo en 1963, est ceinture noire en 1968. Il décide alors de partir au Japon, où il poursuit son étude au *Kodokan*. Très vite il rencontre Maître DRAEGER dont il devient le principal élève et Maître SHIMIZU avec lequel il étudie le Jodo ; puis Maître KAMINODA et Maître KURODA - grâce auquel il est initié au laïdo et au Shodo. Toujours dans le cadre des Budo, il séjourne aux USA en 1972, puis à Hong Kong et revient au Japon jusqu'en 76, année de son retour à Genève où il réside aujourd'hui.

Il est Vice-président et Conseiller Technique de la Fédération Européenne de Jodo, et responsable du développement de Shindo Muso Ryu en Europe (Missionné pour cela par Maître SHIMIZU).

Il est aussi Responsable Technique pour la Fédération Européenne de laïdo en Suisse.

SHODO (Calligraphie) 7° Dan, JUDO 4° Dan, IAÏDO 3° Dan *Muso Shinden Ryu*, JODO 6° Dan - *Shindo Muso*

*Ryu*, depuis peu : Gomokuroku dans la gradation traditionnelle Menkyo.

Enseignant ces disciplines aujourd'hui dans le monde entier, son Dojo le Shung Do Kwan est à Genève.

Pascal KRIEGER consacre aujourd'hui tous ses loisirs à promouvoir et enseigner les Kobudo (Disciplines martiales classiques), dans le souci du maintien intelligent de la tradition, sans jamais ni céder à une modernité inutile, ni refuser une évolution ou un changement, lorsqu'il lui semble positif et enrichissant.

**DA** : - Quand et comment l'Étiquette est-elle devenue consistante à tes yeux... Ou plutôt, quand a-t-elle pris une consistance éducative et enrichissante pour toi ?

**Pascal KRIEGER** : - Je ne pense pas que cela me soit apparu d'un seul coup. Je ne pense pas avoir eu un jour l'impression : « Tiens, depuis aujourd'hui c'est différent ! ». Bien sûr, je me suis aperçu un jour d'une différence, mais quand cela s'est-il passé : impossible de savoir...

**DA** : - Comment s'est déroulé ton apprentissage de l'Étiquette ? Une étude tranquille faisant partie des techniques que tu apprenais, ou alors un long et douloureux accouchement ?

**PK** : - Un long accouchement. Ça oui ! J'ai eu la chance d'avoir *Maître DRAEGER* comme mentor pour cela. J'ai étudié l'Étiquette sur le vif ! Ce qui veut dire que je me suis fait taper sur les doigts. J'ai même parfois été un petit peu humilié... Par exemple, un jour que j'étais entré dans mon Dojo avec mon manteau, je l'ai gardé, col relevé, c'était l'hiver, et j'ai regardé les gens qui pratiquaient en *keïkogi*, avec rien dessous. *Maître DRAEGER* m'a dit : « Quand tu vas chez quelqu'un, tu enlèves ton manteau ou tu restes habillé ? » La réponse m'est venue spontanée : « Ah ! Non, j'enlève mon manteau, parce qu'il fait chaud. » Et il m'a répondu : « Et bien là tu viens d'entrer chez quelqu'un. Et ça n'est pas très correct de les regarder, eux en habit d'intérieur, toi avec ta moumoute autour des reins ! Conduis-toi dans un Dojo comme si tu étais « en visite chez quelqu'un ». Même chose lorsque tu travailles et qu'une envie te saisit : il serait très incorrect de tout lâcher et partir. Exactement comme quand tu es en compagnie : la moindre des choses est de demander à s'absenter. Si tu dois sortir acheter un paquet de cigarettes, le minimum est de dire où tu vas... Et que tu vas revenir. Tout ça, ce sont des choses qui sont fondamentalement simples. C'est du « savoir-vivre » qu'il faut transposer dans le Dojo. Un exemple de plus, quand j'entre dans un Dojo avec un chapeau ou un bonnet, je fais comme si j'arrivais chez quelqu'un.

C'est une des façons dont j'ai appris l'Étiquette. Petit à petit on m'a dit : « Regarde tes anciens ! » On ne fait pas de cours d'Étiquette au Dojo. Plutôt que de réunir les gens pour leur dire comment se comporter, il vaut mieux leur « montrer » l'Étiquette sur le vif. Il est préférable de dire à un nouveau « Regarde tes Anciens ! », pourquoi ne fais-tu pas la même chose ? On apprend alors l'Étiquette par l'exemple. Il ne fait aucun doute que lorsqu'on voit quelqu'un qui n'a pas une bonne Étiquette, on peut généralement dire : « Son professeur n'a pas une bonne Étiquette ». Adultes ou enfants, c'est pareil. Il est inutile de dire à un enfant : « Tu dois dire merci, etc., dis bonjour au monsieur, etc. ». Si ses parents disent toujours « bonjour et merci », alors un jour, c'est sûr, cet enfant se mettra à dire « bonjour et merci ». Cela lui est transmis, pas enseigné, transmis.

C'est un point important. Par contre, on tombe souvent dans des extrêmes. Des gens qui, tout en n'en ayant rien à fiche, font montre d'une Étiquette qui semble très élaborée, très ésotérique, front jusqu'au sol avec plein de gestes gracieux et recherchés. Moi j'appelle cela « singer ».

Là j'ai une phrase de *Paul VALÉRY* qui m'a énormément frappé. Il parlait de la tradition : « Ce qui est important dans la tradition, ce n'est pas de refaire les mêmes choses que celles qui ont été faites il y a trois cents ans, mais c'est

de retrouver *l'esprit dans lequel elles l'ont été*, et qui aurait sûrement donné autre chose à une autre époque, avec d'autres gens."

C'est cet esprit-là - ce dénominateur commun - qu'il faut retrouver et transposer dans notre contexte. C'est d'ailleurs pour cela que je trouve que l'Étiquette doit rester très souple, tout en étant rigoureuse et sincère.

Si quelqu'un va dans un autre Dojo et qu'on lui demande de mettre son sabre à droite, il ferait une erreur fondamentale de refuser, prétextant que son professeur, lui, fait exactement le contraire. Il ne finirait que par montrer qu'il n'a pas compris le principe d'Étiquette, et qu'il n'est attaché qu'aux gestes, alors que c'est le principe qui est essentiel. Si dans un Dojo on met le sabre d'un côté ou d'un autre, si l'on salue deux ou trois fois plutôt qu'une : il suffit de le faire, un point à la ligne. Le principal est de réaliser l'Étiquette, non pas pour effectuer une suite de gestes, mais pour se mettre dans une ambiance bien définie.

Là on arrive à une partie fondamentale : l'Étiquette est une sorte de *mise en condition psychique*, pour pratiquer quelque chose qui n'a rien à voir avec ce que l'on fait quotidiennement. Cela veut dire pour moi que l'Étiquette a une utilité de *transition* entre les affaires de la vie quotidienne et un travail intime sur soi-même, dans un Dojo. Arriver du dehors, puis de but en blanc sauter dans son keïkogi, prendre un sabre et commencer à faire des "men" (coupes shomen), sans aucun... passage, ou ce que j'appelle une *transition*, ne peut être bon pour un pratiquant. Il faut qu'il y ait une espèce de prise de conscience où l'on monte petit à petit le *volume*. Disons comme avec un transistor, lorsqu'on cherche le bon poste, la bonne fréquence. On va se mettre en seïza en arrivant, puis effectuer des mouvements très précis. Tellement précis, tellement... Ne disons pas compliqués, mais assez variés. Si variés qu'on ne peut les exécuter en pensant à autre chose. Cela fait donc décrocher de ce que l'on a vécu juste avant, durant la journée. Il faut prendre son sabre - par exemple - ranger le sagéo, saluer... Une fois comme ça, puis se retourner, resaluer, reprendre son arme pour la déposer avec précision. Tout cela en pensant à se tenir droit, en pensant à son attitude, son rythme, etc. Dans les faits, il faut penser à effectuer un tas de gestes, chargés d'une foule de détails qui font qu'au bout d'un moment l'esprit est complètement pris par ces choses. Ca suffit pour ce *décrochement*, cette *transition*.

Il y a un autre volet de l'Étiquette qui me paraît important. Je prendrai l'exemple d'une personne qui, n'ayant aucune idée des Arts Martiaux, tombe dans un Dojo durant une leçon, et entend le professeur dire : " Non, pas comme ça, tu ne lui couperas pas le cou... ", ou " Ça, c'est pas assez rapide, tu seras touché et mort avant ! ", ou encore " Si tu veux atteindre sa tête, fais ce pas ainsi ". Ce visiteur ressortira avec l'impression qu'il est tombé dans un groupe de paramilitaires en train d'étudier l'assassinat ! En train d'apprendre à supprimer la vie humaine le plus radicalement et le plus efficacement possible. Je veux souligner par là qu'il ne faut jamais oublier qu'un des volets des techniques martiales est ainsi : tuer l'autre, vite, et avant qu'il ne te tue. En prenant le minimum de risque. Alors, si cela n'était pas emballé richement d'une Étiquette élaborée, cela resterait au niveau des techniques d'assassinat. Maintenant, imaginez quelqu'un qui serait animé de très mauvaises intentions, arrivant dans un Dojo... Là, c'est certain, on va lui donner toutes les

meilleures techniques pour disposer à sa guise de la vie de ses congénères. Il repartira après quelques années, non seulement avec autant de mauvaises intentions, mais armé des techniques qui vont lui permettre de passer à l'acte ! L'Étiquette se pose là en une sorte de barrière... Car quelqu'un qui vient avec de telles idées ne réussira jamais à se plier pendant des années à une Étiquette qui lui demande de respecter son adversaire, de respecter le lieu où il s'entraîne, de respecter un mur..., une photo, une idée, un maître, de respecter, respecter, respecter. Ou bien il va se dégoûter, et partira avant d'être dangereux, ou bien il changera, et le vainqueur sera le Budo, pour le plus grand bien de tous. Dans ce cas-là, toute l'Étiquette est destinée, non pas à humilier, mais à rendre humble, ce qui est très différent. Elle demande à l'élève de prendre conscience de ce qui l'entoure - lieu et gens - d'en prendre soin, comme de ses adversaires, ou de l'Art qu'il pratique. Il apprend à donner et recevoir. On lui demande aussi un grand respect, et il remarque qu'il est lui-même très respecté. Cela déteint sur lui forcément.

**DA** : - A t'entendre, ce serait presque une thérapie pour des personnes qui auraient un problème de violence, comme celle dont tu parles ?

**PK** : - Tout à fait. Après quelque temps, lorsqu'on est débutant surtout, on s'aperçoit que des gens passent des heures et des heures - par exemple - à faire des men (coupes shomen) pour qu'on puisse travailler. Si l'on est un tant soit peu sensible, on s'aperçoit qu'on ressent une espèce de dette envers eux : tu n'as pu étudier que par le temps qu'il t'a donné. On comprend alors certaines choses, tout en se mettant en devoir de faire la même chose pour les suivants .... Qui n'ont pas encore compris.

On apprend à recevoir à un tel point qu'on finit par avoir envie de donner. On finit par savoir recevoir et savoir donner. En recevant une aide, on apprend à accepter cette aide, puis à aider. Tous ces milliers de petites choses de l'Étiquette font que, soit les mauvaises intentions cèdent, soit elles barrent la route à l'aide des autres, donc à l'étude et au savoir.

**DA** : - En quelque sorte, l'Étiquette empêche de rester à un stade de consommateur ?

**PK** : - Et oui. C'est comme ça que je l'ai vécu, que je le conçois, et que je vois mes élèves le vivre. L'évolution ne peut se faire à sens unique. Je pense que celui qui le voudrait autrement, qui viendrait pour apprendre à tuer par exemple, ne supporterait pas longtemps l'ambiance qui règne dans un Dojo digne de ce nom. C'est le principe de l'Étiquette qui est important. Les gestes eux-mêmes sont simplement éducatifs, tout en contenant, pour bon nombre d'entre eux, un sens martial très concret. Ils peuvent changer d'un professeur à l'autre, c'est sans importance.

**DA** : - D'accord, les gestes ne sont pas le plus important... Je ne parviens pourtant pas à croire que, derrière des geste aussi précis, disons plutôt, derrière la précision demandée pour ces gestes, la rigueur, l'ordre des mouvements, il n'y ait pas d'intention, au moins éducative. Certaines sont d'ailleurs assez évidentes...

**PK** : - Absolument, on y apprend l'objet, sa longueur, son équilibre, son poids. C'est évident, tu viens de le dire. Mais il y a encore autre chose : l'éducation martiale. Tu apprends à ne pas laisser tes armes n'importe où, à ne

pas les poser n'importe comment, dans n'importe quelle position. Dans ces simples attentions, on prend conscience de l'objet, comme on l'a dit, de cet objet par rapport à soi, par rapport au lieu. Et implicitement, de soi-même par rapport au lieu et à l'arme. Le principal aspect martial - en relation avec l'époque où on défendait sa vie - c'est : je dois savoir à tout instant *où* et *comment* est posée mon arme. Sous-entendu, je dois pouvoir la récupérer très vite les yeux occupés ailleurs. La lame est là, la poignée posée ainsi, etc.

**DA** : - Lorsque je suis à un passage de l'Étiquette, mais à des moments disons : calmes, sans la tension d'une menace, avec une martialité plus près du protocole que d'un combat, j'ai l'impression de travailler, d'aiguiser quelque chose de plus important. Je m'explique : je pense par exemple à des moments tels que Shi Uchi Kotaï (échange d'armes Jo/Bokken) et de position d'étude (Uchidachi/Shidachi). C'est un instant pacifique, pourtant le cérémonial complexe qui m'est imposé me semble plus lourd que nécessaire et j'ai l'impression que ça n'est pas innocent. Comme si j'allais retrouver les mêmes sensations plus tard, avec d'autres proportions. Qu'en penses-tu ?

**PK** : - Là encore on peut faire la nette différence entre un sport et une discipline martiale. Dans le premier, une fois la performance terminée, on peut se permettre de souffler, de s'assouplir, sautiller sur place, de déclamer ses impressions. Bref de relâcher totalement. Alors que dans le second cas, lorsque tu as terminé un kata, peut-être pris un coup sur les doigts, voire perdu ton arme, que tu as été défait de façon ostensible, lorsque tout le monde a bien vu la victoire de ton adversaire, il ne peut y avoir aucun commentaire. La discipline martiale ne laisse transparaître aucune attitude pouvant suggérer : « Voilà, il est découragé, il cherche des excuses ». Non, il ne peut exister qu'un grand silence au cours duquel les deux protagonistes font preuve du même *Muga Mushin* : ne rien montrer, ni qu'on a été très bon, ni très mauvais. Une juste réserve qui laisse au même niveau d'humilité perdant et gagnant. Aucun n'est porté aux nues, aucun n'est humilié. Demain le résultat sera peut-être inversé, mais cela, c'est vraiment sans importance.

**DA** : - Mais alors, si l'on pouvait introduire ne serait-ce qu'un semblant d'Étiquette dans les stades de football, ou simplement dans la vie, on pourrait parvenir à une certaine harmonie, sans pour autant supprimer les notions de compétition, de victoire ou défaite ? Si l'on reste sur ce raisonnement-là, peu important les techniques ou les activités, c'est l'Étiquette qui est utile, qui influe sur l'esprit ?

**PK** : - Les techniques d'armes ou à mains nues, les études de déplacements ne sortent pas souvent des Dojos, ne s'emmènent pas automatiquement au dehors. On peut bien sûr adopter certaines attitudes, éventuellement, dans la rue, si une voiture fait un écart et qu'il faut exécuter le bon déplacement, au bon moment, instantanément, cela peut servir. Mais à 99 %, la pratique technique concrète d'un Art Martial ne nous est d'aucun secours dans la vie quotidienne. Par contre, l'Étiquette est la seule partie qu'on peut emmener. Je veux parler des qualités et des réflexes qu'elle apprend. Cela, tu peux même le pratiquer toute la journée. C'est pour ceci qu'il faut y apporter beaucoup d'attention. Cela peut vraiment changer une portion de ta vie, de ta relation avec

les autres, chez eux, au travail, n'importe où. C'est souvent à cause de ça qu'on reconnaît et apprécie les gens qui pratiquent sérieusement les Budo.

**DA** : - As-tu déjà été confronté, comme professeur, à des réfractaires à l'Étiquette ?

**PK** : - Oh oui ! Là aussi j'ai dû faire mon chemin. Je dois avouer qu'au début j'ai pratiqué tout simplement l'exclusion. Pendant des années en fait. Quelqu'un ne voulait pas suivre l'Étiquette ? C'était « Pfffft, dehors tout de suite ! ». Je me souviens d'ailleurs de mes dernières défaites - parce que cela a été pour moi de vraies défaites - alors que j'enseignais le Judo. Je demandais aux pratiquants de ne pas porter de tee-shirt sous leur judogi. Je répondais à ceux qui renâclaient que s'ils avaient froid, ils n'avaient qu'à travailler un peu plus fort, et que la chaleur viendrait ! « Enlevez-moi immédiatement ce tee-shirt s'il vous plaît. ». Un jour un pratiquant m'a dit : « Non, moi je le garde pour transpirer un peu plus ». J'ai alors arrêté le cours. Je me suis mis en Seïza et j'ai dit : « On continuera lorsque cette personne aura ôté son tee-shirt ». C'était une manière de mettre sur lui la pression d'une cinquantaine de personnes pour qu'il cède. Cela a dû être psychologiquement trop dur, puisqu'il s'est levé, a quitté le tatami et n'est jamais revenu. A cet instant, j'ai senti que, bien que n'ayant pas cédé, je n'avais pas remporté de victoire, loin de là : Non seulement j'avais perdu un élève, mais en plus j'avais usé d'une mauvaise arme : l'exclusion. Cela a été la dernière fois. Je me suis dit qu'il devait certainement exister une autre solution, et depuis - cela fait tout de même une dizaine d'années - j'ai choisi de laisser faire. Je me limite à proposer à l'élève de faire selon l'Étiquette. S'il ne comprend pas tout de suite, ou qu'il dit qu'il ne voit pas de raison à saluer, ou se prosterner, je laisse faire et continue le cours comme si rien ne s'était passé. Dans la plupart des cas, l'élève s'apercevra tôt ou tard qu'il a un comportement différent du groupe. Alors, soit il refuse de s'intégrer et s'en va de lui-même, soit après quelques efforts, il a le plaisir de constater par lui-même qu'il est devenu membre du groupe. Quoi qu'il en soit, c'est lui qui décide. Et il a le temps (moi aussi d'ailleurs !).

Tout dernièrement, j'ai vu arriver un débutant disons... très spécial. Du genre à quitter le cours pour aller se balader dans la nature, en montagne, puis revenir s'asseoir à côté du professeur pour commenter sa démonstration. Bref, il était surtout debout quand les autres étaient assis, parlait quand les autres se taisaient... Et inversement ! Mieux encore, lors d'un examen, il s'est installé juste derrière la table du jury pour applaudir et encourager très fort les candidats. Une attitude somme toute assez dérangeante. Cela se serait produit voici dix ans, je l'aurais certainement ligoté, bâillonné et attaché à un poteau (!!??) ou plus sérieusement, disons que j'aurais essayé de le mettre au pli, peut-être de force, par autorité. Les événements dont je parle se produisaient il y a un an et demi environ. J'ai complètement laissé faire. J'ai même rigolé à certains moments de ses commentaires, je lui ai accordé toute attention, en public, alors qu'il était l'élément perturbateur. Au fond, je dois dire que dans son comportement, il relativisait en quelque sorte ce que faisaient les autres... Je veux dire que, dans un groupe, si chacun fait la même chose, on arrive à perdre la notion juste de ce que l'on fait lorsqu'il y a un élément qui marque une grande différence, un décalage, on parvient à reprendre un

recul, à retrouver un peu de distance par comparaison. Aujourd'hui cette personne s'est - elle-même - totalement intégrée, sans douleurs ni commentaires. J'ai bien vu quelques visages réprobateurs au début. Les gens se disaient : « Pourquoi laisse-t-il faire ? On perd du temps... ça n'est pas normal, si c'était moi, j'aurais droit à une réflexion... etc. »

Je l'ai senti, mais ils ont eu la pudeur de ne pas l'exprimer. Aujourd'hui, ces gens reconnaissent que cela a porté ses fruits sans qu'il y ait eu une quelconque pression. En bref, je suis aujourd'hui absolument contre l'exclusion. C'est une mauvaise solution de facilité. En fait, ça n'est pas une solution, tout simplement. Dans la vie, quand un problème nous embête, on ne peut pas le résoudre en le mettant de côté : il restera encore à le résoudre. Si la solution n'est pas évidente, il faut faire avec, et petit à petit, faire évoluer, changer, les choses ou les gens.

**DA** : - Sans changer de sujet, changeons d'horizon : comment les Japonais approchent-ils l'Étiquette, comment la vivent-ils, sachant qu'elle fait partie de leur culture, alors que pour nous c'est un peu exotique ? Quelle est leur réaction lorsqu'ils nous voient l'exécuter ?

**PK** : - D'abord, lorsque l'Étiquette est si peu naturelle qu'elle semble mimée par un étranger : cela les fait rire, c'est sûr ! Par contre, s'ils ont un gros avantage sur nous du fait qu'elle est en partie naturelle et spontanée, ils ont un énorme inconvénient : ils sont beaucoup moins conscients de ce qu'ils font. Un Japonais peut par exemple accomplir un ensemble de gestes d'Étiquette à la perfection, un vrai sans faute, et faire une immense bourde, une erreur fondamentale de respect ou de protocole, suivant la circonstance, parce qu'il n'est pas présent dans ce qu'il fait.

**DA** : - Après ce que l'on a dit des côté éducatifs, de la concentration, la transition, bref, tout ce qu'apporte l'Étiquette, les Japonais doivent passer à côté de beaucoup d'avantages, beaucoup d'enrichissement, ils doivent moins en profiter ?

**PK** : - Sans doute un peu moins. Enfin disons qu'il n'y a pas ce choc de conscience, certaines attitudes sont machinales, non ou peu vécues.

**DA** : - Mais l'Étiquette est-elle mieux respectée dans les Dojo japonais ?

**PK** : - D'une manière générale, nous sommes beaucoup plus concernés, donc plus conscients de l'Étiquette ici qu'au Japon. Là-bas j'ai vu beaucoup d'erreurs et des erreurs bizarres : des gens fument dans les Dojo, boivent le thé, discutent tranquillement... En même temps, cela a une deuxième facette qui peut paraître sympathique, ils vivent de façon complètement naturelle dans un Dojo. Ils y sont comme chez eux. Encore une notion qui est intégrée à leur vie quotidienne. Nous, au contraire par manque de naturel, on se sent un peu trop comme dans une église ! On fait souvent des simagrées. Il nous faudrait trouver le juste milieu.

**DA** : - Cela vient peut-être aussi du fait que l'architecture des Dojo chez nous est celle des salles de sport, quasiment toujours bâtis sur des sites éloignés des habitations. Au Japon, certains Dojo sont des parties de maison, ou sont parmi les maisons ?

**PK** : - Disons que pour un Japonais, un Dojo est souvent un lieu très banal. En Occident, on a les deux extrêmes : soit les gens s'y comportent comme dans une cathédrale, soit comme dans un stade de football.

**DA** : - Avec cette modification d'appréciation du lieu, l'Étiquette des Arts Martiaux « importés » a dû forcément évoluer ? Depuis le temps que tu pratiques, tu as dû la vivre cette évolution, peut-être même en être un des acteurs, de par tes responsabilités au sein d'une fédération ?

**PK** : - Bien sûr. Mais sans aller si loin, je suis absolument certain que dans mon club même, en dix-huit années, l'Étiquette a dû changer. Dans les formes d'abord, pour l'essentiel. Elles sont l'expression immédiate du changement. Comme en tout, pour trouver l'essence d'une chose, il faut passer par la forme. Forme que l'on répète inlassablement, que l'on remplit petit à petit. Pour l'Étiquette c'est pareil. Au début, on ne peut tout comprendre. Un jour, il y a un déclic, on s'aperçoit qu'on a avancé dans cette compréhension.

**DA** : - Ces changements ont-ils perturbé tes élèves ?

**PK** : - Oui... Mais comme je n'impose pas et que je montre l'exemple, les gens se sont adaptés. De cours en cours, ils se sont certainement dit : « Tiens on va faire comme le prof ». Même les autres sections comme le Judo se mettent au diapason. Un jour, par exemple, j'avais posé une question au professeur des enfants, qui, son cours fini s'asseyait face aux petits, fesses au shomen ! Ils les saluait et puis... plus rien. Je lui avais demandé pourquoi il faisait ainsi, en ajoutant qu'ailleurs on faisait autrement. Rien de plus. Surtout pas « il faut » ou « tu dois », mais « tu peux... ». Une ou deux semaines après, je l'ai vu terminer avec les saluts traditionnels, sans aucune réaction des élèves. Ce sont vraiment des choses qui, une fois expliquées, passent facilement.

**DA** : - Alors pourquoi tant de laisser-aller en Judo ou Karaté par exemple ?

**PK** : - Oh ! C'est tout simple : je pense que c'est l'accent inadéquat qui est mis sur la compétition. Quand on fait appel aux gens pour qu'ils gagnent à tous prix une médaille, on leur demande une finalité humainement négative. On les pousse à être plus fort qu'un autre être humain. Cette finalité n'est pas enrichissante, hors l'aspect financier. Ceci dit, je crois profondément en la compétition. Elle seule peut forger l'esprit du pratiquant dans les disciplines modernes, en portant l'intensité d'une technique à son paroxysme... Mais elle ne doit surtout pas être une fin en soi. La seule finalité véritablement enrichissante pour un homme est d'être le plus souvent possible plus fort que lui-même. En fait, être plus fort que tel ou tel est sûrement momentané. Peut-être l'autre a-t-il été malade dernièrement, est-il plus vieux. Sa vie est-elle plus dure, travaille-t-il dix heures par jour, alors que je m'entraîne. Cette notion de meilleur à trouver, c'est un peu revenir à déterminer le mieux de la poire ou de la pomme : ça n'est que subjectif.

Bien sûr un combat a lieu, souvent intéressant. La compétition est nécessaire, pourtant cette nécessité doit se limiter à être un outil de la motivation en vue de se dépasser. Si cela devient le seul objectif, on perd l'intérêt de l'art martial. Ce qui est malheureusement le cas de nombreux Dojo. On y attire de plus en plus de gens qui finissent par se dire : « Si je suis le plus fort, personne ne

peut plus rien contre moi. Tant que je *plante*, personne ne me dira ce que j'ai à faire ».

Dans ce cas de figure extrême, non seulement l'Étiquette a moins d'importance, mais elle perd tout sens, elle cesse d'exister autrement que sous forme de vagues simagrées. Comment veux-tu qu'un professeur demande à un élève d'en saluer un autre, alors qu'il l'autorise à se considérer comme supérieur à lui ? Il suffit de regarder les championnats. Lorsque quelqu'un gagne, tantôt il fait un bras d'honneur, tantôt il met presque son pied sur celui qu'il vient de battre. Quand il n'appelle pas lui-même les acclamations du public. On imagine le résultat sur un public d'enfants ! Cela ne peut conduire à une efficace prise de conscience de l'Étiquette. Il existe pourtant des cas, comme le Sumo, où des gens qui, après avoir gagné des finales importantes à l'aide d'un superbe mouvement, retournent modestement à leur place s'accroupir tête baissée, en attendant l'annonce de l'arbitre et l'enveloppe qu'il leur tend pour leur victoire. Après un simple signe pour dire merci, ils retournent s'asseoir sans réclamer quoi que ce soit au public. Une leçon d'humilité. Un véritable exemple de dignité, de distance par rapport aux notions de victoire ou défaite. Je n'ai jamais vu un signe de manque de contrôle chez un Sumotori. Ni bonds de joie, ni réaction d'humeur, en tout cas en public. Alors que souvent de telles victoires couronnent un vie d'exercices très dure. Voilà, c'est pourtant un sport de compétition ou d'énormes sommes d'argent sont en jeu. Sans doute une exception et ça n'est peut-être pas un hasard non plus si c'est au Japon.

**DA** : - En Kendo, comment cela se passe-t-il ?

**PK** : - Là aussi l'Étiquette est encore bien respectée, même lors de grands championnats. Disons que, par le fait que la Kendo soit un sport dérivé de l'arme principale du Japon, le Katana, il y a presque mille ans d'histoire derrière ! Un tel poids, je pense, renforce la tradition et l'Étiquette avec.

**DA** : - Tu parlais de Judo en Europe tout à l'heure. Mais au Japon, où en est l'Étiquette dans les clubs ?

**PK** : - Cela commence vraiment à dégénérer. Ils ont pris les défauts occidentaux, alors que ça n'était pas le cas. On voit des gens qui sautent de joie à l'issue de combats, alors qu'au point de vue Étiquette, rien n'est plus humiliant pour un adversaire vaincu. Ce geste manque de dignité, et n'a martialement aucun sens, aucune valeur.

Le Japon reste toutefois plus respectueux du Reï Shiki que nous.

**DA** : - Que penses-tu du fait que les vieux livres d'Aïkido, par exemple, n'abordaient pas du tout l'Étiquette, alors qu'en s'approchant de nous, ce sujet est de plus en plus traité ?

**PK** : - Il y a certainement des raisons à cela. A mon sens elles n'ont rien à voir avec le Budo. D'abord, dans le passé, elle était omniprésente, il était par conséquent inutile de l'enseigner puisqu'elle allait d'elle-même. L'Aïkido, comme les autres disciplines étaient à quatre-vingts pour cent au Japon. Les informations, ainsi que les exemples qui en venaient, étaient naturellement chargés d'Étiquette. Par la suite ces disciplines se sont exportées vers des cultures où le cérémonial était étranger : il a fallu mettre l'accent dessus.

**DA** : - J'accepte ces arguments pour la période de transition, entre il y a trente ans et il y a dix ans, des années soixante aux années quatre-vingts. Mais j'ai aussi senti que l'Étiquette était de plus en plus rappelée à l'ordre ces cinq dernières années par exemple, lors de stages, et tout dernièrement lors d'exams. J'ai du mal à voir l'influence dont tu parles dans ces cas. De plus, je ne ressens pas ce retour à l'Étiquette comme un unique besoin des Maîtres et professeurs, mais aussi comme une attente des élèves. Un peu comme s'il leur manquait une pièce importante du puzzle, sur le tatami ou dans la vie ?

**PK** : - Comment dire... Je crois qu'on vit dans un monde beaucoup plus violent qu'avant. On a, je pense par réaction, besoin de ce no man's land dont l'Étiquette nous entoure. Il suffit de regarder comment on vivait voici trente ans. On pouvait laisser une porte ouverte. On ne se souciait pas de son vélo, de sa voiture, les vols étaient beaucoup plus rares. Aujourd'hui la violence est omniprésente. Je pense que la façon dont nous avons vécu ces dernières années n'est pas la bonne. Cela a donné des générations avec un clivage plus important entre ceux qui ont et ceux qui n'ont pas. Ces derniers étaient aussi plus nombreux et faisaient preuve de solidarité. Aujourd'hui, ceux qui n'ont pas se servent ! Partout, y compris chez d'autres qui n'ont pas plus qu'eux, voire moins. Il ne faut pas oublier non plus que nous sommes quelques milliards de plus sur terre. Les grands mouvements de population sont très récents. Les équilibres étaient en partie dus à l'homogénéité des populations. Quand mouvement il y avait, c'était sur des dizaines d'années. Aujourd'hui tout est bouleversé : démographie, culture, richesses. Des incompréhensions en découlent, apportant insatisfaction, et toutes les violences et l'insécurité qu'on sait.

En y réfléchissant, l'Étiquette a aussi des côtés sécurisants. Aujourd'hui, deux personnes ont un différent. L'un attaque et met l'autre par terre, l'un gagne et l'autre perd, schéma classique. Imagine que l'un se lève et dise « OK, puisqu'il n'y a pas d'autre issue que d'en venir aux mains, allons-y » et qu'il le salue ! Cela changerait complètement la situation. Le combat n'aurait peut-être pas lieu. C'est ce qu'on appelait voici trente ans un combat à la loyale, un duel sur pré. Cela paraît démodé, pourtant ces gens s'engageaient vraiment, étaient très courageux. Maintenant le manque de respect n'appelle plus de sanction. Je ne suis pas sociologue, et je ne comprends pas tous les problèmes de la société. Mais comme je le sens, cela pourrait aller très loin. En tout cas, ce dont je suis certain, c'est que l'on n'est pas en train d'aller dans la bonne direction.

**DA** : - Cette demande semble pourtant rassurante, du moins ce renouveau d'intérêt pour l'Étiquette ?

**PK** : - Oui mais là, deux problèmes persistent : premièrement on parle de pratiquants d'arts martiaux ou de Budo, qui sont une infime partie de la population. Deuxièmement, le fait qu'ils aient besoin de leçons pour apprendre l'Étiquette donne une idée de l'ampleur du problème. La société ne transmet presque plus rien, même - ou surtout - à travers la télé. On n'a plus la patience d'apprendre en regardant. On vient d'abord pour prendre. De donner il n'est pas question. On confond *donner* et *payer*... C'est là que je vois le plus négatif du changement. J'ai connu cette époque où le débutant venait d'abord donner. Lorsque je suis arrivé au Japon, je venais d'obtenir mon premier Dan de Judo en Suisse. J'ai fait très peu de Judo à l'Université de Meiji, mais le

peu que j'ai fait, je n'avais pas droit aux mouvements. Seulement les chutes, puis balayer le Dojo avant et après les cours, puis aller frotter le dos des Sempaï. C'était à peu près pareil pour les disciplines plus anciennes. En Jodo, nous devions passer à la serpillière le Dojo avant et après. Il y avait dans l'enseignement une espèce de prise de conscience du débutant, qui finissait par se dire « Voilà, je donne... ». On ne pouvait se comporter au Dojo comme au supermarché. Attendre une technique, l'exiger bien entendu : « J'ai payé ma cotisation, alors j'attends ! ». Ensuite, une fois la technique apprise on peut s'en aller, content d'être sans dette et sans créance.

Je dois dire que cela se fait aujourd'hui car les professeurs l'ont bien accepté. On ne peut plus aller contre, mais on aurait pu. J'estime même que l'on peut lutter contre cet état de fait en instituant une Étiquette. De toute façon, les débutants s'apercevront que donner est plus enrichissant que de recevoir. Mais ça, on ne peut le savoir ou le croire qu'après avoir donné.

**DA** : - Un débutant arrive. Tu veux lui expliquer l'Étiquette en quelques phrases, sans forcément chercher à le convaincre. Disons lui tracer un plan pour qu'il l'aborde par la bonne porte. Que lui dirais-tu ?

**PK** :- J'irais voir avec lui comment il a mis ses savates. C'est en général très intéressant, car cela reflète l'état d'esprit avec lequel il monte sur le tatami. En mettant le doigt sur cet instant, cela risque de changer tout le reste. Plutôt que de le laisser entrer n'importe comment, et commencer à travailler sur une technique où il ne va pas respecter son adversaire. Je vais simplement lui faire prendre conscience qu'il entre sur le tapis « comme dans un bistrot », sans saluer, en jetant ses savates. « Si tu n'as pas appris, ça n'est pas grave. Voilà comment tu peux faire... » ou alors « Tu peux faire aussi de cette façon... Puis comme ça aussi » etc.

Surtout pas « Tu dois ! ». Il faut faire en sorte, non pas qu'il m'imité, mais qu'il s'approprie l'Étiquette, qu'il sente ce qui lui convient.

**DA** : - As-tu l'impression au cours de ta pratique martiale d'appliquer une Étiquette ? En d'autres termes, après toutes ces années, ressens-tu encore les moments différenciant tes techniques de ton Étiquette ?

**PK** : - Idéalement, il ne devrait même plus y avoir de coupure entre le Dojo et l'extérieur... Ou alors que cela ne se voie pas. Un type qui singe l'Étiquette en dehors du Dojo, cela se voit tout de suite.. Il a d'ailleurs l'air un peu débile ! En fait, pratique comme Étiquette demandent tellement d'être édulcorées, qu'elles aboutissent idéalement à être intégrées, à se pratiquer automatiquement, à s'enchaîner, à se superposer.

**DA** : - As-tu le sentiment que l'Étiquette t'apporte encore quelque chose aujourd'hui ?

**PK** : - Ce qu'elle m'a apporté, et m'apporte encore, c'est une meilleure prise de conscience de mon environnement. J'ai deux ou trois gros sacs, par exemple. Je les pose et m'aperçois qu'ils bloquent complètement un passage fréquenté. C'est un manque à l'Étiquette de ma part. Je le fais beaucoup moins qu'avant. Ou alors, lorsque j'arrive dans un groupe inconnu, j'essaie d'avoir une place sobre et neutre, si possible humble. Je m'assieds en dernier de manière à voir où s'asseyent les autres. J'adresse la parole aux gens sans

les agresser, sans les couper. Il existe un tas de choses auxquelles je suis beaucoup plus sensible.

**DA** : - Donc, en plus de t'éduquer martialement parlant, cela a développé ta sensibilité et ton écoute des autres ?

**PK** : - Voilà, comme on apprend à s'écouter, on apprend à écouter les autres avec peut-être plus de tolérance ...

Je pense que cela va très loin. Toujours en partant de l'idée que l'Étiquette est la seule chose qu'on peut exporter intégralement et pratiquer en permanence : si tu as trente ans de Budo, ça fait trente ans que tu pratiques « Étiquette », alors que tu es loin d'avoir fait *Shomen Uchi* pendant trente années !

**DA** : - Quand je m'approche armé, à pas mesurés, d'un partenaire, c'est plus fort que moi, j'ai la sensation d'apprendre à mimer un animal, un chat par exemple. Au contraire, pour manipuler mon Bokken, mon Jo... Ou même rien du tout dans le cas de l'Aïkido, cela est fondamentalement nouveau et je dois « apprendre ». N'as-tu pas l'impression qu'étudier l'Étiquette ne consiste en grande partie qu'à retrouver ou réveiller des choses - fonction, sensibilité, réflexe, etc. - qu'on a en nous ?

**PK** : - Je suis d'accord, mais pas directement sous cette forme, car je ne crois pas que ce soit ce que l'on recherche. Mais qu'on finisse par le retrouver parmi les restes : ça oui ! Si c'était le but de départ, cela signifierait qu'on SAIT. Je pense qu'on finit simplement par s'apercevoir que notre *cerveau archaïque* se remet en mouvement, alors que notre *néocortex* laisse faire. C'est un peu le contraire de ce que l'on nous pousse à faire dans la vie. À l'école, on nous pousse surtout à « raisonner », à être « logique », à surtout faire fonctionner notre *néocortex*. Extrêmement rarement, et souvent en situation négative, notre *cerveau archaïque* est autorisé à intervenir. Je pense que les Arts Martiaux savent et peuvent le remettre en surface, et c'est très important. On le sent, ne serait-ce que dans des situations extrêmes de stress, de conflit ou autre. Pour des choses vieilles comme le monde : une femme en situation d'accouchement par exemple. Ce genre de circonstances dépassent l'entendement, la logique, le connu ou l'appris. Là, il n'y a plus qu'une partie du cerveau qui est apte à prendre naturellement le dessus. Même chose en cas de grande peur avec la réaction d'adrénaline.

**DA** : - J'ai entendu dire que l'Étiquette nous aidait à ne garder que le bon côté de cette réaction d'adrénaline : l'*énergie* de l'émotion, tout en évacuant la panique. Comme si le cerveau fonctionnait sur deux niveaux : un primaire pour les gestes, les réflexes, et un secondaire pour la vision claire... Comme l'accidenté de la route qui vit son accident au ralenti ?

**PK** : - Une des principales forces de l'Étiquette est qu'elle nous encourage à nous observer. Sortir de nous-mêmes pour nous observer par rapport aux lieux, aux gens et aux situations qui nous entourent : où est-ce que je me trouve ? face à qui ? où est le Kamiza ? comment suis-je habillé - débrillé ? au fond : mon image, ma position et mon état d'esprit correspondent-ils à ce que je désire montrer ?

Cette quête d'observation systématique devient peut-être un réflexe qui déclenche un dédoublement en période critique.

**DA** : - La notion importante en Budo qu'est Ma-ai, la distance harmonieuse, l'harmonie de distance entre des partenaires, etc., me semble aussi présente à chaque exécution de l'Étiquette, j'aurais pu dire chaque seconde, qu'en penses-tu ?

**PK** : - C'est vrai que c'est là dès le début. De plus, on peut le comprendre facilement, on en souffre partout dans la vie quotidienne. Quelqu'un qui te parle de très près manque d'Étiquette. Il y a un Ma-ai à respecter. Les animaux par exemple le savent mieux que nous, essaie d'approcher un animal sauvage, c'est un véritable cérémonial ! En Budo cela marche ensemble dès la première seconde. Si tu es à vingt-cinq mètres, ton salut n'a pas le même sens. Si tu es à un mètre, martialement... Cela ne devrait plus être la peine de saluer ! Tu peux retrouver cela dans les serremments de mains. Certains t'attirent à eux, d'autres te broient les doigts ou sont tout mous. Des gens s'approchent de côté, comme pour la photo, d'autres te tapent fort sur l'épaule : le nombre possible de messages est énorme. C'est encore pire si tu lis entre les lignes. C'est très très intéressant. Là tu sens que, si la forme s'attache à une culture, le fond est universel.

**DA** : Je terminerai par deux questions d'ordre plus pratique. La première : En Aïkido, il est d'usage de quitter ses zori tout en montant sur le tatami en reculant. Ce n'est pas tant le geste des chaussures qui me chiffonne, bien qu'on m'ait dit qu'on les mettait ainsi « pour pouvoir repartir plus vite ! », mais plutôt le fait d'entrer *de dos* sur un lieu d'exercice, peut-être peuplé de partenaires à qui je dois un certain respect... quelle peut être l'origine de cette pratique ?

**PK** : - Retourner les chaussures est une tradition qui n'a rien à voir avec les arts martiaux. On entre dans une maison, on ôte ses chaussures et on les met dans le sens de la sortie. C'est une coutume, une habitude qui s'est propagée jusque dans les Dojo. Peut-être y a-t-il un côté effectivement martial que de les avoir dans le sens du départ. Quant à entrer en reculant, cela dépend du côté où tu entres. Par le shimoza en montrant tes fesses au shomen, c'est sûrement une faute ! En fait, il ne s'agit que de poser un seul pied en reculant, on peut se tourner pour le second, et avoir du même coup ses chaussures dans le bon sens. On fait souvent ainsi dans les maisons japonaises, pour ne pas avoir à toucher aux chaussures parfois sales. En plus les habitations étant rarement de plain-pied, il y a toujours une petite marche sur laquelle on peut s'asseoir pour se déchausser, alors dos à la maison. De là on se retourne pour saluer comme on le fait pour le tatami. Je crois qu'il n'y a rien d'ésotérique là-dedans. Plutôt un mélange de coutume japonaise, d'Étiquette martiale et de déformation moderne.

**DA** : - Dernière question : Quelle différence y a-t-il entre les traductions *Tachi Reï* et *Ritsu Reï* de « salut debout » ?

**PK** : - Je pense que la traduction correcte est *Ritsu Reï*. Ces deux mots ont des origine sino-japonaises et sont associés de préférence. *Tachi*, qui veut dire debout comme *Ritsu*, est complètement japonais. On peut l'associer à d'autres mots japonais d'origine : *Tachi Waza*, *Tachi Iai*, etc. Mais mélanger *Ritsu & Waza* ou *Tachi & Reï* est moins juste et sans objet, dans la mesure où le bon terme existe. Il n'y a donc pas de différence, sinon que *RITSU REI* est plus correct.

Réalisé le 13 Mai 1994, aux Îles de Lérins



## MALCOM TIKI SHEWAN

Né le 19 Mai 1951 à Sommerville dans le New Jersey (USA). Dès 6 ans, il commence la pratique de l'escrime. A 10 ans, il a comme professeur un des plus grands experts européens, Maître Frédéric RHODES. Il est initié à 17 ans à la pratique du laïdo par Maître OTANI YOSHITERU, qui enseigne Tenshin Sho Jigen Ryu et Muso Shinden Ryu.

A 18 ans ses études l'amènent en Europe où il continue l'escrime à Oxford, sous la direction de Maître Bela IMREGY. Il poursuit toutefois le laïdo au Dojo de Maître OTANI, à chacun de ses retours aux États-Unis. A 19 ans, à Lausanne pour ses études, il commence l'Aïkido, et fait connaissance quelques temps après de Maître TAMURA. Il orientera alors toute son étude martiale exclusivement vers les Budo. En 1975, Maître OTANI lui fait rencontrer Maître MITSUZUKA avec lequel il étudie le laïdo. L'approfondissement de ses connaissances du laïdo et de la pratique du Ken se feront au contact de Maître NAKAZANO et TAMURA.

Sur un plan conjoint, Malcolm TIKI SHEWAN a de longue date été passionné par l'histoire, la fabrication et l'esthétique des armes, notamment des armes japonaises. Au-delà de ce qu'a pu lui inculquer son père, collectionneur averti très érudit, il suit tout d'abord les cours de Maître USUI, expert en sabre japonais (Nippon-To), puis il apprend les techniques de forge et de polissage du Nippon-To, en Europe puis au Japon, avec Maître WAKITA RYOSUI SHISSHO. Ce voyage au Japon lui a aussi permis de nombreuses visites dans les écoles de sabres. On peut enfin citer d'autres experts internationalement connus qu'il a côtoyés et qui ont influencé sa pratique tels que Maître KAMINODA et Maître OTAKE (Katori Shinto Ryu), sans oublier le regretté Maître DONN F. DRAEGER, dont il fut l'ami.

Malcolm Tiki Shewan, demeurant aujourd'hui dans le Sud-Est de la France, est *Assistant Technique National de la Fédération Française d'Aïkido et Budo*, ainsi que *Conseiller technique de la Fédération Européenne de laïdo (Muso Shinden Ryu)*.

**DA** : - Par rapport à la manière dont tu l'as vécu, comment vois-tu tes élèves assimiler l'Étiquette, puis l'appliquer dans les Dojo ?

**Malcolm Tiki SHEWAN** : - Je n'ai rien remarqué de particulier ou de réellement différent d'hier. Tout le problème réside dans l'idée avec laquelle on l'approche, ou on l'associe au départ. Prends l'exemple de la chute. Même bien contrôlée, bien roulée, c'est une chose qui, dans notre vision généralement pétrie de Judéo-christianisme, n'a rien de bien ou de glorieux. C'est même plutôt négatif et synonyme de défaite. On impose alors inconsciemment ce qui sont nos propres *a priori*, nos idées préconçues, pour donner un sens à un mot. Pour finir, on arrive à croire qu'on en connaît la signification profonde ! Au bout du compte, cela finit par influencer l'acte, la chute elle-même, dès l'apprentissage. Si je te dis le mot... *Charpente* - par exemple - tu te dis tout de suite : « Ah oui, je sais ce que c'est ! ». Vas donc voir un compagnon charpentier et demande-lui ce que cela évoque pour lui. Tu te rendras compte de la bêtise de ta réponse, ou du moins que ton « je sais » ne veut pas dire la même chose que le sien, simplement parce que vous avez des *a priori* qui vous sont propres.

Et tout le problème est là. Dans le cas de Reï Shiki, on a appris que cela voulait dire la Politesse, le Cérémonial, l'Étiquette. Avec des mots pareils, les gens se disent « Ah oui, je sais ce que c'est ! ». Cela réveille évidemment des résidus d'expériences vécues - « Tiens-toi droit ! Dis bonjour à la Dame ! Dis merci ! Tes coudes sur la table ! Dis au revoir au Monsieur... » - et influence ainsi notre manière d'apprendre ou d'appliquer Reï Shiki.

Je pense qu'à l'origine les deux sont issus d'un même fond. Cette éducation très mécanique appliquée aux gamins - sur tout le monde d'ailleurs - n'a pas forcément les mêmes effets d'une société à l'autre. En plus, certaines choses sont *polies et raffinées* dans une société, vulgaires dans une autre...

Vis-à-vis des arts martiaux, il serait peut-être souhaitable de tout mettre sur la table pour prendre du recul. Je suis convaincu que la notion de Reï Shiki, d'une part au plan universel, d'autre part dans le Budo, enfin et plus simplement sur le plan humain, doit de temps en temps être remise en question, et dans ces termes : « Est-ce que je reconnais quelque chose dans tout cela ? ». Il est très important de réaliser que dans un système d'Arts Martiaux, il a été incorporé une politesse qui visait une société où tout le monde était armé ; où le potentiel de voir une arme dégainée devant soi à tout moment était une réalité, tout comme d'en mourir. C'était une dure et quotidienne éventualité !

Aujourd'hui, quelqu'un vous fait une queue de poisson sur la route, vous sortez à la rigueur de votre auto pour lui faire un geste du style *bras d'honneur* et lui envoyer quelques injures bien senties. Cela en restera là dans quatre-vingt-dix-neuf pour cent des cas. Tandis que dans une société armée - et c'est un drôle de paradoxe - le danger accru rendait nécessaire une grande clarté des intentions de chacun, limitant les échanges soit à une déclaration - qui pouvait engager loin... - soit au mutisme prudent. En tout cas, chaque relation devait avoir en préalable une *ouverture* claire. Tu trouves donc souvent une politesse plus poussée, une étiquette plus riche et plus complexe dans les sociétés armées. Il y a des sous-entendus qui s'expriment non par la parole, mais par le geste. Cela se retrouve dans d'autres sociétés : prends exemple des cow-boys du Far-West au siècle dernier : les armes étaient présentes, ils

fallait les poser de temps en temps, sur la table pour jouer aux cartes, ou à l'entrée de certains lieux par exemple. A de telles époques, le manque de respect avait des conséquences. D'un autre côté, une simple poignée de main, même sans témoin, scellait un accord, plus que n'importe quel contrat d'aujourd'hui. Il faut donc replacer cela dans le contexte de l'époque en tenant compte de ces différences.

Il faut aussi savoir que dès l'instant où Reï Shiki permet d'exprimer - on l'espère avec clarté - ses intentions, il devient un moyen, le meilleur peut-être, de « Self défense ». Si tu le pratiques correctement, il y a peu de chance dans l'absolu, d'en arriver à être exposé à une attaque, et de devoir y *rendre raison* en participant au conflit. Reï Shiki devient le moyen de transformer tout ce qui est violent et agressif, en une situation où ta distance, ton attitude, ton état, permet encore de maintenir le plus longtemps possible une communication.

Quand cela échoue et, à ce moment-là seulement, l'être humain *jette le gant* et dit : « Que le meilleur gagne ! » .

**DA** : - Peut-on dire, par exemple, qu'à cet instant, où le conflit est inéluctable, le respect du Reï Shiki t'a permis de conserver ou d'adopter la position la plus favorable, physiquement et mentalement ?

**MTS** : - Bon... Cela peut y contribuer, mais il ne faut pas confondre Étiquette et *stratégie* correcte ! Il ne faut pas tout mettre dans le Reï Shiki : Quand il y a un conflit, je crois qu'on balance tout par la fenêtre : il y a un gagnant, un perdant, souvent un mort et un vivant, un point c'est tout.

**DA** : - Pourtant, Reï Shiki parle de distances, de regards, d'orientation, de vigilance, et ce avant même un quelconque rapport. Si ça n'est pas la stratégie même du conflit ou le plan de la bataille, ça ressemble - pardonne l'image - au papier et au crayon pour dessiner ce plan.

**MTS** : - Oui, mais c'est avant. Par exemple, tu montes sur le tapis, tu marches devant les gens alignés en seiza (à genoux). Tu crées alors une situation où tu donnes à autrui la responsabilité de ne rien faire. C'est une provocation insultante si tu l'as fait exprès. Toute la société japonaise fonctionne encore aujourd'hui sur l'idée de *ne pas déranger l'autre*. De là et jusque là, ta liberté est totale. Maître TAMURA utilise souvent cette expression « ne pas déranger... ». Il traduit et utilise une notion sociale importante, pour expliquer un principe technique non moins important. Et pour ne pas déranger, ne donne pas l'occasion à l'autre de résister contre tes propres actions. Dans cet esprit, Reï Shiki signifie que tu dois prendre tes propres responsabilités parmi les autres, sans vouloir les leur faire partager de force. J'ai des tas d'exemples : dans un cours de laïdo, quelqu'un prend un sabre et le dégaine devant ton nez. Dans un contexte ancien, c'est intolérable. Aujourd'hui, tu sais que c'est par ignorance. Il n'a pas réfléchi à ce que cela signifie. Tout de suite après, tu l'emmènes dans un club de tir et tu fais l'équivalent : tu brandis un revolver à la cantonade, même vide. Immédiatement, tu vas déclencher un incident, t'attirer la désapprobation de l'élève, et bien sûr te faire virer du club ! La réaction sera tellement spontanée que personne ne te parlera d'Étiquette !

Tu peux en conclure que, correctement expliqué, Reï Shiki devient le plus fort moyen de Self Défense. Je ne dis pas cela dans le sens de technique personnelle, ni dans celui où « on m'attaque et je fais ci ou ça... », mais avec l'idée de transcender le fait d'avoir à employer une technique pour se défendre. Ça va bien au-delà.

En d'autres termes, Reï Shiki ne permet pas la création d'une situation où tu va nécessairement avoir besoin de *recourir au combat comme moyen* pour régler un différent.

**DA** : - Cela voudrait dire qu'il me faut prendre en charge d'un côté les opportunités disons... techniques, dont les autres sont susceptibles de se servir, et de l'autre imaginer l'éventail de leurs éventuelles motivations à mon encounter. N'est-ce pas « un peu beaucoup » ?

**MTS** : - Là, c'est un peu trop. A un moment donné, un double sens apparaît : si tu vas trop loin, tu en arrives à devoir tout accepter, à devoir tout prendre en charge, chaque chose et son contraire. Et ça devient impossible. C'est ainsi qu'on arrive à fausser notre notion du Pacifisme, par exemple. Je suis sûr qu'on peu trouver des pacifistes prêts à te tuer si tu n'es pas de leur avis. « Pour être en paix, tuons les violents ! », ou encore « Arrêtes ta violence ou je te frappe ».

Reï Shiki est, je crois, un moyen d'équilibre dans de tels domaines, qui peut agir sur un plan physique, aussi bien que mental et spirituel.

C'est, soit physiquement, être au bon endroit, au bon moment - comme ne pas y être d'ailleurs, lors du conflit -, soit connaître intuitivement ce qu'il faut faire, et le moment de le faire.

**DA** : - Pourquoi, selon toi, Reï Shiki a été plus conservé dans certains Budo que dans d'autres ?

**MTS** : - Ah, je vois où tu veux aller, et il faut être honnête : Reï Shiki a été en fait très peu conservé tant en Iaido, qu'en Aïki ou Jodo. A peine plus que dans les autres Arts Martiaux modernes. Cela relève d'un problème, ou plutôt d'une question du Japon. Il y a là-bas des écoles, rien que pour l'Étiquette, qui tombent entre autres dans les domaines des Arts Martiaux. C'est assez intéressant, et il faut y aller uniquement pour étudier l'Étiquette Martiale. D'autres existent pour l'Étiquette ou le savoir-vivre de la société moderne. Par exemple, l'école OGASAWARA est celle qui enseigne et détermine l'Étiquette Impériale appliquée au Palais. J'imagine que cela doit être quelque chose de hautement complexe, quand ils décident que telle ou telle porte doit s'ouvrir de gauche à droite ou inversement, selon telle et telle circonstance, ou pour telles raisons.

Avec ces exemples tu peux remarquer à quel point les Japonais accordent une importance réelle et concrète au Reï Shiki, même de nos jours. Je dis au Japon, mais je ne pense pas qu'il n'y ait que là : si tu lis l'histoire de l'époque des chevaliers, tu t'aperçois que l'Étiquette était très compliquée aussi.

**DA** : - Là, tu me parles d'une époque où la société était armée. Je t'accorde qu'en Ken Jutsu la notion de danger peut avoir aidé à conserver le Reï Shiki. Ce n'est pas le cas en Aïkido ou dans les Budo « loisirs ». Pourquoi donc la conserver, alors qu'elle n'est d'aucune utilité concrète ?

**MTS** : - C'est ce que je disais : on n'en a conservé que très peu ! Je dis cela, en pensant notamment au Reï Shiki d'anciennes écoles, nettement plus complexe parce qu'en rapport plus direct avec l'Étiquette des origines. On peut vraiment dire que les disciplines modernes n'ont conservé qu'un tout petit pourcentage du Reï Shiki original, peu complexe et très global.

**DA** : - Je persiste pourtant à me demander pourquoi demeure ce « si petit » pourcentage, bien qu'objectivement inutile ? Et si petit soit-il, pourquoi déclenche-t-il autant de questions ?

**MTS** : - C'est un phénomène humain : ce qu'on ne connaît pas ne nous dérange pas.

Quand tu pratiques une discipline au début, tu fais mal les choses. Comme tu n'y connais rien à cet instant, cela ne te gêne pas. Après quelques temps d'étude, faire aussi mal finit par te déranger. C'est tout bête. Ce que tu ne sais pas ne te perturbe pas et n'influe pas ton « présent ». Pour l'Étiquette, c'est souvent ça, en ignorant ce que nous aurions dû faire, peu nous importe d'avoir agis autrement. Dans les arts martiaux qui sont devenus sports combattifs, l'Étiquette n'a pas d'importance du tout. Judo et Karaté ont délaissé cela, sauf le salut initial, qui reste encore plus que succinct. Ils ont choisi un chemin : la voie sportive, auquel le Reï Shiki n'apporterait peut-être rien. En revanche, les disciplines telles qu'Aïkido, Jodo, laïdo, etc., n'ont pas d'application compétitive, mais conservent un certain nombre de dangers de pratique et ont, proportionnellement à ceux-ci, maintenu plus de Reï Shiki. En Aïkido, l'Étiquette comme le danger, est moins importante qu'en laïdo où l'on travaille avec de véritables armes, ou encore qu'en Jodo où les exercices sont parfois « musclés ».

Tu as déjà là quelques raisons de ces différences d'Étiquette. En plus, la divulgation à travers le monde doit prendre en considération les sociétés, les cultures, les races et des types de pratiques différents.

Enfin, il existe un nombre considérable d'interprétations personnelles des Maîtres, au sein des mêmes écoles et de styles identiques. Tu imagines ce que cela devient en bout de chaîne, exprimé par de jeunes et fringants enseignants occidentaux, même des plus sincères. Tout cela fait qu'il est indispensable de trouver quelque part une juste moyenne, plus ou moins universelle. Avec ça, tu peux aussi comprendre pourquoi on n'a pu garder qu'un petit pourcentage ; c'est une question d'harmonie. Je ne suis pas d'avis de pousser trop loin. Il faut rester simple, tout en gardant en conscience : « Il y en a beaucoup plus que je ne connais pas... ».

**DA** : - ... Par exemple ?

**MTS** : - Tu pratiques le laï, tu fais le Reï Shiki demandé, mais tu conserves la nette sensation qu'il y a beaucoup plus à savoir. Tu te dis après réflexion, qu'on ne t'a pas expliqué quoi faire si, par exemple, quelqu'un se tient très près de toi à ta droite, à ta gauche ou derrière toi. On t'a dit de saluer le Kamiza et ton sabre, mais personne ne t'a parlé de l'éventualité d'un adversaire trop proche, ou plus simplement que faire avec un mur ou un obstacle... Je veux dire par là que l'Étiquette doit exister jusqu'à faire apparaître la silhouette de ce qu'il y a derrière, le « beaucoup plus qu'on ne connaît pas ».

Dans une école d'Étiquette Martiale, tu apprends à donner une tasse de thé ou à tendre un verre à une personne, en étudiant les conséquences dangereuses pour toi, selon que tu le fais de la main droite ou de la gauche, dirigé vers la droite ou la gauche de ton interlocuteur. Ils t'enseignent la plupart des gestes de la vie quotidienne, jusqu'à ce que cela devienne une manière de vivre. Cela explique pourquoi je dis que très peu de Reï Shiki est resté, très peu enseigné ou montré. Et ce qui reste est très superficiel. Il existe par exemple une manière de marcher sur un tatami. La politesse veut que tu ne marches jamais sur les intersections de tapis. Ils sont conçus de telle dimension (environ 180 cm x environ 90 cm ) que l'on peut faire quatre pas normaux avant de poser le pied sur le suivant, et ainsi de suite, sans toucher les jointures. Dans certaines écoles, les moines zen vont jusqu'à respecter ce genre de règle. Tu vois qu'on en est loin dans les arts martiaux dont on est en train de discuter.

**DA** : - Quelle est la raison d'existence de cette règle ?

**MTS** : - Je ne la connais pas formellement. J'ai l'impression que, du fait des bordures ouvragées ornant les tapis, on y apporte une attention particulière, même aujourd'hui lorsqu'elles sont simples. Comme chez nous on ne secoue pas une bouteille de vin. Cela s'adresse théoriquement au bon vin, très vieux qui risque d'être troublé, mais aujourd'hui c'est devenu un geste interdit avec tous les vins.

**DA** : - Quelle est pour toi la part éducative de l'Étiquette, éducation par la répétition des gestes, par la manipulation de l'objet, etc. ?

**MTS** : - Cela existe, c'est sûr. Mais je ne distingue pas une prépondérance. Je pense vraiment qu'il n'existe pas une raison majeure à l'Étiquette. En observant bien la plupart des Budo, tu verras que si tu ne parviens pas à trouver au moins trois bonnes raisons bien définies et bien claires pour exécuter un geste, c'est qu'il n'est pas correct ou que tu ne l'as pas compris. Et je ne te parle pas que des gestes du Reï Shiki, je suis convaincu que tout mouvement est ainsi ! Prends un mouvement d'Aïkido comme Kote Gaeshi. Le déplacement d'entrée : premièrement, te fait sortir de la ligne de l'attaque ; DEUX, te place pour la suite du mouvement ; TROIS, met l'autre en déséquilibre. Tu peux même ajouter que tu te retrouves à un endroit qui le perturbe en un moment pareil, lui qui croyait t'avoir touché ! Et on doit pouvoir en trouver d'autres.

De toute façon, à moins de trois raisons très concrètes, je ne pense pas que le mouvement soit valable, ou que tu puisses le faire valablement... Dans cet esprit, en globalisant, Reï Shiki aura une première raison très terre à terre qui s'appelle à la rigueur *la Politesse* ; une seconde raison qui peut être de te mettre à l'abri d'un conflit : *la sécurité*, et la troisième sera de te faire conserver *l'harmonie sociale* qui t'est essentielle.

**DA** : - Au Japon, l'éducation des petits Japonais doit se faire facilement, avec les exemples qu'ils ont autour d'eux, les écoles, les pratiques quotidiennes. En d'autres termes, par rapport à nous qui devons enregistrer cela au Dojo, et pour beaucoup « sur le tard », ils ont cette facilité d'en voir la forme à la maison ?

**MTS** : - Pas du tout, tout doit s'apprendre, forcément. A moins que les parents soient consciencieux, peut-être, et encore ! Il y a quelques années, en Europe, les élèves étudiaient le latin. Aujourd'hui, rares sont ceux qui l'apprennent. On a changé les mœurs de la société. Cela a été décidé par quelques uns. Pourtant, rien ne dit que cette langue soit moins utile de nos jours ou moins présente dans les fondations de nos langues. Demain, si tu apprends un peu de latin à tes enfants, ils auront quelque chose en plus. Sinon, ils feront sans, comme les autres. Peut-être même que ça leur manquera plus tard ! C'est exactement pareil au Japon. Par exemple, traditionnellement les jeunes filles, au lieu d'aller à l'école, allaient apprendre à faire la cuisine, à recevoir selon l'Étiquette, à mettre correctement un Kimono ou à se coiffer. En bref, à être dans la tradition du Japon. Aujourd'hui, les jeunes filles modernes ne l'apprennent plus. Je peux prendre un autre exemple : pour pouvoir lire le japonais ancien, il est nécessaire d'aller étudier la calligraphie ancienne, car les Japonais ne peuvent plus lire les textes datant de cent cinquante ou deux cents ans.

Avec ces deux images, je veux dire que, bien que culturel, traditionnel et profond dans la société - japonaise ou française - tout doit s'apprendre. Reï Shiki n'étant pas chose naturelle chez eux pas plus que chez nous, il faut l'étudier. Bien sûr ils ont quelques avantages, et si nous devions l'étudier totalement, notre premier obstacle serait la langue. De plus, je crois que notre principal handicap viendrait du fait que les Japonais sont au contact de l'Étiquette Martiale depuis leur plus jeune âge, à travers les ... séries télévisées ! Il existe beaucoup de pièces de théâtre, de films qui traitent de l'ancien temps des Samouraï. Ces séries sont très bien faites sur le plan de l'Étiquette, et les enfants en sont véritablement imbibés, plus que de leur véritable histoire. C'est d'ailleurs leur principale source de connaissance des Arts Martiaux. Leur vision est déterminée par ces fictions, un peu comme un petit Américain par les westerns.

Je démystifie peut-être un peu trop, mais...

**DA** : - Comment est respectée l'Étiquette dans les Dojo japonais ?

**MTS** : - Oh ! Là, j'ai un bon exemple : Un Japonais est venu un jour à Genève avec un état d'esprit exprimant clairement qu'à ses yeux, sur le plan du Budo, il lui serait impossible de trouver quelque chose de sérieux en Occident, ou hors du Japon. Laurent, qui est là, l'a vécu de plus près et peut le raconter.

**Laurent SUBILLAT** : - Ce Japonais effectuait une tournée en Europe, accompagné d'élèves, pour visiter des Clubs de Budo. C'est tout ce que nous savions à son sujet : rien sur ce qu'il voulait faire, entendre ou voir. En fait il s'est avéré qu'il pensait être accueilli comme un prince, en grandes pompes. Il attendait une réception de deux mille personnes avec démonstration de gala... De notre côté, nous avons compris qu'il s'agissait d'un simple échange entre un groupe de pratiquants japonais et un Club de Genève ! Dans un premier temps, les emplois du temps de chacun n'ont pas permis qu'il soit accueilli à l'aéroport, ce qui, dès le début, l'a beaucoup vexé. Sur ce, on m'a demandé de tenter d'arranger les choses. Je suis donc passé le prendre à son hôtel. Là, je rencontre un monsieur très fâché qui daigne à peine me serrer la main. Durant le trajet, j'ai bien essayé plusieurs fois d'engager la conversation, mais il n'a pas semblé m'entendre et ne m'a pas dit trois mots.

Enfin arrivé au Club, Pascal (KRIEGER) l'a accueilli, puis constatant qu'il était vraiment furieux, lui a donné quelques explications. Même si cela n'a pas semblé le calmer complètement, il a dit que « Puisqu'ils étaient venus jusque là, autant voir et faire une démonstration... ». Il est important de noter tout de même que nous étions bien une vingtaine à être présents pour lui, ce samedi après-midi.

Les deux groupes se changent, puis s'installent, nous en Seïza, et eux en place pour la démonstration. Ils s'exécutent alors, sans rien d'extraordinaire dans leur prestation, à cela près qu'ils finirent par un très long exercice de Taméshigiri (exercice de coupe réelle, sur des cibles de paille ou bambou) pour lequel ils avaient disposé leurs cibles à peu près à un mètre de nous. De sorte que leurs Katana sifflaient à cinquante centimètres de nos visages, au point que nous avons dû reculer. Plusieurs, dont Pascal, recevaient des éclats de paille dans la figure. Il est clair que sur le plan de l'Étiquette, c'est plus qu'impoli, c'est presque de la provocation. Nous avons d'ailleurs demandé au responsable, et c'est ce qu'il pensait.

Sur le moment, hormis reculer, nous avons fait mine de ne rien remarquer. Ensuite nous avons réalisé notre démonstration, respectant bien sûr d'autant plus scrupuleusement l'Étiquette, qu'ils avaient été incorrects. Rapidement, notre attitude a retourné la situation aux yeux du responsable qui est devenu très positif à notre rencontre. Il s'en est allé, très content de ce qu'il avait vu, heureux d'être venu, allant même jusqu'à trouver ce type de rencontre beaucoup plus profitable qu'un grand gala. Il a aussi reconnu - et cela a été bien de sa part - avoir reçu une leçon de bonne attitude, tout en ayant apprécié la rigueur de la démonstration.

**DA** : - On dirait qu'il était arrivé avec une bonne dose d'idées préconçues concernant les Européens ?

**MTS** : - Absolument, et cela se rencontre fréquemment. Ils considèrent - et sont bornés sur ce point - que le Budo est un phénomène purement japonais, point à la ligne ! Autrement dit, qu'il ne peut être compris *QUE* par des Japonais. A leur décharge, même si c'est déplorable, il faut avouer que cette idée a des justifications : on leur a souvent prouvé qu'on passait à côté des choses. Comme en plus il s'agit d'un morceau de leur héritage culturel, ils supportent mal d'une part de le voir prendre par d'autres peuples, et d'autre part d'en bafouer le sens sans aucun respect. Il faut honnêtement reconnaître que c'est la grande majorité de ce que l'on montre en Occident. Il suffit d'aller à Bercy pour voir ce que l'on peut arriver à faire à partir de certains Budo. Le pire est que, malheureusement, les Japonais n'y échappent pas. En mille neuf cent quatre-vingts ou quatre-vingt un, j'ai pu à nouveau assister à des démonstrations. J'ai trouvé que, dans les dix années passées, beaucoup des choses fondamentales avaient complètement changé. Ces démonstrations étaient devenues très *show* - très... *Bercy* ! Précédemment, j'étais déjà choqué de voir les gens pique-niquer tranquillement pendant les exercices, se balader, aller et venir dans la salle en regardant de temps à autre le spectacle. Celui-ci restait toutefois à l'époque de très grande qualité.

Cette dégradation a en plus été accentuée par l'absence des écoles les plus sérieuses, qui auparavant participaient. Connaissant celles-ci, je les soupçon-

ne d'avoir un avis très précis sur ce genre de manifestation et d'avoir décidé de ne plus s'y prêter.

**DA** : - En ce qui concerne l'Étiquette envers les armes, notamment celles en bois, je me souviens d'un stage à Lyon durant lequel un Maître venu du Japon traitait curieusement son Bokken et son Jo. Tantôt les jetant au sol, les poussant du pied, s'appuyant dessus telles une canne ou les portant sur son dos comme des outils de jardin : déroutant pour les pratiquants moyens que nous étions. Ceci d'autant plus qu'il était aussi expert dans ces armes, ce qu'il nous a largement prouvé dans sa démonstration de fin de stage. Comment peut-on expliquer ce semblant de désinvolture ?

**MTS** : - Il peut y avoir plusieurs aspects à cela, avec plusieurs explications. Tu peux dire clairement que, a priori, ça n'est pas un bon exemple. Toutefois, il faut savoir que dans la société japonaise, la maîtrise est montrée par une certaine « transcendance » des règles. Le Maître fait alors les choses différemment, rien que pour montrer qu'il a transcendé les règles et n'en a plus besoin. Cela peut avoir une certaine validité, comme cela peut permettre de faire - et de montrer - n'importe quoi. C'est à double tranchant. En plus, au Japon, soixante ans est un âge très particulier, qui autorise des attitudes volontairement décontractées, incorrectes, voire provocantes. C'est une attitude un peu « paternelle », surtout en face des jeunes qui se comportent souvent avec plus de rigidité que ce qui est demandé, travestissant l'Étiquette à leur manière, l'exprimant figée telle qu'ils l'ont apprise, sans aucune concession. C'est encore un phénomène que tu peux retrouver en Occident. Va rencontrer par exemple un vieux monsieur ayant occupé durant sa vie une haute fonction comme le prince de Monaco. Ton premier réflexe sera de le vouvoyer. Pour te mettre à l'aise, il pourrait aller jusqu'à te proposer de te comporter comme un copain : « Non allez, pas de cérémonie entre nous, c'est une réunion hors du protocole... ». Il veut te dire que cela n'a pas une importance primordiale à ses yeux. Pourtant, ne t'avise pas de céder à certaines familiarités, comme il te le demande, car alors *clac* ! Il va te remettre à ta place et rompre là votre discussion. C'est une démarche assez commune, que même la reine d'Angleterre exploite lorsqu'elle visite un hôpital, une maison de retraite ou un jardin d'enfants : elle est gentille comme une grand-mère en promenade, mais ça n'est qu'une façade sur laquelle elle affiche qu'elle a transcendé le protocole. C'est parce que « noblesse oblige » qu'elle semble vouloir se mettre momentanément au niveau de ses interlocuteurs.

**DA** : - Si ça n'est pas de la démagogie, ça lui ressemble ?

**MTS** : - Ah... ça n'est pas moi qui l'ai dit ! Mais plaisanterie mise à part, cela en est sûrement. Pourtant, je n'arrive pas à me sortir de l'esprit que ces gens sont des individus sujets aux mêmes défauts, aux mêmes faiblesses que toi ou moi. Ils sont certainement soumis à de bien plus grandes pressions, alors qu'ils ont certainement les mêmes envies. En voulant réduire ou éliminer les barrières du protocole, ils appliquent une sorte de *Rei Shiki* qui leur est propre. En essayant de te mettre à l'aise, ou en le souhaitant publiquement, je pense que cela dépasse une petite affectation de mode, les individus expriment peut-être avec cette Étiquette, une simple et très humaine frustration.

**DA** : - Et que dois-je faire avec tout cela ?

**MTS** : - Ton Reï Shiki n'est pas simple non plus : tu dois en tenir compte... Mais pas trop. C'est un peu *un jeu*, que l'on retrouve aussi en Budo. Et cela n'existe pas seulement chez les êtres humains. Des loups qui se rencontrent ont un cérémonial très compliqué dans ses formes. Là aussi c'est un jeu qui se met en place automatiquement pour déterminer le plus fort, le plus faible, avec des combats symboliques, victoires et défaites mimées. Certains roulent au sol sur le dos, offrant leur ventre et leur parties. A partir de là, la hiérarchie est établie.

**DA** : - Justement : N'est-ce pas inné chez eux ? Doivent-ils l'apprendre ?

**MTS** : - Oui, je pense qu'ils ont à l'apprendre. Je dirai même depuis leur premier jour. De la même façon que tu ne parlais pas la langue de ta mère à ta naissance, et que tu l'as apprise.

**DA** : - Avec tes élèves, comment enseignes-tu Reï Shiki, ou comment le fais-tu passer ?

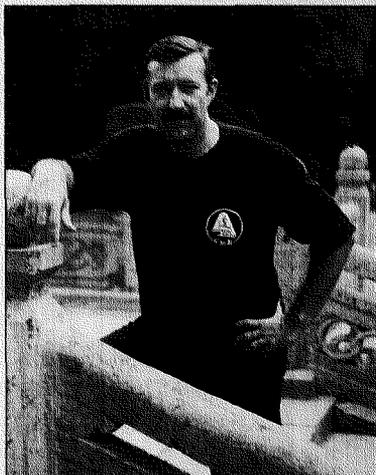
**MTS** : - Je ne fais pas de séparation entre Reï Shiki et entraînement. Pour moi c'est toute une perception claire d'une situation. L'entraînement consiste à trouver *le juste comportement* dans cette situation.

**DA** : - Si tu admetts une césure entre technique et Étiquette, où la situer quand par exemple deux individus se font face un Bokken à la main ? Et par la suite durant l'assaut ?

**MTS** : - Je n'arrive pas à voir une fin à Reï Shiki. Peut-être parce que c'est dans un Dojo, où normalement Reï Shiki gouverne en permanence. S'il s'arrête, s'il disparaît, tu aboutis au conflit qui se conclut par le combat pur et simple, ce qui n'est pas acceptable dans un Dojo. N'oublie pas que c'est un lieu où tu viens pour étudier, comprendre, construire dans un esprit d'harmonie propre à ce qu'on nomme *Dojo*. Quand Reï Shiki disparaît, ta situation elle-même est modifiée : c'est comme si tu n'étais plus élève, comme si tu n'étais plus dans un Dojo. Tu vois, j'ai même du mal à séparer le Reï Shiki du Dojo.

Alors, le séparer de la technique étudiée : je ne crois pas que ce soit possible.

*Iles de Lérins, le 14 Mai 1994*



## ROLAND HABERSETZER

Roland HABERSETZER, pratique les Arts Martiaux depuis 1958. Il fut l'un des premiers Français à obtenir la Ceinture noire de Karaté Do. Dès 1969, il entreprend la rédaction de son Encyclopédie des Arts Martiaux, véritable somme historique, technique et pédagogique.

Cette œuvre considérable fait désormais autorité dans les pays de langue française, et lui confère le rang étonnant d'auteur le plus prolifique au monde sur ce thème. Dans son investigation des Budo, aucune direction ne lui est étrangère, et chaque domaine est traité globalement : tradition, technique, savoir-faire, etc. Sa vision est non seulement

celle d'un expert passionné, mais aussi celle d'un historien plein de recul, et pour cause : il est professeur d'histoire.

Il est l'un des premiers à avoir alerté les pratiquants sur les dangers du développement exclusivement sportif des arts martiaux d'Extrême Orient. Grâce à lui - son enseignement international, ses livres, ses écrits pour des revues - un vaste courant d'opinion est né, tant en France qu'à l'Étranger, en faveur du retour aux valeurs traditionnelles du Budo, sans nier pour autant une évolution naturelle vers la modernité.

Aujourd'hui 9<sup>e</sup> Dan de Karaté, il est diplômé à des titres divers en France, au Japon et en Chine. Il habite un petit village d'Alsace - Saint Nabor - où il a créé le Centre de Recherche Budo.

**Dominique ANDLAUER** : - Comment et quand avez-vous pris conscience de l'existence de l'Étiquette, ou d'une Étiquette ?

**Roland HABERSETZER** : - Je crois que ça remonte à l'époque où j'ai commencé par faire du Judo, j'avais environ quinze ans. En ce temps-là, les Dojo étaient très petits, et j'en conserve un souvenir toujours très ému, parce que nous baignions dans une sorte d'atmosphère que j'ai rarement retrouvée par la suite. Notre professeur, qui était troisième Dan - il est décédé depuis longtemps - avait à cœur de nous faire toucher l'essence véritable du Judo. Et ça n'était pas que le mouvement, que la projection, il y avait tout : l'avant et l'après. Alors bien sûr, on a été confronté à l'Étiquette dès la première leçon, quand nous sommes rentrés dans ce lieu. Pour autant on n'a pas très bien compris ; c'était un petit peu ésotérique. On se rendait tout de même compte - nous étions deux ou trois jeunes adolescents à débiter - que cela touchait à quelque chose d'essentiel, qu'il fallait s'y conformer. Alors on n'a pas posé de question, on a fait comme les autres. C'était fait avec une telle gravité, un tel sérieux, que le message - nous ne pouvions alors le définir exactement - ne nous échappait pas.

Par la suite, je me pose la question : m'a-t-on vraiment enseigné l'Étiquette ? Lorsque je suis passé au Karaté, j'ai retrouvé le même comportement. Il y avait un conformisme et on se rendait compte que cela allait plus loin que le geste. Pourtant, je n'ai pas souvenir qu'un jour, un professeur m'ait en particulier enseigné l'Étiquette, en me disant voilà comment descendre en Seiza, voilà comment porter le regard, etc. Ça m'a été transmis comme autrefois on enseignait les Kata, par petits bouts, morceau par morceau. A nous de les mettre bout à bout. Il fallait que nous cherchions nous-mêmes, et progressivement les choses son devenues évidentes. Cela a été assez passionnant. Aujourd'hui les choses sont complètement changées.

Après, il y a eu le Japon et les Japonais. A ce moment, je me suis vraiment rendu compte que ça n'était pas seulement de simples gestes, mais que cela correspondait à une attitude intérieure. La première fois, c'était en soixante-quatre, quand Maître Hiroo MOCHIZUKI est venu à Strasbourg pour la première fois. Je me souviens de cette rencontre sur le quai de la gare, rencontre empreinte d'une très grande dignité ; avec beaucoup de gravité, il s'est cassé en deux pour nous saluer - nous étions le club à l'attendre ici - et nous avons immédiatement compris qu'un tel salut ne nous donnait pas tellement envie de lui serrer la main. Il nous inspirait une grande retenue mêlée à un grand respect. En soixante-treize, je suis allé pour la première fois au Japon, et c'est vrai que ce type de comportement se reproduisait tous les jours, même avec des gens qui ne pratiquaient pas les arts martiaux. Cette politesse exquise, cette retenue dans l'attitude m'avait beaucoup impressionnée. Mais parallèlement à ça, j'ai compris davantage. Je me suis rendu compte que le salut que nous faisons au Dojo n'était qu'une partie de l'attitude générale d'un Japonais face à un interlocuteur ou un partenaire, par exemple.

Quelques années plus tard, je me souviens avoir fait une expérience intéressante au Japon. Ça n'était pas dans un Dojo, mais dans un lieu que nous avons transformé en Dojo.

Je m'explique : j'étais parti au Japon en quatre-vingt deux ou quatre-vingt-trois, avec un groupe de dix ceintures noires du Centre de Recherche Budo,

et, entre les nombreux entraînements, j'avais prévu une ou deux journées de détente et d'investigation touristique. Je croyais notamment nécessaire d'emmener « mes gars » à NIKKO, au nord du Japon. C'est un peu, comme on dit, le « Versailles » nippon, avec les tombeaux des Shogun, des temples, etc. Nous étions donc partis, mais j'avais une petite idée derrière la tête, et je leur avais demandé d'emporter leur Keïkogi. C'est ainsi qu'on s'est retrouvé à l'entrée de NIKKO, où il y a une surface très impressionnante, je ne sais combien d'hectares, des temples, des tombes, des stèles, et une foule d'autres choses. Beaucoup de gens également qui visitent ce lieu. Quelques années auparavant, j'avais repéré une sorte de hall à l'ancienne, bois et pierres. J'y avais assisté à une rencontre de Kendo. C'est là que j'avais projeté de réaliser un petit entraînement surprise. Je pensais que c'était le genre de lieu, comme d'autres du même style : « Un endroit où souffle l'esprit... ».

A dix ceintures noires, en Keïkogi, nous avons exécuté donc des Kihon, des Kata, presque comme d'habitude, sans nous apercevoir immédiatement que nous étions observés de loin par un vieux Monsieur. Il se tenait à une vingtaine de mètres, sans bouger. A la fin du cours, au moment où nous avons salué pour mettre fin à la séance, mes yeux se sont portés vers cet homme : il saluait gravement dans notre direction. En prenant son temps, il a salué une seconde fois, puis s'en est allé tranquillement. Cela nous avait beaucoup impressionné, et nous nous étions rendu compte qu'un Dojo n'est pas forcément un lieu tout fait, mais cela peut-être aussi un endroit que l'on crée, notamment par notre attitude et notre comportement. Visiblement, ce Monsieur rendait hommage à ceux qui avaient existé là pendant un petit bout de temps.

**D.A.** : - Et du côté chinois, eu égard à votre expérience du Kung Fu, quelle Étiquette peut-on observer ?

**R.H.** : - J'ai été beaucoup moins impressionné par le salut, que je trouve nettement plus superficiel, rapidement donné d'ailleurs. Je peux me tromper, mais je l'ai senti moins ancré dans la pratique, plus conformiste. Peut-être ne suis-je pas tombé sur les véritables Maîtres, encore que j'ai eu l'impression d'en avoir côtoyé quelques uns. Sans doute est-ce propre à la Chine : vous savez qu'en Tai Chi, on ne salue pas. Très souvent on commence de manière tout à fait informelle, le professeur se met au milieu et les élèves discutent encore quand il commence à faire ses mouvements. Cela se termine souvent par une séance d'applaudissements collectifs où chacun applaudit et met fin à son cours.

C'est autre chose... Certains diront que c'est une manière plus joyeuse d'encadrer le cours.

En Kobu Do, c'est autre chose encore, même Hokinawaïen c'est un peu japonais, et très comparable au Budo.

Pour conclure, Reï Shiki est quelque chose qui a grandi avec mon évolution. Cela fait partie, j'allais dire de mon entraînement, mais non : de ma vie ! En fait, c'est la première fois que je me pose la question pour savoir d'où cela m'est venu. Je ne crois pas l'avoir appris véritablement, mais en trente-sept ans de pratique, l'Étiquette fait partie des choses qui se sont imposées, tout simplement. Bien sûr avec les recherches que j'ai entreprises, les lectures

nombreuses, les écrits que j'ai réalisés, les choses me paraissent plus claires aujourd'hui.

**D.A.** : - Et envers vos élèves, comment le transmettez-vous ?

**R.H.** : - Je ne l'enseigne pas particulièrement. Je ne fais pas de cours sur le thème Reï Shiki. Je corrige par petites touches au fur et à mesure des pratiques, lors des saluts par exemple, et quand je vois de grosses fautes. Je ne suis jamais très long. Une fois je m'étends un peu sur l'importance des talons joints en descendant au sol, un autre jour, la manière de poser les mains pour saluer en Karaté.

Il est intéressant, par exemple d'aborder le salut les mains ouvertes, ou comme on fait par exemple, en *Kyopu Shin Kai* avec les poings fermés, manière de faire que je réprouve, car cela ne correspond pas du tout à l'orientation de ma recherche : le poing fermé exprime la méfiance, et représente l'extériorisation d'une violence qui est déplacée et ne convient pas lors d'un salut. On peut conserver *Zanshin* (Vigilance) les mains détendues. Garder les poings fermés, c'est un peu comme si je gardais un revolver braqué sur mon partenaire, en lui disant bonjour !

**D.A.** : - Aujourd'hui, après toutes ces années de pratique, vous continuez à respecter, à appliquer les règles d'Étiquette : qu'est-ce que cela peut encore vous apporter ?

**R.H.** : - Je crois qu'il s'agit d'une continuité avec moi-même, d'un respect du passé. C'est une tradition, et je ne me pose même pas la question. C'est évident et naturel, comme lorsque je quitte le Dojo, alors que tout le monde est parti, je ne peux m'empêcher de me retourner et de saluer debout avant de sortir... Je salue quelque chose de vivant, c'est le cœur du lieu, et je ne me permettrais jamais de sortir sans le saluer. C'est me respecter moi-même, c'est rester dans la Voie, c'est comme l'air que je respire. C'est aussi une fidélité à ce que j'ai toujours écrit : tout commence et finit par le respect et la courtoisie envers l'autre. Tant d'arts martiaux tournent autour de l'égoïsme.

**D.A.** : - Comment l'abordez-vous la première fois ?

**R.H.** : - Je n'en parle pas aux débutants... Je crois que je suis assez japonais dans ma manière d'enseigner : je leur montre leur place, leur montre les gestes et ils imitent plus ou moins bien. Il faut le temps qu'ils le sentent. Et puis quand un débutant a autour de lui des Anciens, il ne peut être autrement que pris par l'ambiance. Même s'il ne le comprend pas intellectuellement, le sérieux ne peut lui échapper. Ensuite, il faut laisser faire le corps, puis, seulement quand les questions arrivent, on essaie d'y répondre, ou de trouver des éléments d'explication abordables.

En Karaté, l'Étiquette - oh ! comme dans tous les Budo d'ailleurs - est fondamentalement importante. Elle est un cadre, une forme de contrôle de soi - violence agressive - un moyen de respecter son partenaire. Indirectement on se respecte soi-même, puisqu'on travaille à deux. Ensuite c'est une manière de respecter ce que l'on fait, ce que l'on va faire à deux, les progrès, l'évolution commune.

À ses débuts, le pratiquant peut y rechercher un lien avec le passé, pour sentir la différence entre un Dojo et une salle de sport. Il ne vient pas s'entraîner,

mais tenter de progresser sur la Voie. Là l'Étiquette est très importante dans cette différenciation.

**D.A.** : - Avez-vous connu des élèves réfractaires à ces rituels ?

**R.H.** : - Non, aussi loin que portent mes souvenirs pas de blocages de ce côté. Peut-être certains l'on accompli de mauvaise grâce, ou d'autres ont salué un peu trop vite pour montrer une forme de désaccord et sont restés superficiels, mais je n'ai jamais eu à « sortir » qui que ce soit de mon Dojo. Quant à ces résistants, je ne les ai jamais pris de front, et eux ne sont jamais allés très loin. Ceux qui m'ont suivi longtemps ne m'ont pas posé ce genre de problème.

Si cela avait eu lieu, je pense que je me serais simplement arrêté, pour m'expliquer. J'aurais mis entre leurs mains un choix simple : soit ils respectent l'Étiquette, soit ils arrêtent. Point final. Avec bien sûr beaucoup de calme et de sérénité, et non sans avoir expliqué et ré-expliqué. Si un individu ne peut souscrire à cette forme de discipline collective, cette tradition et cette expression de respect, sa place n'est pas dans un Dojo.

**D.A.** : - Où en est l'Étiquette au sein des Dojo de Karaté occidentaux ?

**R.H.** : - ... Je ne sais comment l'aborder, comment en parler. Bon ! A cette réserve que je vais généraliser, en étant convaincu que dans de nombreux Dojo les choses se font bien, où les professeurs sont conscients de l'importance des traditions et du sens profond de l'Étiquette. Malheureusement, ce ne sont pas les Dojo dont on parle le plus, ou que ce soit de ces Dojo-là que « sortent » les grands champions sportifs. Le problème est que le Karaté occidental - ce que je dis là n'est pas nouveau - est devenu un Karaté sportif, comme d'ailleurs le japonais, et à partir du moment où l'on entre dans un domaine exclusivement sportif, l'Étiquette en tant que telle paraît totalement obsolète et superflue. Le champion qui n'étudie que quelques bribes de mouvement - L'unique Gyaku Tsuki, ou LE Mae Geri avec lequel il compte l'emporter - met déjà une bonne partie des techniques de côté, alors l'Étiquette ! Ça n'est qu'un rituel obligé, auquel il souscrit à la limite, mais qui ne lui apporte rien. C'est d'ailleurs une des origines du malaise des Dojo occidentaux. Les gens apprennent les Kata, dans lesquels ils sentent une certaine profondeur, une richesse, mais qui arrive un peu comme un cheveu sur la soupe, sans « avant », ni « après ». Finalement : tout l'entraînement du Karaté... c'est l'Étiquette.

**D.A.** : - N'existe-t-il pas de raisons plus profondes à ces altérations, au Japon par exemple ? L'origine rurale - moins marquée par les protocoles et les politesses de cour que les Budo traditionnels - aurait-elle moins enraciné le cérémonial ?

**R.H.** : - Je ne pense pas qu'il faille chercher des raisons aussi éloignées, elles sont contemporaines. Bien sûr, le Karaté, comme le *Kobu Do* qui est d'origine rurale, est moins enraciné dans les Budo japonais que l'Aïkido ou le Kendo, mais l'altération de l'Étiquette est due à d'autres choses. Je suis même tenté de dire le contraire. A la fin du siècle dernier, tant les *Kobu Do* que l'*Okinawa-Té*, par le biais de Senseï tels que ITOSU ou IGAHONA ont gagné de sérieuses lettres de noblesse auprès des autorités japonaises des Budo. Ils se sont entourés de présentations, de sorte de garanties philosophiques, religieuses. A ce moment-là c'était gagné, parce que reconnu.

Lorsque Maître *FUNAKOSHI* est passé au Japon, il a mis en conformité son Art. En conformité avec les Budo japonais qu'il avait trouvés. Rappelez-vous l'histoire de l'évolution de « kara » (Premier Kanji de *Kara Té*) qui au départ avait un autre sens que « vide ». Là, il lui a donné un autre sens plus philosophique, plus religieux, qui n'existait pas au début. Pour en revenir à l'Étiquette, je crois tout simplement que, comme dans beaucoup d'autres domaines, les gens ne font plus attention à rien. Le comportement dans le Dojo est identique au comportement dans la vie. C'est la société. Il n'y a plus les mêmes repères, plus les mêmes exigences. Rien n'est véritablement important. Mon métier est d'enseigner à des jeunes de dix-sept à dix-huit ans - en classe de Première & Terminale -, et c'est très simple ; l'évolution est visible depuis une bonne quinzaine d'années : rien ne prêle plus à l'importance. Je ne parle pas seulement du fait d'apprendre ou pas, d'avoir de bonnes ou mauvaises notes, non. On n'a pas de repères et on ne peut les raisonner sur rien, car ils disposent - croient-ils - d'autres chances, on peut toujours recommencer et il leur semble qu'il n'y ait jamais de conséquence. Comment donc leur faire comprendre que le geste, même simple, du salut est quelque chose qui a une dimension très importante. Voilà, je pense que c'est un certain goût de la facilité.

Et puis, il faut le dire aussi, beaucoup de professeurs d'Arts Martiaux se sont un peu simplifiés la vie et n'ont pas insisté. Avec le temps, cela n'a été que l'entraînement et « faire du chiffre ».

C'est malheureux, mais c'est ainsi et ça a été très vite, l'Étiquette a été réduite au minimum acceptable. Et encore ! En plus, les rares qui auraient voulu la faire respecter ont eu certainement de grosses difficultés à répondre aux questions de leurs élèves, à expliquer le Cérémonial. Alors on imite. J'en ai vu beaucoup chez qui il ne valait mieux pas « creuser » !

Aujourd'hui, je dois le dire, il y a de nombreuses personnes - je ne pense pas que cela soit propre à mon Dojo - des jeunes et des moins jeunes, qui ont une espèce de soif de comprendre, de connaître l'Étiquette. Ceux-là seraient certainement déçus de ne pas ressentir, avant l'entraînement proprement dit, le temps, la gravité et l'intensité des moments de l'Étiquette. Ils s'y conforment très bien, écoutent et cherchent à comprendre, à piger et, au début, imitent. Ils ont une volonté que je souhaite largement partagée par les autres Dojo.

**D.A.** : - Vous sentez réellement une demande plus forte qu'avant ?

**R.H.** : - Oui, je ressens aujourd'hui davantage de soif, alors qu'autrefois on acceptait ce que je disais tel quel, sans questions ni réactions ; maintenant on se porte à ma rencontre, et on veut savoir avant même que j'explique ! C'est très bien, et j'apprécie énormément. Bien sûr, cela vient essentiellement d'adultes ou de jeunes adultes. Une sorte de retour aux sources. J'avoue que cela me fait voir l'avenir avec optimisme. Je suis persuadé que de nombreuses personnes viennent au Karaté-Do après trente ou trente-cinq ans, ou y reviennent, parce qu'elles sont convaincues que c'est une enveloppe à l'intérieur de laquelle elles peuvent découvrir quelque chose qui peut changer leur vie. Elles viennent à ce moment-là, prêtes à entendre un certain nombre de messages, dont l'Étiquette.

Une autre anecdote me vient à l'esprit, disons plutôt une expérience qui nous a beaucoup impressionnés. C'était à la même époque que le voyage dont j'ai parlé précédemment. Nous étions une dizaine de ceintures noires. Nous ren-

dions visite à Maître NAGAMINE, du *Shorin Ryu*, à Okinawa. Là, pas un cours qui ne commençait ou de finissait avec un temps important de recueillement devant le petit autel des ancêtres, avant même le salut proprement dit. Tous les présents l'acceptaient fort bien et profitaient même de ce moment un peu privilégié de retour au calme. L'Étiquette apparaissait comme une normalité, une utilité, qui se plaçait au-delà de ce que l'on conçoit chez nous en tant qu'Étiquette.

Je peux encore citer à ce propos l'attitude de Sensei OTSUKA, fils du fondateur du *Wado Ryu*, qui, lorsque nous sommes allés le voir, nous a fait asseoir et nous a présenté un petit film dans lequel on voyait évoluer son père. Après quoi il a salué en direction de l'écran et nous a modestement dit qu'il n'essayait que de l'imiter. Nous avons été très impressionnés par ces marques de respect. Cela se place un peu comme un moteur de la continuité, sans autre contrainte.

**D.A.** : - Un débutant, ou un profane vous demanderait de donner en quelques phrases une définition verbale de Reï Shiki, que lui répondriez-vous ?

**R.H.** : - Je crois que l'Étiquette, c'est apprendre la présence dans le geste le plus simple. C'est apprendre le sérieux de l'instant, ou plutôt qu'il est sérieux et important de vivre cet instant. Avec l'Étiquette, je sors de moi-même et je communique avec l'autre.

Si on veut bien l'appliquer, on est obligé de se départir de certaines attitudes nombrilistes.

A travers elle on apprend aussi que tout est important, le moindre geste en Budo a sa raison d'être, il peut vous sauver ou vous coûter la vie : la manière de vous présenter en face de votre partenaire, de pivoter ou de changer de direction, de le quitter des yeux mais pas du regard. Chaque détail a sa conséquence.

Je crois aussi que c'est une manière de se mettre en harmonie avec l'*Autre*. C'est un des paradoxes - apparents - des Arts Martiaux qui cherchent tout de même, dans leur finalité absolue, à ne détruire que la violence de l'autre pour sauver sa vie ; et on n'arrive à le faire qu'en se mettant en harmonie avec lui. C'est d'ailleurs le message de l'Aïkido qui m'a toujours beaucoup plu.

Reï Shiki, c'est un début d'apprentissage, un moyen. Il permet d'approcher l'essence des choses profondes qui constituent les Budo. Elles sont aussi indissociables dans les termes que dans la pratique. D'ailleurs celui qui ne l'a pas compris ne peut aller très loin et ceux qui veulent aller loin s'en rendent vite compte, et doivent revenir y puiser régulièrement.

Dans notre société moderne, au sein de laquelle nous ne sommes plus menacés aussi souvent, et de toute façon nous n'avons pas le droit de mettre fin nous-mêmes à des menaces éventuelles, car nous sommes tenus de faire appel aux instances prévues par la société, le Reï Shiki n'a évidemment plus la même importance qu'au siècle passé, ou pire, dans les sociétés moyen-âgeuses. Toutefois, il sert à mettre en place des repères clairs, des garde-fous positifs. C'est finalement très éducatif, et celui qui s'avance profondément dans l'étude de l'Étiquette, en arrive à mieux comprendre ce qu'est la sobriété d'un geste et y apporte, même au plus banal, plus d'attention que la plupart des gens.

Je pense aussi que c'est une façon de se contrôler, de s'imposer un rythme intérieur. Avec l'étude, on va finir par savoir conserver ce rythme, jusqu'à et pendant la confrontation.

La courtoisie est l'élément du Cérémonial le plus visible par tous. Même s'il est important, c'est un peu l'arbre qui cache la forêt. Mais ce qui est caché est presque impossible à enseigner, et ne peut apparaître qu'avec le temps, comme quelque chose de tout à fait naturel. Quand ça ne vient pas, c'est que la pratique n'a pas véritablement *mis le cœur à nu*. Bien sûr, cette courtoisie est déjà en soi une bonne raison d'appliquer Reï Shiki. Pourtant, le pratiquant débutant doit vite y trouver l'expression d'un moyen de se contrôler au point d'atteindre un état fait de sérénité et de vigilance, équilibré de telle sorte qu'on n'est jamais engagé d'avance dans un processus de conflit ou de violence. Cela doit nous permettre d'aboutir à l'absence de combat. C'est peut-être pour cela que l'Étiquette commence à nous apprendre à prendre du temps... Le temps de faire les choses bien. Je le sens comme ça : comme si c'était la première et la dernière fois. A chaque fois ! Comme ça je reste présent même dans le geste anodin répété dix mille fois ; il est encore vrai la dix mille unième.

En fait, Reï Shiki, c'est faire en sorte que corps et esprit ne fassent qu'un. Qu'est-ce donc, sinon ce qu'on cherche dans La Voie ? Qu'est-ce donc, sinon de la pratique pure et simple ? Sans ce lien entre corps et esprit, tout reste superficiel et sans substance. Le pire est lorsque cette superficialité persiste longtemps, et quand je vois un Grand Champion qui salue avec les pieds bien écartés -, qui est un signe d'absence totale d'humilité - je me pose des questions sur ce qu'il a compris de son art. Peut-être ne veut-il rien comprendre ? Il ne veut peut-être que profiter de la technique pour se mettre en avant, en gagnant un combat, une coupe ou un championnat. Pour cette catégorie, il n'y a généralement rien à faire. Certains pourtant en prenant de l'âge finissent par prendre conscience. Le temps les convertit et ces ex-jeunes coqs de Tatami sont alors touchés par la grâce ! C'est ce qui peut leur arriver de mieux pour qu'ils puissent s'apercevoir de la vraie dimension de leur Budo.

**D.A.** : - A titre personnel, de quelle façon vivez-vous Reï Shiki ?

**R.H.** : - Comme je vous l'ai dit, je ne me suis jamais vraiment cassé la tête avec. Au début j'ai obéi et imité, j'ai essayé de comprendre. J'en ai compris un peu et je fais tout simplement... *Je fais* comme je fais le nœud de ma ceinture ou comme je plie mon Keïko Gi. Cela me colle à la peau. Au fond je suis un peu obligé d'avouer qu'à la question « pourquoi ? » je n'ai aucune réponse formelle, c'est comme ça ! En plus, il y a une tradition dont je me sens un peu responsable : je me sens comme un petit maillon d'une chaîne entre le passé et - j'aimerais bien - l'avenir, si cela peut se perpétuer. Et dans ce domaine, autant j'admets que beaucoup de choses techniques peuvent être changées, autant lorsqu'il s'agit du respect de l'autre je suis moins coulant. Je crois qu'il s'agit d'une des choses dont la société actuelle a le plus besoin et, même si l'on ne pouvait enseigner que cette notion dans nos Dojo, ce serait fondamentalement important.

## MICHEL CHAVRET



5<sup>e</sup> Dan de Kyudo, vice-président de la Fédération Française de Kyudo Traditionnel, a débuté au Japon en 1982. Pour travailler avec son Maître, il effectue une à deux fois par an des voyages au Japon. Près de Lyon, - à Villeurbanne - il a créé chez lui un véritable Dojo selon les règles traditionnelles. Ce lieu fut inauguré par les représentants du plus haut niveau de la Fédération Japonaise de Kyudo en 1988.

Il s'y déroule aujourd'hui de nombreux stages où se rencontrent Japonais et Européens.

Dans ce Dojo, de 1986 à 1991, il a reçu un enseignement direct du seul Maître japonais ayant vécu en Europe.

Aujourd'hui, Michel CHAVRET exerce la profession de Consultant International en informatique et télécommunications.

Assisté de son épouse, elle-même 4<sup>e</sup> Dan, il poursuit son enseignement et son étude dans son Dojo, où son fils âgé de 6 ans commence à tirer ses premières flèches et pratique le Judo.

Enfin, il occupe le temps que lui laissent ses - déjà nombreuses - activités à une autre passion : le Jazz, pour lequel il joue de plusieurs instruments à la maison et en concert.

**DA** : - Avant d'en arriver à parler de l'Étiquette, dites-moi donc comment on arrive au Kyudo, dans quelles circonstances ? A quel âge ?

**Michel CHAVRET** : - J'ai débuté à l'âge de vingt-six ans. Tout simplement au Japon !

En fait, cela ne s'est pas fait si simplement. Pour situer les choses, à l'époque, mon épouse faisait de l'Aïkido et je ressentais vaguement le besoin de pratiquer ce genre de discipline, pour « calmer la tête », pour changer l'esprit d'un métier trop intellectuel, pas assez physique. Pourtant j'avais une espèce d'a priori. Lorsqu'on voit les gens pratiquer des arts martiaux, de l'extérieur, même si l'on cherche à comprendre ce qui se passe, on a une impression un peu théâtrale. A la longue, si l'on n'a pas quelques clés, ça finit par gêner. A telle enseigne que je n'avais pas attaqué ce domaine. D'un autre côté, j'avais fait un peu de tir à l'arc, notamment du tir à l'arc de chasse... Démarche spécifique, qui n'avait pas déclenché grand chose chez moi.

Le vrai détonateur a été lorsque nous sommes partis au Japon en vacances. Là, le premier jour pour ne pas entreprendre le Japon par ses côtés les plus citadins, nous sommes allés nous promener dans le plus grand jardin de Tokyo... Jardin où la première personne que j'ai rencontrée avait un arc à la main... Et je l'ai suivie !

Je suis alors tombé sur un des plus grands Dojo de Kyudo du Japon où était organisé un tournoi pour des jeunes. Je suis resté la matinée entière avec eux, totalement convaincu que j'avais trouvé ce qu'il me fallait. Je suis resté environ cinq à six semaines là-bas. Je dois tout de même préciser qu'auparavant j'avais beaucoup lu, beaucoup discuté avec des amis japonais de leur histoire, et m'étais vraiment documenté, au point qu'en y arrivant, j'avais une petite idée de la civilisation et de « l'esprit » japonais. Pour compléter le tout, dans cette même année, j'ai rencontré plusieurs des personnes qui compétaient en Kyudo...

**DA** : - Le Kyudo était vraiment votre destin ! J'imagine alors que pour un Français - même prédestiné - vous vous êtes aperçu un jour de la présence de l'Étiquette ?

**MC** : - Prédestiné ? Oui, je pense même qu'on peut parler de KARMA... A la réflexion, il m'aurait été difficile d'échapper au Kyudo ; d'autant que - j'allais l'oublier - nous logions dans un Dojo de Kendo et laïdo ! Il y a des années comme ça... Bref, quand j'ai commencé, je ne suis pas arrivé en me posant des questions tordues, du style « A quoi ça sert que tout le monde rentre en même temps ? Se saluer ? etc. » Non, pour moi le Kyudo ne sortait pas du reste, ou plutôt, je n'ai pas vu d'Étiquette spécifique. Il y avait le Kyudo, point à la ligne. Et ce qui se passait tout les jours, que je voyais dans la rue, chez mes amis ou dans les magasins, ne différait pas de ce que je voyais au Dojo ou lors de leçons de laïdo et de Kendo, que j'observais de temps en temps. C'était *un tout* dont l'Étiquette n'émergeait pas particulièrement, l'ensemble me paraissant tout à fait naturel et harmonieux.

**DA** : - Naturel... pour le Japon et les Japonais ?

**MC** : - Oui. Disons intégré, normal ou spontané. Comme les actes les plus quotidiens, y compris dans la manière de s'y conformer. Pour être plus précis : je ne me suis aperçu d'aucune forme de rituel. Par contre, quand je

suis revenu en France et que j'ai retrouvé des gens qui faisaient du Kyudo - fort peu nombreux - j'ai tout de suite vu qu'ils avaient un rituel, et qu'en plus celui-ci s'était dégradé parce qu'ils n'avaient pas de Senseï pour leur remonter les gestes formels. Là je me suis réellement aperçu de ce qu'on peut appeler Étiquette. Toutefois, chez ces pratiquants, l'esprit était resté intact, même si la forme avait été touchée. Ils pratiquaient dans le bon sens, sans question inutile. C'est sans doute dû au fait que la base leur avait été bien enseignée. Pour eux les saluts, comme tous les gestes précédant et suivant les tirs étaient dans l'ordre normal des choses.

Bon, aujourd'hui on a fini par m'expliquer un peu plus de détails. Comme tout ce qui concerne le Japon, plus on essaie d'expliquer moins on arrive à comprendre, alors je me laisse « porter par la vague », et généralement, avec un minimum de sincérité dans la démarche, les informations finissent par s'imbriquer. Alors le « comment » de l'apprentissage finit par être habité par un « pourquoi » plus tangible, qui rend l'ensemble de plus en plus cohérent.

**DA** : - Donc, vous avez plutôt commencé par une assimilation très globale ?

**MC** : - On ne m'a jamais parlé d'Étiquette. Lorsqu'on entre dans un tel Dojo - les premiers que j'ai fréquentés au Japon - et qu'on essaie de s'intégrer à un tel groupe, il faut savoir qu'il y règne une atmosphère particulière. D'abord, c'est très familial, aucune tension n'est perceptible entre les êtres. On sent fortement le charisme du Maître, qui a un peu une position de « Pater familias », il est vraiment le centre : pas besoin de compter les barrettes pour savoir qui est le Senseï.

Le premier Dojo dans lequel je suis entré, le Senseï comme bon nombre de ses aïeux, depuis plusieurs générations, n'avait jamais fait autre chose que Maître de Kyudo, et le Dojo était inclus dans son habitation. Là, les choses ont en quelque sorte « coulé » toutes seules, d'elles-mêmes. Nous sommes entrés et avons fait comme quand on ne sait pas, tout simplement. Nous nous sommes assis dans un coin, sans doute libre pour cela. Et on a regardé. Personne ne nous a salués, personne ne nous a parlé. Le Maître nous avait dit de venir ce jour-là. Au bout d'une heure, quelqu'un est venu nous dire « Maintenant c'est à vous. Mettez-vous là et commencez. ». Nous nous sommes exécutés, sans nous demander quoi que ce soit. Tout avait l'air tellement normal, tant à propos des gestes que des places. Nous n'avions qu'à suivre, comme si seul l'endroit où nous devions être se libérait au moment où nous devions l'occuper. La seule chose que nous avions à faire était d'être éveillés, attentifs. Pourtant nous étions nombreux, mais les repères - par exemple, nos places entre telle ou telle personne : une personne se lève ? Ça doit être à moi ! - nous apparaissaient dans le mouvement. Cela tournait, tranquillement, avec notre place bien évidente.

**DA** : - En fait, comme si l'ambiance, ou en d'autres termes l'impulsion du groupe, vous portait dans votre pratique ?

**MC** : - Exactement. Et cela fait douze ans que je tourne autour de ces impressions-là. Bien sûr en progressant un peu, les Senseï expliquent certaines formes rituelles, certains Kata, certains tirs de cérémonie, ainsi que certains points d'Étiquette extrêmement formels qui correspondent à des points d'histoire ou à des écoles particulières.

Pourtant, nous avons dans ce domaine un décalage en Europe par rapport au Japon, c'est que là-bas les gens ont des professeurs du niveau juste supérieur à eux. En clair, les Hanshi - les Maîtres - enseignent à des élèves qui sont Kyoshi - professeurs - qui eux-mêmes apprennent à des Renshi - des assistants - qui enfin enseignent à des élèves, du premier au cinquième Dan. Avec de telles échelles, la hiérarchie est bien respectée, notamment pour les informations qui sont en quelque sorte distillées, filtrées par les niveaux, et distribuées en fonction des capacités de chacun. Un tel système possède de nombreux avantages. A la disparition d'un Maître - et c'est souvent le cas car ils sont malheureusement âgés - cela permet de conserver les fondements de l'école, par ce partage de savoir. On sent, de plus, une espèce de poussée du bas, et d'aspiration du haut. Les anciens voulant faire progresser les plus nouveaux, ces derniers désirant rejoindre les anciens. Un vrai courant qui porte celui qui arrive. Là, le problème que nous ressentons est qu'il n'y a en France que trois personnes Renshi - et personne n'a de titre supérieur - il n'existe qu'un seul non-japonais ayant le titre de Kyoshi. Heureusement, il y a chaque année un stage fait par les Japonais en Europe, encadré par les plus grands Maîtres japonais qui viennent ! C'est bien sûr extraordinaire car ce sont des tireurs merveilleux. On peut dire qu'ils ne montrent pas le Kyudo : ils SONT le Kyudo. Dans leur vie quotidienne, dans tous leurs gestes. Le problème est qu'ils nous enseignent leur Art comme si nous étions septième Dan. Ils connaissent des détails extrêmement « pointus », à la suite de quoi nous devenons incollables sur le « comment », sans pour autant avoir vraiment assimilé les bases. Premièrement parce que nous ne sommes pas Japonais pour qui ces bases sont quotidiennes, ensuite parce qu'ils ont un enseignement pour un niveau auquel ces bases sont acquises depuis longtemps. Cela finit par créer des incohérences, des « hiatus » importants, même avec des éléments qui sont tout simplement incompris. Les gens à qui on les a expliqués n'avaient pas le niveau pour les assimiler : soit pas le niveau technique, ou encore, pas le niveau de langue japonaise, toujours pleine de sublimes et subtiles abstractions. Les enseignements sont alors interprétés. Il y a ensuite toutes les chances que ces derniers, s'ils enseignent, transmettent des choses fausses. Si j'en parle ainsi, c'est que je l'ai vécu autrement. J'ai eu la chance d'être durant cinq ans avec un Maître japonais - Maître SATO, 6° Dan Kyoshi - dans ma maison. Pendant cette période, il s'est attaché à essayer d'expliquer le « pourquoi » des choses, en plus du « comment », à reprendre depuis les bases, à développer des formules, basiques elles aussi, d'origines Bouddhistes et Shintoïstes, pour lesquelles il n'est pas toujours évident d'établir une correspondance certaine : essayez de le faire avec nos proverbes, les erreurs d'interprétation sont faciles. De plus, les Japonais ont l'art de « noyer le poisson » et d'utiliser les mêmes images pour des choses complètement différentes. Au bout du compte, une même formule peut enseigner des choses différentes selon le traducteur. Ne parlons pas d'écoles différentes, d'époques ou de civilisations. Ajoutez à cela qu'il faut que tout le monde comprenne la même chose en vue de l'exécuter ensemble...

Pourtant, cette année, par exemple, au cours du stage qui s'est déroulé il y a un mois, au Dojo, le maître japonais - Maître CHIDA - qui est de l'école Ogasawara de Tokyo s'est appliqué à nous rattacher le « pourquoi » au

« comment ». D'ailleurs, comme vous souhaitiez le faire, nous l'avons questionné à propos du rapport qui pouvait exister entre son école - Ogasawara, l'école d'Étiquette Impériale de Tokyo -, ce qui y était enseigné, et les Budo, ou les arts martiaux plus modernes. Sa réponse a été la suivante : « Ogasawara n'est pas une école d'arts martiaux. Ogasawara est l'école des bonnes manières à la cour. On y apprend à marcher, à s'asseoir, à entrer dans une pièce, à mettre ou enlever un kimono, à le plier, à manger ou boire le thé, saluer ou remercier : bref à se conduire en société... Entre autres - et par définition - en respectant l'ordre hiérarchique, en sachant le reconnaître et y tenir sa place, à repérer l'endroit important dans un lieu, etc..

A l'évidence, même si « cela n'a rien à voir », l'attache aux arts martiaux est immédiate. Pour le Kyudo en l'occurrence : en japonais « la noblesse » se dit « la maison de l'arc et des flèches ». Le noble était quelqu'un qui tirait à l'arc et qui avait deux sabres. Il n'est pas besoin d'aller chercher loin pour comprendre que d'une manière ou d'une autre, dans le passé, les pratiquants de sabre et de tir à l'arc ont été, noblesse oblige, éclairés - impliqués, influencés - par l'école Ogasawara.

**DA** : - On pourrait presque dire que c'est l'arc ou le sabre qui sont venus s'ajouter à leur éducation profonde d'Étiquette de Cour ?

**MC** : - Oui, ils ont sûrement appris à saluer bien avant de décocher leur première flèche. Pour en revenir à l'enseignement de Maître CHIDA durant le stage, il nous a donné une leçon de Kyudo, les attitudes, les saluts, les positions, à travers l'Étiquette de Cour, en expliquant qu'à l'époque on saluait de cinq façons, en fonction des échelons sociaux... On pliait le kimono comme ça pour telles raisons, etc. En fait, nous avons retrouvé les bases d'une multitude de gestes que l'on faisait souvent sans comprendre, alors qu'elles étaient rattachées à la vie de tous les jours. Et dans ce sens, l'Étiquette perd sa valeur d'association à une discipline spécifique, pour redevenir un élémentaire, mais très efficace code de vie en société.

**DA** : - Peut-on en conclure qu'il s'agit d'une fondation commune de toutes les disciplines martiales japonaises, y compris les plus modernes ?

**MC** : - Disons que ça lui ressemble. Toute la partie Étiquette de Cour était indispensable aux Samouraï, c'était sûrement une partie importante de leur culture commune. Comme tout indique que les arts martiaux viennent d'eux, même si depuis des changements ont eu lieu, c'est un sacré point de départ, l'empreinte est toujours là !

Je crois que ce phénomène est assez proche de ce qui s'est passé pour nos chevaliers, même si nous avons presque tout oublié depuis, on peut encore distinguer un peu de cette empreinte dans les sports ou les règles de savoir-vivre... Tout en sachant que c'est quand même beaucoup plus présent au Japon. Par exemple, on ne peut pas entrer quelque part sans s'annoncer, on ne peut prendre part à une conversation sans se présenter, puisqu'on ne peut parler en japonais à quelqu'un sans connaître son niveau social, et se positionner, pour employer le bon niveau de langage. On est salué, et on salue partout où l'on passe, la politesse est omniprésente, intégrée. Chacun a une place et a priori - dans des lieux traditionnels et classiques - personne ne bouscule personne. A partir de là, quand vous arrivez dans un Dojo, avec ce

minimum de connaissance, les places respectives des élèves, du Senseï, l'exécution du salut, la hiérarchie des places en fonction des grades est toute naturelle, et plutôt confortable. On ne se sent pas piégé par une discipline au sens militaire du terme. Bon, après, selon le Dojo on a, et c'est simplement un plus, un arc et des flèches, ou un sabre. Ce qui fait que les gens qui pratiquent d'autres Budo avec la même sincérité, bien sûr, n'ont aucune difficulté à changer de pratique s'ils ont bien intégré l'Étiquette.

**DA** : - Comment expliquez-vous à un débutant ce que peut apporter l'Étiquette à un tir ? Difficile de croire que cela a accompagné le Kyudo depuis des siècles, juste pour permettre aux pratiquants de savoir où se mettre au Dojo ? Il doit exister des raisons à cette persistance, d'autant plus qu'en Kyudo, même le souci de résultat du tir n'a pas résisté au temps !

**MC** : - En général, je commence par apprendre au débutant qu'il n'y a pas de « pourquoi » à formuler, et que les choses qui doivent être comprises le sont au fur et à mesure. Malgré tout, certains ont besoin de la parole, c'est très Occidental. Le Kyudo est une discipline, probablement comme le Iaido, qui est aride. Aride parce que l'on est face à l'adversaire le plus difficile : soi-même. C'est bête à dire, mais on est très seul, et il est pratiquement impossible de travailler tout seul. Peut-être que les gens brillants arrivent à le faire, mais en général, c'est impossible. C'est ce que pensent les Senseï. Chaque jour les Maîtres huitième, neuvième ou dixième Dan travaillent, progressent et évoluent en se faisant corriger. Chaque jour. L'objectif du Senseï au bout d'un certain nombre d'années de pratique est que l'élève possède les bases. En théorie, on est sensé posséder « l'alphabet » au cinquième Dan. Il ne reste plus qu'à apprendre à lire et à écrire. Là, le rôle du Senseï n'est plus de lui enseigner de nouvelles lettres ou de lui faire voir comment les tracer, mais consiste à lui dire si ce qu'il écrit est dans le dictionnaire ou non. On peut citer une vieille image : « Tous les chemins sont bons pour monter au sommet du Fuji, chacun doit trouver celui qui lui convient le mieux. Le seul rôle du Senseï est de dire : « Attention ! Tu t'écartes du chemin ! ». La traduction française littérale est *de - le - chemin*. Pourtant il faut comprendre *d'un chemin*. Cette image exprime très bien la solitude dont je parle pour le Kyudo.

**DA** : - On dirait presque que c'est *la liberté* - en l'occurrence de choix du chemin - qui décuple la difficulté ?

**MC** : - Oui, il faut comprendre qu'on n'est pas là pour trouver des cibles de papier, on saurait faire avec des moyens plus amusants et plus performants. Si c'est pour compter des points, il existe une discipline extraordinaire appelée le tir à l'arc occidental qui utilise des cibles avec des couleurs et des numéros qui permettent de contrôler le score au fur et à mesure des tirs. On n'a pas fait mieux dans ce domaine, et surtout pas en Kyudo où nous n'avons que des ronds noirs et blancs.

Il ne faut pas se tromper. On peut pourtant tirer du Kyudo un certain nombre de choses intéressantes. Il y a d'abord un travail sur soi, de maîtrise et de contrôle. Dès le moment où l'on commence à contrôler ses émotions et ses réactions physiologiques, alors on peut s'ouvrir sur l'extérieur.

Le Kyudo est un apprentissage de la vie en société, un apprentissage du groupe. Les Japonais sont extrêmement plus sensibles au groupe que nous -

un peu comme les Anglo-saxons - parce qu'ils vivent sur une île, et que, ne pouvant en sortir, leur vie demande une certaine constance sociale. Par exemple, il y avait très peu de criminalité dans le passé, simplement parce que le voleur, en vase clos avec les autres, finissait par déranger. Il ne tardait pas à être éliminé, soit il n'était plus voleur, soit il n'était plus... du tout. Aujourd'hui le Japon est ouvert, et la société des Yakuza est en train de se transformer en pègre.

Il y avait donc une pression sociale intense pour apprendre à vivre en groupe. Les codes sociaux et l'Étiquette étaient faits pour arriver à se supporter les uns les autres. Le fait que cela était vital demandait, qu'au départ, on évacue le « pourquoi » et que l'on commence par apprendre et appliquer. Là était l'urgence, c'était un gros travail sur soi. Ensuite, une fois en paix avec la société, on avait tout loisir de tenter de comprendre. On pouvait se préoccuper du fameux « Pourquoi ? ».

Dans les règles de rapports Kohai - Sempai, l'ancien arrive en disant « Tu vois, on fait comme ça. ». Si le nouveau commence par se fermer en demandant pourquoi, en disant qu'il n'est pas venu pour faire ça, mais juste envoyer des tas de flèches, etc, là, la pratique n'est pas possible. Il faut qu'il découvre qu'il peut se passer des échanges de toutes sortes dans un groupe, dont chaque membre peut s'enrichir très concrètement. Personne n'est là pour bricoler seul dans son coin. Je parle bien sûr surtout pour le Kyudo, où cette notion de travail en groupe est bien plus importante que tout le reste.

**DA** : - Vous semblez placer l'Étiquette comme le moyen de mise en harmonie du groupe, en vue de créer le terrain favorable à ce travail collectif ?

**MC** : - Tout à fait. Je ferai aussi un rapprochement extrêmement simple avec la musique, que je pratique aussi de temps à autre : si vous prenez les trente meilleurs solistes de la planète, vous serez sans doute très déçus de les faire jouer ensemble. Même dirigés par le meilleur chef, assis côte à côte, vous aurez trente solistes, pas un orchestre. Surtout s'ils gardent à l'esprit qu'ils sont solistes. C'est un peu pareil en Kyudo : on ne peut être vingt ou trente solistes à tirer dans un Dojo, pour la bonne et simple raison qu'ils ne trouveront dans le Dojo que ce qu'ils y ont apporté. Arrivés avec suffisamment de sincérité, ils tireront parti de l'énergie des autres. Pourtant, les autres ne continueront à donner que s'ils reçoivent aussi, en retour.

Bien sûr il y a des jours « sans » ; des jours de fatigue où on est moins disponible, moins réceptif. Ce jour-là on est moins bon en Kyudo. Il se passe alors deux choses : d'une part le groupe nous « porte », et généralement, le Sensei s'en aperçoit et intervient. Il fait alors travailler des choses sortant de l'ordinaire, nouvelles ou avec un autre rythme, pour distraire cette mauvaise énergie. Si par extraordinaire ce problème est ressenti par tout le groupe, que tout le monde a été coincé par les embouteillages, alors il va faire travailler des choses amusantes, ou des détails très fins. Enfin, si c'est très profond, peut-être ira-t-il chercher la solution dans la douleur ! Aussi bizarre que cela puisse paraître, en Kyudo il existe des choses très douloureuses. Et le travail sur soi va commencer par l'acceptation de cela : on est « nu » devant les autres. Les jours où ça ne va pas, tout le monde le sait, même si c'est écrit nulle part : l'arc le « dit » clairement, la flèche le « dit », et je ne parle pas de la cible ! Ce jour-là - en plus ! - il y a des choses qui sont douloureuses. Ce qu'il faut

essayer de montrer aux débutants - les Japonais le font très bien -, c'est que, du premier au huitième Dan, les gestes sont les mêmes, le travail est le même, l'effort est le même, et... la douleur aussi. La seule différence réside en la capacité de passer au-dessus.

Michel MARTIN dit toujours : « La douleur dans la position d'attente du tir est la fierté du tireur ».

**DA** : - C'est-à-dire ?

**MC** : - On ne comprend pas forcément immédiatement, mais cela devient clair quand on a passé cette barrière de la douleur. Il veut dire grosso modo : « Mes tirs représentent mon état du moment. Il n'y a pas de préparation spéciale pour tirer comme ci ou comme ça. Le tir est la résultante de mon état physique, de mon mental, affectif, émotif, etc. Par contre, mon entrée, mon salut, la globalité du Kata, avec surtout mon attitude durant la position d'attente, sont une source de fierté, car je peux les pousser plus loin, les surmonter. Il est courant de voir des gens qui trouvent cela futile, qui ne sont intéressés que par les tirs : « Ouais bon... Il faut le faire ; mais... ». Ils s'aperçoivent assez vite qu'ils n'avancent pas, ne progressent pas.

**DA** : - Que faites-vous dans ce cas en tant que professeur ?

**MC** : - La plupart du temps je laisse faire. Je ne pousse pas les gens à forcer. De toute façon ils finissent par se rendre compte que d'autres qui viennent juste d'arriver tirent mieux qu'eux, et se demandent immanquablement : « Pourquoi eux ? Et pourquoi moi je ne fais pas de progrès ? Pourquoi on ne me dit rien ? » A quoi je ne peux répondre autre chose que : « Jusqu'à présent tu n'écoutais pas ». C'est un peu ce que j'appelle les *vraies leçons*, à la japonaise : celles qui vont un peu trop loin. C'est toujours une manière de leur dire qu'ils n'amènent rien ou pas assez par rapport à ce qu'ils demandent. Généralement, lorsqu'on s'adresse à ces personnes, elles répondent : « Oui mais le Senseï m'a dit que..., oui mais moi je... Etc. ». Certaines reviennent du Japon désespérément fières : « Un mois au Dojo... Qu'est-ce que je tire bien : en un mois le Senseï ne m'a pas dit un mot ! ».

En Kyudo, il y a une énergie intense à contrôler, dans le but de ne pas s'en servir. C'est difficile et à la fois très douloureux du fait que c'est statique. Pas question de se servir de la dynamique d'un geste pour masquer une faute, ni de le modifier un tant soi peu pour ne pas repasser exactement sur la douleur, car tout en serait changé.

L'ensemble de ce travail de contrôle passe essentiellement par la respiration et la concentration. On s'aperçoit que si l'on attaque le mouvement en se disant « Attention à mon entrée, à mon salut, à ma position, etc. », on arrive au tir comme les gens qui arrivent au boulot le matin sans savoir par où ils sont passés ! Ils sont arrivés. On arrive alors à l'instant du tir en s'étant débarrassé des « Il faut que je fasse attention à mon dos, à mon doigt, à la flèche ». Nettoyé de ces détails, on est entièrement disponible pour le tir.

Et je pense que c'est fait pour cela : YU GAMAE, un éveil de vigilance en préparant respiration et concentration, en harmonie. Les deux maîtres mots qu'on retrouve en permanence en Kyudo sont : MA et WA, que je traduis par le *rythme* et l'*harmonie*. En fait, être à l'écoute des autres, et faire attention à ce qu'ils font oblige à faire d'abord attention à soi. Ensuite une fois placé et en

harmonie avec ce groupe, on profite de l'énergie qui y circule grâce à cette harmonie. Il existe des tirs de cérémonie extraordinaires qui sont des tirs à trois ou quatre, sur une seule cible. Là, chaque mouvement est totalement associé à ceux des autres, et cela devient UN tir à TROIS, non pas trois tireurs. On tire autant sa flèche que celle des autres ! Cela demande une concentration très particulière. Et même si l'on a raté son tir ce jour-là - le lâché de la flèche - ce qu'apporte le groupe est fantastique. Le plus étonnant se passe quand ces tirs sont commandés par surprise. Les Senseï le font sans raison apparente. Il se passe alors de drôles de choses, il circule de subtiles énergies si par exemple les tireurs ne s'entendent pas dans la vie, ou au contraire sont très amis. Comme pris dans un courant. Pour un pratiquant, ce sont de grands moments. Même les spectateurs, débutants ou non, sentent aussi qu'il se passe quelque chose.

Dans ce cas-là, le travail en groupe provoque un dépassement qui permet une sorte de jouissance de l'effort. On ne parle même plus de douleur. Dans certains pays européens, il y a des pratiques du Kyudo différentes : nombre de tirs maximum avec pour seul objectif la précision ; et dans ce domaine il est vrai que ces gens tirent mieux que nous. Leur technique est propre, très nette, sans émotion. Malheureusement, le jour où ils viennent dans un Dojo pour tirer avec d'autres personnes pour exécuter le Kata « Taï Hai » officiel - ce qui est quand même classique en Kyudo - alors ils semblent perdus, ne parviennent à trouver leur marques, réalisent des tirs abominables. Dans les faits ils sont perturbés par la nécessité de faire attention à ce qu'ils négligent le reste de l'année. Au contraire, nous sommes tellement axés sur ces points que le jour du stage nous sommes disponibles pour les remarques et les corrections des Maîtres, tout en profitant de notre tir.

C'est d'ailleurs l'essentiel de ce que nous cherchons à préserver dans notre Dojo. Mon premier Senseï me disait : « Je pense que comme moi, tu ne sauras jamais rien expliquer sur le Kyudo, car après 85 ans de Kyudo - et après plusieurs générations - je n'ai pas encore compris exactement ce que c'était. En fait ça n'est pas grave. Les deux choses les plus importantes à maintenir dans ton futur Dojo sont, premièrement qu'il faut faire respecter l'esprit du Kyudo et son Étiquette pour ne pas laisser les gens faire n'importe quoi, et deuxièmement que tu dois absolument continuer à tirer. Même si tu n'expliques rien à tes élèves, si tu continues à tirer, le reste suivra. ».

**DA** : - Si je comprends bien, l'Étiquette permet de rester en phase avec ses objectifs, au sens propre comme au figuré : elle amène à disposer le corps pour orienter correctement la flèche, et à la longue, structure la pratique dans les Dojo pour rester dans l'esprit du Kyudo ?

**MC** : - On pourrait certainement trouver encore bien d'autres niveaux d'intervention de l'Étiquette : le mental des individus, leur comportement dans la société, dans leur famille, etc. L'ancien président de la Fédération de Kyudo, au Japon, disait : « Le but du Kyudo, c'est la paix dans le Monde ! ». Après cela, la première réaction de beaucoup de gens a été de dire « Bon, il est bien gentil, mais qu'est-ce qu'il nous raconte là ? ». Puis il nous a expliqué : « Je suis très sérieux. Lorsque je vois en Europe les guerres qui commencent entre des voisins, des amis ou des frères, je pense que cela s'est déjà passé au Japon. Alors, des moines ont développé la branche Kyudo de l'art de l'arc,

plutôt que le Kyujutsu ou le tir de guerre - axé sur l'efficacité meurtrière - dans le but d'apprendre aux gens à être ensemble, à se respecter entre individus, d'une caste à l'autre, d'une classe à l'autre. Plus simplement, vivre ensemble en Paix. ». Lorsqu'on fait attention, dans les stages on parvient à faire travailler ensemble un Finlandais, un Italien du sud, un Français, un Anglais, un Allemand et un Japonais. On retrouve bien sûr dans leur pratique des traits particuliers, issus sans doute de l'héritage culturel de leur pays. Il faut tout expliquer en détail aux Français, les Italiens discutent même au plus fort de leur concentration, pour les Allemands le besoin d'efficacité domine, quant aux Anglais, une fois l'Étiquette respectée, le reste est très anglais... C'est vraiment très amusant de retrouver ces penchants. Pourtant, dans le même temps, les gens qui sont sincères finissent par pratiquer à l'identique, un peu comme si d'un coup on parlait la même langue. Enfin, arrivé au stade de la souffrance dont nous parlions, alors, chacun sait non seulement ce que tout le monde pense, mais sait aussi ce qu'il ressent. Là, c'est une vraie communion du groupe. Après de tels moments, les échanges ne sont plus les mêmes entre les individus.

**DA** : - L'Étiquette fait, dans de nombreux cas et dans des Budo différents, appel à des attitudes naturelles, ou très primaires, je pense notamment au regard, Metsuke, à la vigilance, Zanshin, ou à la menace, Seme, ou plus simplement à une certaine idée des distances ou de la concentration. Qu'en est-il en Kyudo ?

**MC** : - J'aurais du mal à répondre. Je crois que le naturel est la chose, à la fois la plus facile et la plus complexe à capter. Les Maîtres japonais disent fréquemment : « Il faut faire *naturel* ! », et il est exact que dix ans après je repense à des mots que me disait mon Senseï, et je les comprends maintenant. Par ailleurs, je me demande, pour certains gestes ou certaines attitudes, s'il m'est arrivé de les faire autrement. Ils me semblent donc vraiment naturels ; mais le sont-ils ? On ressort de temps en temps un vieil album photo ou une antique vidéo. On arrête généralement à la seconde page ou au second plan, horrifié par ce qu'on voit. Difficile de croire qu'on est passé par là... Mais si !

**DA** : - Les grades suivent le système classique des autres Budo. Comment les abordez-vous en Kyudo ?

**MC** : - Le Président de la Fédération Japonaise dit souvent : « Passer un nouveau grade, c'est ouvrir une nouvelle porte, pour entrer dans une nouvelle salle de cours. Mais cela veut aussi dire que vous êtes suffisamment structuré, assez stable dans votre tête, pour pouvoir tout casser et recommencer à zéro ! ». Donc, et pour répondre à votre question, le grade ne représente pas une reconnaissance de l'acquis, mais la preuve que votre maturité est suffisante pour accepter d'admettre que... ce que vous faites est *nul*, et qu'il faut tout reprendre au début ! Ce qui demande un certain état d'esprit pour aborder le passage de grade et le grade lui-même, quelle qu'en soit la hauteur. On est assez loin de l'idée de la ceinture noire, du « Youpi ! je vais devenir professeur ». Chacun doit être capable de se dire qu'il n'a rien compris et que tout est à refaire, jusqu'à ce que ce que l'on a refait soit à refaire encore, et ainsi de suite.

A la base, je ne pense pas que nous soyons si éloignés des autres Budo, mais notre principale spécificité réside dans le fait que nos objectifs sont différents. Je pense que le Kyudo a su éviter le piège du « Tout le monde DOIT évoluer, progresser et devenir ceinture noire le plus vite possible ». On n'a pas de quota de réussite, de barèmes de succès, etc.

De ce côté-là, il existe deux raisons majeures, qui sont des avantages : d'abord, la réussite du Kyudo réside dans l'intégration de l'individu dans la société. Comme c'est impossible à mesurer, comme on dit « on est peinarde ! ». Les comparaisons ne sont pas nombreuses, d'autant qu'à cet objectif d'intégration les Japonais ajoutent « selon les possibilités de chacun ». Ça éloigne donc toute échelle de valeur, même relative. Le second point qui nous aide à prendre encore plus de distance par rapport aux grades, est que les Japonais estiment - à juste titre je pense - que nous manquons de recul pour nous juger nous-mêmes (quand ils disent recul, ils pensent : siècles !).

Concrètement, les grades ne sont attribués que par la fédération japonaise, y compris en Europe, une fois par an, au cours de leur visite. Cela élimine cette espèce d'auto-training pour faire mieux que le Dojo d'à côté, pour toucher plus de prime du ministère, en fonction du taux de réussite, ou dieu sait quelle raison abjecte. Je crois que ce sont principalement ces deux éléments qui nous protègent de cette inflation si ridicule, qui perturbe les esprits et agresse l'Étiquette.

**DA** : - Avec une approche aussi claire des grades et des examens, comment vit-on l'échec et la réussite ?

**MC** : - Je crois que le travail sur l'ego est le même dans toutes les disciplines. On prépare, et on se présente bien prêt au passage, et flop ! on échoue alors que celui d'à côté qu'on sait avoir été minable durant des années réussit, on se dit que c'est injuste. Alors Senseï dit : « Hé bien, lui devait être prêt à l'avoir, pas toi. Écoute-toi, tu n'acceptes même pas d'échouer. Pourtant, lui s'arrêtera peut-être au cinquième Dan, alors que toi, tu iras bien plus loin, et pour cela tu as besoin de mûrir pour assurer tes bases ».

Mais c'est bien sûr très difficile à expliquer et à vivre. Pourtant, il y a encore autre chose, d'encore plus difficile à expliquer - les Japonais refusent d'ailleurs de le faire - qui fait entrer en ligne de jugement le niveau social du candidat, lors de l'examen de professeur. Il n'est bien sûr pas question de richesse ou d'argent, mais être professeur implique un certain nombre de devoirs et de responsabilités qui vont plus loin qu'une simple gestuelle technique - même sophistiquée - notamment de s'occuper des autres, d'être à leur écoute. Et il est assez logique de penser qu'une personne qui dans sa vie professionnelle a déjà peu ou prou ce rôle à tenir, ou qui est par exemple un des acteurs de la fédération, aura un « petit plus » sur un candidat de niveau technique égal. Surtout si ce dernier a une vie et une activité professionnelle solitaires. A l'examen, son tir seul ne suffira pas.

Bien entendu, ça n'est pas toujours facile à expliquer, surtout au second !

Cela fait partie des éléments qui, additionnés, ont fait du Kyudo ce qu'il est.

**DA** : - J'aimerais que vous me parliez de l'Étiquette en Kyudo, mais de sa partie formelle. Prenons l'exemple de ces fameux tirs de Cérémonie lors desquels vous vous dénudez l'épaule ?

**MC** : - En Kyudo l'Étiquette est difficile parce que les problèmes sont savamment disposés en plusieurs couches !

Premièrement les gestes à accomplir sont très particuliers. Les hommes se dénudent l'épaule et la partie gauche de la poitrine, les femmes non. Elles, doivent retenir leurs manches derrière elles, avec un ruban de soie, méticuleusement noué. Ce qui est très difficile à faire.

Les hommes, eux, se dénudent l'épaule gauche. Cela demande un bon entraînement, car réalisé en ne se servant que du bras gauche, évidemment en toute concentration. Malgré tout, c'est assez facile à exécuter. Lorsqu'on fait un tir à trois hommes les mouvements doivent être complètement synchrones. Tous ont à exécuter l'Étiquette ri-gou-reu-se-ment ensemble, jusqu'à être sur la ligne de tir.

Pour cet ensemble, il est indispensable d'être à l'écoute des autres. Le premier, qui tourne le dos aux autres, doit essayer d'imaginer les difficultés des deux derniers, pour être sûr de ne pas finir trop tôt, ni de passer à la suite tout seul. Les deux autres eux doivent veiller à ne jamais aller plus vite que le précédent. Couvrant le tout, cette Étiquette ne doit pas s'avérer trop lente, et doit conserver *LE* rythme. Cela demande une attention très particulière.

En fait, ce synchronisme n'est qu'apparent : pour être avec l'autre, il faut être prêt, cela demande donc principalement d'anticiper. Pour les dames, c'est encore pire, car elles lèvent assez fortement un genou, y posent l'Arc et les Flèches en équilibre et, armées d'un gant épais à la main droite, vont être obligées d'enrouler un délicat ruban de soie autour de leurs épaules, le passer derrière la tête pour finir par un petit nœud (Tatski Sabaki). Cette version féminine de cette partie d'Étiquette est beaucoup plus difficile, et surtout bien plus longue que celle des hommes. Vous imaginez alors, que lorsqu'on fait un tir mixte, cela demande une attention et une connaissance de l'autre et de ce qu'il a à exécuter assez extraordinaire, dans l'unique objectif d'être *ensemble*. Au fond c'est une recherche la plus totale possible de la perception, du rythme et de l'harmonie avec l'autre.

Ensuite on va tous avancer ensemble sur la ligne de tir. Là, les « deux » et « trois » vont attendre que le « un » tire... Attendre, mais être avec lui dans le tir. S'il rate quelque chose, l'ensemble du mouvement du tir risque d'être perdu. Puis, quand il va ramener ses bras et sa tête en fin de tir, le second va se lever, le premier reculer, etc. On se déplace en triangle. Tous les mouvements sont synchronisés. La respiration est la même pour tous, et on profite ainsi de l'énergie de chacun.

Il n'est pas rare que - les jours où l'on a tous raté nos flèches, les jours « sans » - lors de tirs à trois, les flèches soient toutes groupées, ces jours là hors de la cible, bien sûr ! Les trois ont travaillé sur un sentiment commun. Puis, quand on a fini de tirer, on salue la cible ensemble et on se retourne pour remettre qui son bras dans sa manche, sa manche en place, qui son petit ruban. Alors là, juste retour des choses - la condition féminine n'est pas telle au Japon - que cette fois-ci, c'est plus facile pour les dames qui n'ont qu'à tirer sur le nœud. Les messieurs eux n'en sont pas au bout de leur peine,

car il va s'agir de remettre, élégamment bien sûr, sa manche de kimono, tenant son arc toujours à la main droite. Le sous-kimono est joyeusement tire-bouchonné au fond, la transpiration fait coller le coton à la peau, etc. Et bien sûr, là encore il faut trouver l'harmonie. Ceux qui étaient en avance au commencement sont ceux qu'on doit attendre, et vice versa, pour que tous soient et finissent ensemble.

Dans ces cas-là, on sent vraiment une vraie intensité dans le groupe pour la réussite du tir, et celui-ci est généralement assez beau, ne serait-ce que par l'énergie qui a été dépensée dans le même objectif.

**DA** : - Votre exemple fait ressortir à la fois une spécificité importante du Kyudo - qui est l'absence totale d'une quelconque martialité intellectuelle ou d'attitude - mais aussi une étonnante modernité dans la démarche, par ce phénomène de travail de groupe, recherche d'harmonie. Bien que ce but soit exprimé clairement par les autres Budo, il n'en reste pas moins qu'un des éléments d'étude, ne devenant fondamental que plus tard le Kyudo quant à lui en fait l'essentiel de sa pratique au premier jour, un peu comme si l'Étiquette mettait en phase les individus, au fur et à mesure de l'approche du tir, comme un fluide se resserre dans un entonnoir. Le tout finit alors par se concentrer dans la flèche.

D'autre part, j'ai l'impression que les moments couverts par l'Étiquette ne servent à concentrer qu'une intention bienveillante vis à vis des partenaires. Cela se situe exclusivement dans le registre positif, contrairement à nombre d'autres Budo, qui, sans volonté aucune de développer une agressivité malsaine entre les partenaires, parvient tout de même à leur faire développer une vigilance dont certains côtés sont quelque peu guerriers.

On étudie par exemple Semé, qu'on peut traduire par *la menace*, et même si celle-ci n'a rien d'agressif et que sa véritable traduction a un sens plus évolué, elle porte une part de signification évidente. Pourquoi d'après vous ?

**MC** : - Je pense que c'est d'abord dû au fait que nous n'avons rien - à part nous-mêmes - qui puisse s'apparenter à un quelconque adversaire. Donc tous les termes que vous venez d'employer tombent à l'eau. Ensuite parce que les partenaires sont de véritables partenaires, avec qui nous pratiquons, au propre et au figuré, dans la même direction, avec un objectif commun. C'est la partie « DO ». Reste la racine « KYU-JUTSU », dont le Senseï animant notre stage disait l'autre jour : « Quand on a les pieds serrés et qu'on doit les placer pour tirer, c'est toujours en avant. On ne peut pas, on ne doit pas reculer... Mais toutes ces choses-là viennent d'époques martiales. » Et en effet, il reste des ombres de gestes guerriers : les prises de flèches existent en cachant les pointes pour que l'ennemi ne connaissent pas le tir... etc. L'héritage martial est indéniablement présent, le Kyu Justu existe. Mais cela se situe principalement au niveau de détails techniques. La notion « DO » transparait surtout lors du travail en groupe.

**AD** : - En Kyudo, il m'a été dit « viser n'est pas le but, toucher la cible n'est rien, etc. »

Je vous avoue qu'en matière de Budo je ne crois pas au hasard : si la cible est encore là au vingtième siècle, c'est qu'il y a une raison importante. Qu'en est-il vraiment ?

**MC** : - Le résultat du tir n'est pas important. Le fait d'avoir touché la cible n'est pas important. Maître ONUMA disait toujours : « Si l'on doit passer cinquante années de sa vie à être satisfait d'avoir fait des trous dans un morceau de papier, c'est quand même bien malheureux ! ».

**AD** : - Pourtant tous les gestes du Kyudo sont exécutés pour structurer et orienter le corps en vue de toucher la cible ?

**MC** : - Oui. Mais la réciproque n'est pas vraie : il n'existe pas de visée pour atteindre le centre de la cible. La différence entre le Kyudo et le tir à l'arc occidental peut se distinguer en comparant la danse classique et gymnastique de compétition. D'un côté le but est d'atteindre la cible au plus près du centre parce que ça fait marquer des points. Dans l'autre - le Kyudo - c'est d'atteindre la cible aussi. Mais cela veut dire que la position du corps était bonne, donc, que la série des gestes a été maîtrisée, que la concentration a été bonne, donc il y a eu la maîtrise de l'esprit, que l'on a été ensemble avec les partenaires, donc : maîtrise du *timing* et de l'Étiquette avec les autres. Par contre, on peut très bien toucher la cible en « *tirant comme un cochon* », ce qui, en plus, est assez facile ! Mais à ce moment-là le Senseï est là pour dire « Attention, ça n'est plus du Kyudo ».

**DA** : - Vous parlez du moment où les deux composantes que vous avez appelées Kyu et Do ne sont pas, ou plus réunies ?

**MC** : - Oui. Toutefois, je voudrais attacher quelque chose à cela : il existe des compétitions en Kyudo, sans aucune contradiction avec ce que l'on vient de dire. J'aime bien ça d'ailleurs les compétitions. On les appelle des « tournois », comme à l'époque des chevaliers. La manière d'y compter les points est édifiante, et éclaire tout ce qu'on vient de dire. Ces réunions se déroulent sur deux jours. Le premier est jour de sélection pour la finale qui a lieu le lendemain. Pour être finaliste, il faut avoir le maximum de points. Ce sont les dix ou vingt meilleurs scores. A noter que ces scores se font sur deux flèches ! Cela dure dix minutes et chaque flèche vaut cinquante points. Dans ces cinquante points, quinze concernent la technique du tir, quinze le respect du Tai Haï, de l'Étiquette, quinze points sont pour le sentiment dégagé par le tireur, et enfin cinq pour la... précision à la cible !

Les sélectionnés sont donc des gens qui ont donc du sentiment, de la technique, du respect, de l'Étiquette, qu'ils conserveront à coup sûr pour la finale, qui sera jugée, quant à elle, sur la précision à la cible.

**DA** : - Cela doit être une tentation importante de viser, surtout avec un tel enjeu ?

**MC** : - Cela peut le devenir. C'est aussi comme ça que l'on voit le niveau qu'on a atteint. En 1987, un tournoi a été organisé en Europe, et en fait, l'expérience a été extrêmement amusante. Un grand Maître japonais est venu. Il avait les recommandations de la Fédération comme Juge officiel, pour que tout soit fait selon les mêmes principes. A l'issue de la rencontre, il m'a pris à part et m'a dit : « J'ai l'impression que vous n'avez pas compris ce qu'est un tournoi : j'ai vu les gens venir tirer, essayer de faire du mieux qu'ils pouvaient, comme cela se fait d'habitude. Mais en plus, ils se donnaient des conseils les uns les autres ! Ils s'aidaient ! Ça, chez nous (Japon) ça n'arriverait pas parce qu'un tournoi est le seul moment où l'on laisse voir une petite pointe d'indivi-

dualisme, chacun tire pour lui-même, pour sa propre réussite. Au Japon, le tournoi est perçu comme pire qu'un examen. Pour l'un, le tournoi n'est qu'une photo au milieu d'un groupe. Pour l'autre, il est l'instant qui permet de se dépasser, où l'on peut montrer tout ce qu'on sait faire, contre les autres. On pourrait presque tirer seul. Et là je vois des gens qui s'entraident, se congratulent, se conseillent. Ça n'est pas du tout l'esprit du tournoi ! ». D'un autre côté cela a plu au grand Maître car cette gentillesse n'a rien ôté à la recherche de la victoire, ni à l'ambiance du tournoi.

Bien sûr ça n'est pas tout le Kyudo, et ces tournois ne plaisent pas forcément à tous les Senseï, surtout les plus traditionalistes. Pourtant un certain nombre de vertus leur sont reconnues : c'est une autre pression que celle de l'examen, c'est aussi un moment où l'individu doit se bagarrer, autant avec lui-même qu'avec ses concurrents, même si le résultat n'a pas d'importance en soi. Enfin, c'est une bonne préparation pour tout le reste, à cause de l'ambiance, des multiples regards qui pèsent sur vous, sachant que chacun est comparé au précédent, etc.. Cela dit, c'est du Kyudo, et généralement, pour casser l'individualisme que cela a fait naître - comme aussi dans de simples stages, où ce qui est travaillé est éloigné des notions de groupe - il est souvent organisé un petit tournoi par équipes, sur une cible blanche et rouge, où les résultats ne sont exprimés qu'en blanc ou rouge. Le côté ludique détend l'atmosphère, et fait retomber cette espèce de chape de regards par en dessous que pouvaient se lancer les concurrents. Cet aspect de « jeu » est à mon sens essentiel pour éviter le poids du nombrilisme que peut faire naître le sport exacerbé par le comptage de points.

**DA** : - Question moins sérieuse pour terminer. Je vous ai entendu parler, durant le dernier cours, du « Zanshin Youpi ! » et du « Zanshin Merde ! ». Qu'est-ce que c'est ?

**MC** : - J'ai un camarade, le plus ancien Kyudoka français qui parle souvent de ces deux formes de Zanshin (vigilance). Plus concrètement, lorsqu'on observe des Européens - les Latins très peu, les Anglo-saxons beaucoup plus - on aperçoit que peu de gens ont une vraie capacité d'être impassible près leur tir. On peut lire leur réussite ou leur échec sur leur visage, que ce soit un demi-sourire ou une ébauche de grimace. Bien que sympathique, cette émotion démontre qu'ils ne sont pas prêts, que le résultat compte encore trop. En fait, tout l'intérieur du tireur et ce qui se passe dans son esprit se voit sur quelques centimètres de peau du visage. Les grands Senseï arrivent à juger les tirs et les tireurs en les regardant dans les yeux. Le plus grave est que cet élément devient de plus en plus prépondérant au fil des Dan et des années. On touche là un point fondamental des Budo développé dans de nombreuses fables martiales comme l'histoire du Maître du Thé et sûrement d'autres : il a impressionné ses agresseurs par son impassibilité, représentant sa très haute maîtrise. Et à partir d'un certain niveau, cette maîtrise est la même en Chado qu'en Kyudo.

En Kyudo, à quoi peut bien servir de faire des trous dans du papier avec des flèches ? En Kendo ou en Jodo, où se situe l'utilité du maniement du Bokken ? Bon, en Kyudo, on n'a pas l'excuse du partenaire - comme en Judo ou en Aïkido par exemple - qui attaque mal, qui est trop lourd et qui sert parfois à fournir une excuse. Alors, quand le tir est mauvais on sait tout de suite

à qui s'adresser. Puis, avec le temps, on finit par se dire que cela n'a aucune importance. Cela arrive souvent quand on s'aperçoit un jour que c'est cela qui, vécu par avance, perturbe nos tirs !

On peut rapprocher cela des langues étrangères. Il arrive souvent que l'on ressent un blocage psychologique au moment de parler : « Mon accent est déplorable, ils ne vont rien comprendre, etc. », et on reste coincé dans son coin. Et puis un jour, pour une raison ou une autre, on se jette à l'eau, et on s'aperçoit que c'est plus facile qu'on l'imaginait. Autre exemple, nous parlions de la douleur de la position accroupie un genou à terre, « Kiza », avec les doigts de pieds retournés. Il est exact que, si vous vous dites en prenant cette posture « Ouh là là, qu'est-ce que je vais souffrir ! », je vous garantis une douleur inimaginable. Au contraire, avec une bonne détermination on passe au-dessus : « Là je suis prêt, ils ne m'auront pas, je suis parti pour vingt minutes et je ne bougerai pas d'un millimètre. » Bien sûr vous aurez mal, ni plus ni moins qu'autrement, sinon qu'avec cet état d'esprit vous aurez l'énergie de la victoire en plus.

**DA** : - Dans ce domaine le travail en groupe doit aider énormément au dépassement ?

**MC** : - Oui et non. C'est à double tranchant : Si tout se passe bien, il est vrai qu'on est entraîné et soutenu par l'harmonie des autres. Par contre, quand il en est un pour laisser tomber sa flèche, ou qui fait une erreur importante que le Senseï vient reprendre, alors là on se dit : « Non, ça n'est pas possible, il ne va pas nous faire ça ! La dernière fois cela a pris cinq minutes de plus... ». Puis, il arrive un jour où l'on parvient à dépasser ce stade qui est un facteur psychologique que les coureurs de fond, par exemple, connaissent bien. Au bout d'un certain temps, un deux ou trois tours de piste en plus n'ont plus d'importance, il n'est plus question de fatigue, mais de bonne circulation d'énergie. Et puis l'Étiquette aide aussi à « passer par-dessus » par son ordre immuable, et ses enchaînements qu'on aurait du mal, avec l'expérience, à interrompre.

En fait, il faut « passer par-dessus », comme pour la règle du Kohai et du Sempaï, très présente en Kyudo. Il faut respecter les plus anciens, leur répondre « oui », même s'ils vous disent de marcher sur la tête. Ce jour-là, la leçon, c'était peut-être juste apprendre à dire « oui », même si cela paraissait incongru. Certains anciens sont aussi difficiles à supporter, très bêtes ou très mauvais dans leur technique... Là, passer par-dessus est parfois plus dur que pour certaines positions. C'est encore et toujours de l'Étiquette. Finalement, un jour, on y trouve aussi une forme de jouissance intellectuelle. Pour vivre ça avec le sourire, j'ai forcément dû faire des progrès quelque part...

Et cela s'applique tous les jours. L'usage, comme le profit, sont quotidiens. Dans la rue, au boulot, en famille.

**DA** : Justement : par rapport à ce que vous pensiez avoir comme défauts, que vous a apporté le Kyudo au quotidien, moralement bien sûr, le tir à l'arc n'étant pas pratiqué dans les rues lyonnaises ?

**MC** : - Quoi que... Pas le tir lui-même, mais tenir un stylo, un sac, un balai ou tenir la poignée dans le bus : les gens mettent généralement dix fois plus de force que nécessaire. Ce sont des gestes qu'on apprend en plus à pratiquer

en état de grande fatigue. Alors quand je dis « quoique », c'est à propos de cette économie d'énergie qu'on apprend à réaliser, non pas exclusivement au Dojo, mais partout et tout le temps.

**DA** : - Bref : on fait du Kyudo en tenant un balai, et on apprend à balayer en tenant l'arc au Dojo ?

**MC** : - Presque. C'est raccourci... D'un côté s'il n'y a pas un peu de ça, le Kyudo ne sert à rien. Si ce qu'on fait au Dojo n'éclaire pas un peu notre vie, c'est pas la peine de venir souffrir. D'un autre côté, quelques heures d'entraînement par semaine sont insignifiantes : autant y ajouter les heures de ménage ! Plus sérieusement, on voit souvent arriver des gens hyper nerveux, tendus, stressés qui, peu à peu, changent dans leur comportement, grâce à cet ensemble mental *ET* physique. Personnellement, j'étais un adepte du mal de dos et des tensions nerveuses, à cause de la pression professionnelle, du stress, etc. Depuis que je pratique beaucoup, moins de problèmes, parce que je sais être à l'écoute de mon physique, de mes nerfs, et que je les contrôle mieux. Disons que j'ai plus de respect pour eux.

Ensuite, il y a l'aspect plus intellectuel d'ouverture et d'écoute des autres, des valeurs relatives, du Sempaï Kohaï. C'était mon principal problème car mon plus gros défaut depuis... tout petit. Je pense que depuis que je sais parler j'ai toujours eu la maladie de répéter : « Oui mais moi je... ». J'ai traîné ce problème durant des années. Comme cadre supérieur, j'ai à la fois des subordonnés à encadrer, et une direction, dont je suis très proche en général, mais dont je ne partage pas toujours les points de vue.

J'ai donc parfois à expliquer à des gens qui me respectent - dont je suis le supérieur hiérarchique, une décision que je ne respecte pas : c'est une situation abominable, ou du moins que j'ai vécue souvent comme telle. J'ai de ce fait été quelquefois considéré comme un « rouge », ou un insolent.

Mais je remarque que, depuis dix ans, ça change. Cela ne veut pas dire que j'accepte sans réfléchir les décisions d'au-dessus, ni que je fais plus d'efforts à leur expliquer pourquoi on pourrait faire autrement. La vraie différence est qu'aujourd'hui, et plus que beaucoup d'autres, je les applique du mieux que je peux, tout en continuant à chercher à les améliorer. Je joue la relation Sempaï Kohaï : vous me dites de faire, je ferais. Et on va voir si ma contestation est justifiée ou non.

J'ai eu des applications plus amusantes. Lors de fonctions commerciales, j'avais suivi des trainings, et l'animateur était très étonné et m'avait dit que le langage que j'employais - venu du Kyudo - était absolument identique à celui du training commercial. Bon, sur le plan commercial, il y a un vilain but de « contrôle » du client, et non pas d'être à son écoute. Je pense d'ailleurs qu'il s'agissait d'une erreur qui, semble-t-il a été rectifiée : l'écoute, plutôt que le contrôle du client doit être plus profitable à terme.

«Maîtrise de soi et écoute d'autrui... Et pas l'inverse ! »

Aujourd'hui, quand j'en parle, j'explique aux gens qu'on peut entrer dans une pièce, en sentant les tensions entre les personnes présentes, en sentant qui est quoi, à quel moment on peut intervenir ou rester silencieux.

Moi, j'ai appris cela au Dojo, et j'en jouis vraiment dans la vie quotidienne.

**DA** : - Que dites-vous au débutant lorsqu'il arrive dans votre Dojo, quel est votre accueil, en tant que Maître des lieux et professeur ?

**MC** : -... De se laisser porter. On parle généralement peu du Kyudo. Les gens viennent, on les accueille, ils participent. Il faut qu'ils soient dedans pour sentir. Ça leur plaît, ça ne leur plaît pas, ils sont libres de partir. Pas question de « pousser ». La démarche doit être volontaire, et ils doivent sentir si, dans le Kyudo se trouvent les réponses qu'ils désirent. Ensuite, la première des choses que je dois leur apprendre, et qui est terrible, c'est le *TEMPS*. Je leur dis dès le premier jour - ce qui en inquiète certains - que l'on fait un premier point au bout de... vingt ans ! Tout ce qu'on fait avant ne compte pas, c'est dans vingt ans qu'on saura s'il est bon de continuer ou non.

C'est ça le Kyudo ! Comment voulez-vous dire à des gens qu'ils vont essayer d'apprendre à vivre en société, apprendre à se contrôler ? Peut-être que, lorsqu'on rentre au temple de Shaolin à l'âge de six ans, et sachant qu'on en sortira à vingt, cela peut avoir un sens. Mais là non, ce serait très prétentieux. En plus, je ne suis pas enseignant, je ne suis qu'animateur, parce que je n'ai hélas personne au-dessus de moi, et à mon grand regret (car cela me permettrait d'avancer plus vite). Par contre, j'ai tellement suivi de Senseï pendant des années et traduit tout ce qu'ils disaient, que j'ai deux ou trois choses que je peux faire passer... Entre autres celle-ci : laissez les gens trouver eux-mêmes leurs propres raisons de faire du Kyudo. Arrêtez de se focaliser sur les points techniques, pour faire ressortir les points forts de chacun. Valorisez les individus, qu'ils trouvent leur propre confiance. Avec ça ils arriveront, en Kyudo - et peut-être dans leur vie, qui sait ? - à faire avancer leurs points à améliorer.

Je vois surtout cela avec d'autres enseignants. Il existe souvent, avec les jeunes professeurs, des problèmes qui reviennent régulièrement : d'abord, ils veulent trop faire progresser les gens, sans tenir compte de leurs moyens respectifs, ou de leurs envies. Ensuite, d'autres ne parviennent pas à jouer ce rôle très ingrat, consistant à « casser » pour reconstruire. On est parfois en présence d'individus qui perturbent le groupe, car « coincés » à leur niveau dans leur technique. Ils refusent tout, et pour peu qu'ils soient un peu anciens, déstabilisent des nouveaux. Dans ces cas-là, il faut être très strict, notamment au niveau de l'Étiquette, qui représente alors LA zone inflexible du Dojo.

**DA** : - Des réfractaires à l'Étiquette ?

**MC** : - Oui. Très très durs... Pour les deux côtés : Moi et eux ! Certains, d'ailleurs, ne sont plus là pour en parler. Non qu'ils soient enterrés au fond du jardin, mais ils ont cru comprendre que le Kyudo n'était pas fait pour eux. J'ai même reçu une lettre de l'un d'entre eux qui me disait que je ne voulais pas répondre à toutes ses questions. Il n'avait d'ailleurs que cela : des questions, sans avoir rien fait d'autre. On n'avait rien à lui apporter, il voulait qu'on lui donne encore et encore, et... Je n'ai rien à donner. Au mieux je montre, mais il faut encore regarder.

D'autres arrivent en disant : « Attends, attends ! en ce moment je ne travaille que l'esprit ».

Bon, là encore c'est un autre chemin pour le Fuji... D'autres encore disent : « Non, moi je travaille comme ça... Le Senseï m'a dit... ». Peut-être serait-il

resté un jour de plus, et un autre Senseï lui aurait dit le contraire. Et les deux seraient pourtant des vérités.

Il est clair que par moments on enseigne des erreurs, des parties fausses (souvent pour corriger encore plus faux !), qui une fois mûres et stabilisées, offrent des éléments auxquels on peu plus solidement accrocher une partie juste (on casse le moule). Dans ces cas-là, c'est vrai, on se contredit parfois. Mais cela ne doit pas occulter le fait qu'il existe essentiellement deux choses sur lesquelles on ne doit pas se tromper. C'est l'état d'esprit dans lequel on vient et l'on s'exerce au Dojo, et que la pratique est indispensable. D'ailleurs, l'évolution en découle : celui qui pratique une fois par mois progresse dans l'ensemble moins vite que celui qui vient plus souvent. Certains de mes élèves, qui ont des vies professionnelles prenantes, reviennent en ayant progressé ! Simple : ils ont travaillé telle ou telle position, ou tel Kata, seul à la veillée, en costume ou pyjama. Grâce à cet effort, ils ont forcément « accroché » des sensations qu'ils vont retrouver au Dojo, l'arc en main.

Néanmoins, j'apporterais un « bémol » à cet ensemble : c'est que nous ne sommes que des Occidentaux, et ne pouvons nous suffire et nous contenter du « Regardez vite, et hop ! on referme la boîte ». En fonction de cela, lorsque j'encadre des stages, je m'applique à apporter le plus possible, même si cela semble « charger » les stagiaires. Cela demande énormément d'énergie, mais on dirait que ça convient à beaucoup. Nombreux partent en évaluant « ... Tout ce qui me reste à apprendre ». Bon, bien sûr, quelques-uns continuent dans leur coin. Je pense qu'ils ne seront plus là dans dix ans.

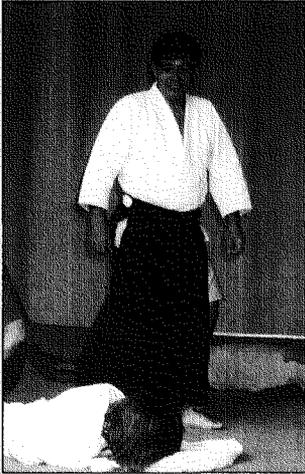
**DA** : - Pourtant, n'est-ce pas eux qui en auraient le plus besoin, justement ?

**MC** : - Assurément. Mais je ne me sens pas de faire le bonheur des gens malgré eux... D'autant que s'ils partent, s'ils abandonnent, c'est de leur fait, pas du mien. J'ai même remarqué qu'au bout d'un temps, une certaine hostilité envers eux se dégage du groupe. C'est sans doute au vestiaire que se prépare le plus leur départ, pas au Dojo ! D'autres - qui sont plus honnêtes - viennent, puis s'en vont en disant : « Non, pas maintenant... ». On les revoit généralement quelques années plus tard, assidus et sérieux. En fait, dans ce domaine, je suis très à l'aise. Bien entendu, le Kyudo m'apporte beaucoup personnellement, y compris sur le plan relationnel et social. Toutefois, je n'en attends rien en terme de position ou de fonction. Ma vie, mon revenu, mon métier sont ailleurs. Qu'il y ait cinq, vingt ou quatre-vingts personnes au Dojo ne changera rien pour moi, ou ne me rapportera rien. Éventuellement, cela me coûte plus cher quand j'offre un pot !

**DA** : - C'est le Kyudo plaisir ?

**MC** : - Oui. Plutôt le Kyudo passion. Passion au sens vrai du terme. En plus, cette espèce de netteté de rapports au Dojo, se transforme en relation presque familiale. C'est d'ailleurs ce qui existe au Japon. A tel point qu'une Senseï âgée de 87 ans est surnommée « La Mama », expression qu'ils ont prise chez nous ! C'est très affectif. Pour peu qu'elle ne soit pas là à un entraînement, quelqu'un passe chez elle pour voir si tout va bien. Au début on vient pour le Kyudo. Ensuite pour les pratiquants.

*le 20/10/94, à VILLEURBANNE.*



## **BERNARD GEORGE-BATIER**

Demeure et enseigne l'Aïkido - dont il est 6<sup>e</sup> Dan, Professeur Diplômé d'État - et le Chi Kong dans la banlieue lyonnaise, à l'Aïkikai de Saint-Priest.

Lorsque l'auteur lui a demandé d'exprimer succinctement son parcours martial ainsi que ses grades afin d'éclairer le lecteur qui ne le connaîtrait pas, il a répondu : « Mon parcours n'étant pas terminé je l'espère, et mon grade actuel étant l'expérience d'un passé, celui auquel j'aspire aujourd'hui ne s'exprime pas par des "Dan". D'autre part, le reflet de mon parcours martial se trouve dans le texte ci-après. Il est suffisamment clair pour le lecteur. »

**D.A.** : - Comment s'est passée votre rencontre avec l'Étiquette ?

**B. George-Batier** : - J'ai commencé par étudier le Judo, dans les années 1954, 1955. A cette époque, c'était encore un peu un Budo, et on commençait vraiment tout de suite par apprendre le cérémonial. Ensuite, je suis passé à l'Aïkido et j'ai rencontré Nakazano en 1957. A ce moment-là ma notion de l'Étiquette s'est amplifiée. Toutefois, comme j'étais jeune, je ne me souviens pas à proprement parler d'une prise de conscience, c'est entré tout seul...

**DA** : - Englobé dans la pratique ?

**BGB** : - Peut-être. Disons aussi qu'elle se limitait à celle des professeurs que l'on fréquentait. A l'époque, il n'existait pas de salut au Kamiza. On saluait l'enseignant, puis entre nous et c'est tout. Ensuite, cela m'a été expliqué directement par les Japonais avec qui j'ai appris, Nakazano, Tada, Chiba, Tamura, Noro, etc. Les anciens quoi ! Puis j'ai pu aller au Japon, et là-bas je me suis aperçu que nous avons une Étiquette nettement plus rigoureuse qu'à l'Aïkikai par exemple. Je vous parle de 1970, et j'avais déjà une assez bonne expérience. En fait, en allant à Tokyo, je m'attendais à quelque chose de très strict. Bien sûr un rituel existait, mais il était vraiment « bon enfant » en comparaison de ce que m'avaient montré Tada, Tamura ou Chiba. Je pense - c'est une hypothèse qui n'engage que moi - qu'à l'époque du fondateur, c'était plus sérieux. Toujours est-il que sur place j'ai été très surpris. Puis, passé ce stade, j'ai trouvé cela plutôt sympathique. Étiquette ne veut pas forcément dire « faire la gueule » ou faire le bouddha. Cela peut aussi vouloir dire être bien, avoir une attitude généreuse.

**DA** : - Et en dehors de l'Aïkikai ?

**BGB** : - J'ai travaillé le laïdo avec un Maître de sabre. Là encore, un rituel existait, mais sans l'aspect de méditation et de concentration qui peut exister ailleurs, comme par exemple plus tard j'ai pu le percevoir dans le Bouddhisme Zen avec Deshimaru. J'ai pu aussi voir le Kyudo pratiqué par Maître Kitajima - au Dojo du plus grand Maître de l'époque : Maître Anzawa. Là, le rituel était très fort. Bien sûr c'était sans doute dû à la discipline : Kyudo et Étiquette sont intimement mêlés. Il n'existe pas, comme en Aïkido, un temps pour le rituel initial, l'alignement, les saluts, à la suite duquel vient un autre type de cérémonial pour la pratique. Il devient un rituel de combat et même, de temps en temps, l'affrontement prend le pas sur ce rituel. Alors qu'en Kyudo, il est toujours présent.

Poser délicatement la flèche, changer les mains avec précaution, descendre, attendre les tirs des autres, etc. J'ai beaucoup apprécié cette forme.

**DA** : - Vous n'avez pas poursuivi ?

**BGB** : - ... On ne peut pas tout faire. Pour bien creuser dans une discipline, il faut déjà toute une vie. Lorsqu'on en pratique dix : c'est impossible. Il faut donc choisir celle qui correspond le mieux à votre personnalité, ayant une certaine convergence avec ce que l'on recherche.

**DA** : - Aujourd'hui, après ces années de pratique, que vous apporte l'Étiquette ?

**BGB** : - Principalement, cela représente un moment de recueillement, de recentrage. Quand je suis assis, avant les saluts, j'élimine les pensées parasites, je

me centre sur ce que je vais faire. Ensuite c'est un moyen gestuel de communication. C'est à peu près tout ce que je ressens... disons consciemment.

**DA :** - Vous pourriez pratiquer sans ?

**BGB :** - Non ! Même en la réduisant à l'extrême, vraiment non. A y réfléchir, c'est pareil dans la vie, il y a des rituels ; ne serait-ce que le courant « shake hand ». Dans les arts martiaux, le rituel a peut-être une portée plus intime, plus intériorisée qu'une poignée de main suivie de « Salut, comment vas-tu ? », qui revient simplement à établir une relation très superficielle. Dans l'Étiquette, il y a plus. C'est, comme je l'ai dit avant, s'occuper de soi, se centrer, mais aussi établir une relation avec tout un groupe, surtout quand tu es enseignant.

**DA :** - Intéressant : la partie rituelle collective vous permet d'établir la connexion entre le groupe que représentent vos élèves et vous, en position de professeur. Vous concevez donc une certaine différence entre l'Étiquette quand on appartient au groupe, qu'on est élève, et celle de celui qui enseigne ?

**BGB :** - C'est difficile à exprimer, parce que c'est du vécu, personne ne me l'a appris, mais c'est sûr qu'il y a une différence. Évidemment pas sur la forme, mais disons que : lorsque je salue des élèves, mes élèves, j'ai tendance à penser « Bonjour, je vous apporte... », et « Merci d'être là ». L'Étiquette, notamment les rituels de salut, est une manière de reconnaître l'autre, mais aussi de le remercier, chacun à sa manière pour ce qu'il a reçu. C'est grâce à eux que j'existe en tant que professeur. L'élève, lui, reçoit autre chose : il peut s'appuyer sur son enseignant, se laisser conduire en quelque sorte. Les « merci » ne sont pas les mêmes, bien que le respect soit aussi important. A la condition essentielle, bien entendu, que cela soit présent à l'esprit de ceux qui saluent !

Les saluts peuvent aussi contenir la simple joie d'être ensemble. Chacun, plutôt que de rentrer tranquillement chez soi, a fait l'effort de venir, le professeur a fait l'effort d'expliquer, l'élève d'écouter avec attention.

Quoi que l'on dise, cela n'est pas tous les jours facile. Le rôle de professeur va parfois plus loin, jusqu'à jouer un rôle de « père » qui râle, qui engueule l'élève, et que ce dernier accepte...

C'est une sorte d'Étiquette « non-dite », mais qui « cause » tout de même en se saluant. C'est une acceptation par avance, parce que celui qui est venu l'a fait avec toute la richesse humaine qu'il contient.

**DA :** - Dans ce domaine de la transition, comment abordez-vous l'Étiquette ?

**BGB :** - Au début, j'étais très très strict ! Puis en vieillissant, je le suis moins. J'imagine cette transmission un peu comme un jardinier : on donne des graines à l'élève, on les arrose un peu, on enlève quelques mauvaises herbes, mais c'est surtout à lui des les faire croître, de les développer. En clair, je dis : « Tiens, fais plutôt ainsi, c'est mieux, ça apporte telle ou telle chose ». Si au fond il a la volonté de le faire, cela prendra peut-être du temps, mais il y parviendra. Par contre, si après plusieurs répétitions, sa propre volonté n'y est pas, rien n'avancera. Je ne peux rien seul. Peut-être, simplement n'est-il pas prêt, ça n'est pas « son » moment. Il faut expliquer les choses pendant un

certain temps, que l'esprit les accueille, que l'intelligence les digère. Ensuite, professeur ou père, cela n'est plus et ne doit pas être de son ressort.

Au contraire, quand l'individu est mûr pour l'Étiquette, il parvient même à l'enrichir seul, au-delà des leçons reçues. Ce stade arrive, je pense, dès l'instant où l'élève en arrive à chercher de lui-même quelque chose qu'il a sentie.

Un jour, par exemple, il se met en Seiza et ferme les yeux naturellement, sans calcul. Mon travail de professeur est de donner l'idée, un peu comme les missiles modernes : tu appuies sur le bouton, ils se débrouillent pour le reste.

Je dérive un peu de l'Étiquette classique proprement dite, mais elle est dedans aussi. Il y a plusieurs façons d'enseigner. Se mettre à un bout du tatami et dire : « Maintenant, tu viens » ; on peut aussi se mettre debout et marcher en disant « Aller, suis-moi », ou derrière en montrant « C'est là-bas, vas-y ». Cela dépend de la personnalité du professeur, de l'élève, du groupe. C'est un travail purement humain que de choisir la manière et le moment pour mieux ouvrir la porte qui convient. Et c'est peut-être encore plus sensible pour le rituel que pour les techniques de la discipline.

**DA** : - Avec, j'allais dire malgré, cette pédagogie, êtes-vous tombé sur des réfractaires ?

**BGB** : - Bien sûr. Des gens qui refusent, par exemple, de saluer le Kamiza. Plusieurs. Ils ne sont pas restés. Alain PEYRACHE a eu le même problème et d'autres encore. Le résultat a été identique.

**DA** : - Ils sont partis d'eux-mêmes, ou les avez-vous... Aidés ?

**BGB** : - Un peu des deux. Bon, il faut être logique : on vient dans un Dojo, lieu où chacun a des droits et des devoirs, c'est tout. C'est une règle classique de société humaine. On paye des impôts, alors une armée nous protège, des routes nous permettent de nous déplacer, etc. Quand il y a un déséquilibre sérieux, arrive la révolution. Il y a un côté social dans l'Étiquette. Depuis que les hommes existent il y a des sortes de rituels, plus ou moins adaptés aux vivants de l'époque, à leur religion et leurs coutumes.

C'est un moyen de communiquer au-delà de la parole. On n'utilise que le geste et la pensée. Le discours en est banni. L'attitude du corps est influencée par l'état mental et c'est depuis cette attitude que partent les gestes du rituel.

**DA** : - Le corps sert en quelque sorte de relais pour que la pensée s'exprime par le geste. On peut penser que mon geste - d'Étiquette par exemple - touche mon partenaire, son état d'esprit, et influence du même coup son geste... Qui va influencer le mien, et la boucle s'alimente à l'infini ?

**BGB** : - C'est un point de vue. Qu'on le veuille ou non, aucun geste n'est innocent, et chacun est - ne serait-ce que sur ma propre personne - le point de départ d'un autre geste. Quelqu'un a dit : « Un papillon s'envole dans la forêt amazonienne, et perturbe le reste du monde », ou « Un homme éternue et les étoiles le ressentent ». A un niveau plus spirituel aucun geste n'est ni innocent, ni gratuit. Tu mets la main comme-ci ou comme-ça, et cela génère une chose ou une autre. Certains choix sont effectués directement par ton esprit, sans possibilité de maîtrise totale. C'est peut-être ce que cultivent les arts martiaux : augmenter cette maîtrise. Je suis convaincu qu'il y a là une « clé » de l'art martial, voire de l'art tout court... Chaque geste induit quelque

chose. Entre par exemple, dans un bar, en fredonnant un air populaire, et ça passe inaperçu. Fais la même chose en entrant dans une église, et tu vas ressentir tout autre chose, même s'il n'y a personne, la puissance de l'édifice est là. On arrive à ces deux notions si éloignées de *Dojo* ou de *salle de sport*.

Une salle de sport, sur le plan énergétique ou subtil - type géobiologique - accumule tous les miasmes qui ont été créés par les personnes nous précédant, y compris les nôtres. On les supporte et on peut en souffrir. Les éléments et courants positifs, on en bénéficie plus ou moins. Dans ce cadre-là, le rituel de certaines traditions ou religions vise à éloigner ou diminuer l'influence de ces mauvaises choses, et à se concentrer sur le positif. On se centre, on se connecte aux bonnes énergies.

**DA** : - Vous pratiquez et enseignez le *Qi Qong* (*Pron. t'chi kong*). Y a-t-il un *Rei Shiki* ?

**BGB** : - A ma connaissance, non. Pourtant Maître ZHOU a un cérémonial qui « ouvre » l'énergie de la salle de pratique, puis, avant de partir le « ferme ». C'est un moment de concentration accompagnant des gestes précis avant et après chaque leçon. C'est pour les autres, les élèves. C'est le seul qui fasse quelque chose s'approchant d'une *Étiquette* envers la salle. D'autres font plutôt quelque chose à l'adresse du groupe, de l'énergie du groupe, en fonction des formes de travail. Les gestuelles rondes sont souvent utilisées, en formes de cercle pour donner une énergie plus forte, pour provoquer la symbiose du groupe dans l'exercice.

**DA** : - Donc, toujours orienté sur ce qui va suivre, comme pour influencer, pour que le groupe adopte une bonne direction de travail ?

**BGB** : - Oui, et je pense que c'est cela le rituel. Voici quelques années, la Maison des Jeunes de Villeurbanne avait fait venir des artistes, notamment un Japonais qui pratiquait le Shintô, le Shintô Omotokyo, dont Morihei UESHIBA - fondateur de l'Aïkido - était adepte. Il avait encadré un stage de quelques jours auquel j'avais participé avec quelques pratiquants d'Aïkido. Nous étions les seuls intéressés d'ailleurs. En l'occurrence il avait un rituel entre autres de saluts, avec claquements des mains, etc. En pratiquant on s'apercevait que rituels et exercices étaient mêlés. J'ai d'ailleurs eu la surprise de revoir cet homme comme acteur dans le film de Peter BROOK, *le Mahabarata*, où il faisait le Maître d'Armes. J'ai trouvé amusant de le retrouver dans cet emploi.

**DA** : - En ce qui concerne les enfants, comment se passe l'apprentissage de l'*Étiquette* ?

**BGB** : - Bien ! Ils sont une quinzaine, et nous sommes plusieurs à nous en occuper, en assistant le professeur officiel. J'essaie d'être là le plus souvent possible. Au début, beaucoup se tenaient mal, assis, dos courbé ou tordu. Je suis passé les redresser quelques fois et ça a été réglé. Je n'ai plus à passer. Ce sont de « petits animaux » qui comprennent vite ! Ils miment avec beaucoup de facilité. Maintenant, qu'ils connaissent la portée de ce qu'ils font cela m'étonnerait. Il font ce que leur prof a demandé.

**DA** : - Vous pensez que cela ne leur apporte rien aujourd'hui ?

**BGB** : - Non, ou simplement une satisfaction de bien faire. Ça n'est pas grave : on met des graines.

**DA** : - Pensez-vous qu'ils dissocient les règles du Dojo, de la politesse qu'on leur apprend, parfois douloureusement, à la maison, « dis bonjour, dis merci, dis pardon, tes coudes sur la table, etc. » ? Car enfin, saluer un partenaire, ou saluer un voisin, pour un enfant de six ou huit ans...

**BGB** : - Avec toutes les réserves qu'il faut (je ne peux pas penser à leur place) j'ai peu de doute là-dessus : la vie extérieure est une chose, ce qu'ils font au Dojo en est une autre. Je crois que c'est très clair dans leur petite tête.

**DA** : - Lorsque vous avez été au Japon, avez-vous observé une attitude particulière - un peu dans le genre de ce que vous avez observé à l'Aïkikai - en ce qui concerne les armes, les imitations ou les armes de bois ?

**BGB** : - Je ne peux pas dire que j'ai une expérience significative dans ce domaine. Pourtant, ce que j'ai vu m'a en effet un peu surpris. Bon, bien sûr il saluent, mais assez brièvement, et traitent ces objets comme des outils, ou des bouts de bois. Je crois qu'en Occident, nous avons bénéficié d'un enseignement de la « vieille garde », beaucoup plus profitable !

**DA** : - Avez-vous remarqué un changement en ce qui concerne soit la demande, soit les exigences à propos de l'Étiquette, depuis vos débuts ? Je pense surtout aux chapitres complets, voire aux livres consacrés au Reï Shiki aujourd'hui, alors que vingt ans en arrière, les livres techniques n'en faisaient pas état. Qu'en pensez-vous ?

**BGB** : - A l'époque, pourtant, le collège des ceintures noires du Judo était très à cheval sur l'Étiquette. Ils ont eu des Maîtres japonais de la première heure qui animaient leurs stages. Ceux-là avaient reçu l'enseignement originel, et se faisaient un point d'honneur à transmettre sans défauts leur Judo. Ils avaient une volonté de « marquer » leur spécificité japonaise. Que cela ait été respecté en partie parce que c'était un peu exotique, c'est sûr. Mais au fond cela a été un bien. En Judo aujourd'hui on ne fait que de la compétition, en Karaté c'est pareil. Le simple fait d'avoir des Kimonos de toutes les couleurs le met au rang des sports. Au Japon, la compétition existe, mais le côté Shiaï - combat plus vrai - existe. J'ai encore un souvenir du Japon, qui permet d'avoir une idée plus précise.

A Osaka, il y avait un grand Budokwai - un centre de Budo - et d'un côté il y avait la partie Judo, avec ses pratiquants, qui faisaient du « sol » je crois, et de l'autre côté, des Kendoka. Sans parler de technique ou de niveau de pratique : le simple maintien des Kendoka, leur attitude, les saluts, l'ordre dans leurs exercices faisait que les spectateurs s'orientaient vers eux, après quelques instants de choix.

**DA** : - Pourtant le Kendo a des compétitions qui pourraient induire le même résultat ?

**BGB** : - Oui, mais il y a sans doute autre chose. Entre un Budo traditionnel et le Judo ou le Karaté, il y a une différence d'origine, matérialisée notamment par le Hakama. Quoi qu'on en pense, les Samuraï étaient des aristocrates, des nobles d'alors, soucieux des rituels. Ils les ont transmis, avec leurs manières, ainsi que le Hakama. Le Karaté, par exemple, est d'origine paysanne. Ce qui explique sans doute qu'il a moins de sophistications rituelles. Cela a bien fait rire Maître TAMURA quand je lui en ai parlé. En poussant le raisonnement plus

loin, en Occident aussi on parle de noblesse de robe ; regarde les initiés, les prêtres, les moines, les tribuns romains, ou ceux qui ont en charge la justice par exemple. On dirait que la robe est un facteur de comportement, de tradition. Regarde les films de Wu Shu chinois, les sages sont toujours en robe. Il m'a toujours semblé exister un lien entre cette noblesse d'attitude, cette forme de respect évident, et la robe - ou similaire - portée par l'homme : la toge, le sari, le Hakama, etc.

D'un autre côté, autant je pense que l'Étiquette est nécessaire, autant il faut se méfier de ne pas tomber dans l'abus.

**DA** : - Vous avez vu des extrêmes dans ce sens ?

**BGB** : - Oui. Mais en même temps, avec ce trop, on ne sentait pas de rayonnement. Pour moi, l'Étiquette, ou du moins celui qui la « porte » doit émettre un rayonnement. De ceux dont on parle ? Je n'ai rien senti et j'ai un gros doute sur leur capacité. Un homme qui respecte une Étiquette a une conviction, ce qui je pense, lui confère une certaine lumière. Les gens qui sont en face de lui avec de bonnes intentions sont en confiance. Un peu comme avec un père j'y reviens ! Dans le Wu Shu comme dans les art martiaux japonais, on parle toujours de Sempaï (d'ancien). Un vieux professeur est respecté. Chez nous on aurait plutôt tendance à le mépriser.

**DA** : - C'est très asiatique cette forme de respect du temps vécu, au-delà de toute forme de compétence, de performance ou d'efficacité ?

**BGB** : - Celui qui est venu avant, même s'il n'a pas le savoir qu'un jeune a pu développer - souvent d'ailleurs, grâce au « vieux » en question ! - est respecté pour ce qu'induit son âge : le contenu de son passé. A-t-il vécu une guerre, une vie dure, des souffrances, des maladies ? Quoi qu'il en soit, il a fait des choses que l'on n'a pas faites, et que l'on ne fera peut-être jamais. C'est une manière de reconnaître une connaissance forcément plus grande. Aujourd'hui, dans les affaires au Japon, ce sont les jeunes qui parlent, mais ce sont les plus âgés qui décident.

**DA** : - Dans ce domaine contemporain des affaires, où une hiérarchie règne forcément, les Japonais parlent-ils d'une Étiquette ? En ont-ils une ?

**BGB** : - Oh ! Il faut voir comment ils s'inclinent devant la qualité d'un homme, qu'ils s'agisse de compétence ou ancienneté. Oui ils ont une Étiquette et l'appliquent vraiment, surtout entre eux. Si on veut généraliser, je crois qu'il y a deux aspects très confucianistes qu'on pourrait séparer en un côté plus social, ou en rapport avec le « rang » de l'individu. Appeler quelqu'un « Monsieur le Président de la Société Untel » déclenche une sorte de respect social automatique, quelles que soient les compétences nécessaires pour l'être. On s'incline peut-être plus devant le titre que devant l'homme. Plus particulièrement lorsque quelqu'un est, par exemple, Maître de l'école « Untel Ryu », et que celui qui s'adresse à lui connaît cette école. Même si c'est la première fois qu'il le voit, il va le saluer très bas. C'est l'homme qu'il salue, son chemin et sa compétence.

**DA** : - Lorsque les Maîtres japonais enseignent les règles et les rituels aux Européens, comment font-ils : ils font et on n'a qu'à appliquer, ou ils expliquent le pourquoi du comment, avec les détails et les origines ?

**BGB** : - En général oui. Quand l'Aïkido a été introduit en France, les Maîtres ont vraiment expliqué les règles, leurs origines et leur vertu. Noro, Nakazano expliquaient, Tamura aussi, même s'il le faisait un peu moins. Ils avaient deux façons de le faire, soit globalement, soit des points de détail.

**DA** : - N'avez-vous pas eu l'impression que les Japonais appliquent souvent l'Étiquette avec plus de légèreté que nous ? Qu'elle est en quelque sorte banalisée par leur application quotidienne ?

**BGB** : - Oui, bien sûr. Je pense qu'elle leur est naturelle. Ils sont Japonais et ne mettent rien de plus dans leur salut au Dojo qu'ils ne le font au bureau ou dans la rue. Nous recherchons peut-être un peu l'aspect religieux, inhabituel. Disons que nous y mettons plus d'application, comme dans toute chose que l'on ne connaît pas ou peu. Maître Tamura m'a dit un jour « L'Aïkido n'est plus au Japon. Il est ailleurs, mais plus au Japon ». Bon, je sais qu'il dit ça, mais qu'il espère qu'il en reste un peu tout de même ! C'est un avis que je respecte, mais je suis convaincu qu'il reste au Japon de sérieuses écoles d'arts martiaux, où les gens « bossent » avec rigueur, en respectant les traditions, les règles d'origine. Là, un Européen peut faire d'excellentes choses dans la mesure où les valeurs essentielles de la connaissance des Budo lui sont enseignées. Je dis souvent : « Prenez un gorille, mettez-lui un kimono et vous verrez : personne se pourra bloquer son *Irimi Nage* ! » Mais fait-il de l'Aïkido ? Je pense que c'est la même chose pour le Judo. Cela veut dire qu'une force animale, à un moment donné peut être supérieure. En fait je n'en sais rien, personne ne l'a tenté. Toujours est-il que, s'il n'y a pas la conscience, y a-t-il la jouissance ?

**DA** : - Cela met en relief l'objectif très humain, très humaniste, des Budo ?

**BGB** : - J'ai lu un jour un article de Jean HERBERT qui disait avoir vu un sage hindou marchant tout doucement. Il lui a demandé pourquoi il allait si lentement, et le sage lui a répondu : « J'ai tout mon temps. J'ai mis des dizaines d'années pour fabriquer ma vie et en arriver à aujourd'hui. Il suffirait d'une seconde pour la supprimer ». On en revient aux fondements de l'enseignement, qui sont : Est-ce qu'en prenant un certain temps et en procédant d'une certaine manière, on peut arriver à un résultat en Aïkido. Avec une autre manière, le résultat est forcément différent ? Venant de là, la méthodologie, y compris dans les rituels, permet ou non de trouver ou de ne pas trouver la voie (de l'Aïkido en l'occurrence). Je prends un autre exemple, tu fais du tir et tu tires mille, ou dix mille cartouches en visant ailleurs que sur la cible : tu as tiré, tu as fait l'exercice, mais tu n'as jamais atteint l'objectif. Dans cet esprit, tu peux faire des Budo durant toute ta vie, pour un résultat zéro. Pour en revenir au début de la conversation, le rituel, le geste d'Étiquette, doit être créateur de quelque chose : pour moi c'est un peu une manière de « viser » en direction de la Voie avant l'exercice. Ça doit être créateur de quelque chose de transcendant. Je peux te faire faire dix mille pompes ; tu vas dire « Battier, il fait des pratiquants costauds ! ». Mais est-ce de l'Aïkido ? Seras-tu meilleur en Aïkido après ? As-tu aperçu l'essence de l'Aïkido, ne serait-ce que ce qui est sous-entendu dans le nom ?

**DA** : - C'est un grand problème que vous soulevez là. Ne pensez-vous pas que chacun a sa cible ? Comme chacun a son coup de sabre, son salut, sa conscience ?

**BGB** : - On a des cibles intermédiaires, c'est vrai, mais la grande cible ? L'objectif le plus haut, je pense qu'il est unique. Comme une grande montagne, il n'y a qu'un sommet. On peut prendre de nombreux chemins et quoi qu'on dise, tous ne mènent pas au sommet. Certains montent un temps puis redescendent, d'autre vous emmènent au bord d'un précipice. Je ne dis pas que ça ne sera pas agréable d'être à cinq cents mètres, mais le sommet risque d'être inaccessible ; comme la cible risque de l'être si on vise à côté. Je me suis « shooté » à l'odeur de poudre, c'est ma seule satisfaction !

Le problème actuel de l'Aïkido est sans doute de retrouver la méthodologie qui permet d'atteindre le sommet qu'avait atteint Maître UESHIBA. Pour cela, vraiment, je pense que l'Étiquette représente une des premières et principales clés.

**DA** : - Avec le recul de l'ancien que vous êtes devenu, avez-vous vu une évolution ou un changement dans les pratiques que vous connaissez ? Et plus particulièrement en ce qui concerne l'Étiquette ?

**BGB** : - Si changement il y a eu, il a eu lieu globalement, c'est à dire que la globalité a été modifiée, pratique et Étiquette. Finalement le rituel existe et, quand il est saboté, c'est dans sa forme. Aujourd'hui, il me semble que le rituel a de plus en plus une apparence profonde, mais sans conscience. Au même titre qu'il existe un Aïkido de la forme, sans profondeur.

**DA** : - Alors c'est une forme de fin ? Pratiquer sans conscience, c'est un peu s'exercer seul ? Saluer seul ?

**BGB** : - Exactement. Là encore, comme je l'ai dit : le rituel est une clé. Notamment la clé du début de la connaissance.

**DA** : - Et c'est un changement que vous avez vu s'opérer ?

**BGB** : - Oui. A certains endroits, ils ont dévié et sont à mon avis - ou visent - vraiment à côté de la cible. Plus ça va, plus cela me paraît évident. Et c'est dans leur Étiquette - ou son absence - que l'on s'en aperçoit ; leur rituel ne leur apporte plus rien, ne les met plus dans la bonne direction. Ils finiront par la perdre complètement de vue. Bien sûr, je répète que cela ne représente que mon avis, et que je peux me tromper. Le problème est simple et tourne toujours dans le même sens : il faut garder à l'esprit l'utilité des outils qu'on utilise. Morihei UESHIBA nous a légué un truc complet appelé Aïkido. Il a tout, il n'y manque rien, et il n'y a rien de trop. L'Étiquette est là : pourquoi d'un côté ne pas la respecter, et d'un autre côté imiter au plus près tel ou tel geste technique ?

Sachant surtout, comme je te disais au début de la conversation, chaque geste a une énergie et induit ou modifie quelque chose chez mon partenaire. Prends un exemple : Deux individus sont en train de se disputer. Que font-ils ? Ils se font face, hurlent et échangent des insultes. Tu y vas avec un copain, vous le détournez de son interlocuteur de force. Que fait-il ? Il se dévisse la tête avec rage pour continuer à voir son vis-à-vis afin de poursuivre la dispute. Alors tu lui tournes aussi la tête du côté où vous l'emmenez. Instantanément sa rage diminue, ou s'oriente vers une autre direction !

Ainsi, un simple changement d'orientation modifie profondément un comportement. Je crois que ce sont des règles naturelles et que l'Étiquette se situe sur ce registre, même s'il s'agit de détails plus subtils, tels que l'inclinaison de buste, le regard ou l'attitude des mains, etc. Pourquoi la méditation demande le Lotus ? Pourquoi le Seiza ? Pourquoi les positions des mains, des pouces ? Je pense que cela va plus loin que le côté simplement physique.

Je reviens sur l'exemple de la cible : un écart d'un demi-degré, normalement imperceptible par les doigts, représente un mètre cinquante à la cible ; écart qu'il est facile de commettre, surtout si l'on tient compte du poids du fusil ou de la grande tension de l'arc !

**DA** : - Avec ce que vous dites, je me demande à quoi - et pourquoi - sommes-nous réellement sensibles. Est-ce à des gestes bien particuliers comme les inclinaisons de la tête ou du buste ? En clair, si la coutume voulait que pour vous saluer je lève le bras gauche, ou le pied, que se passerait-il ?

**BGB** : - Cela dépend comment tu le lèves ton pied ! Je plaisante, mais pour moi il y a deux facteurs indispensables dans le rituel, qui, réunis, en induisent un troisième : un, *le geste* que l'on exécute pour l'autre. Deux, *l'intériorisation*. Trois : le résultat, si ce geste est pensé et exécuté pour que l'autre le comprenne, il y a *le rythme*.

Quant au reste, il s'agit de symbolique humaine, de codes universels. Pour un homme, sa nature est d'être debout, et s'incliner - par exemple - signifie peut-être perdre un peu de sa nature... Tu exprimes, par le mouvement, un état d'esprit qui en induit un chez l'autre.

**DA** : - En se plaçant dans ce schéma, cela peut aller très loin, ou remonter très en amont : mon salut influence le sien, qui influence mon prochain mouvement, qui lui-même... Etc.

**BGB** : - Bon, il ne faut pas exagérer, mais à peu de choses près, notre pratique de l'Aïkido est une sorte de communication ou d'échange, fait d'une multitude de perceptions, de sensations, d'imitations et de réponses. Lorsque le groupe salue le Kamiza, puis se salue, il se met à l'unisson en se basant généralement sur la manière de saluer du professeur. Quand on a bien travaillé, on ne salue mieux que quand on a été gêné. Quand un partenaire a été particulièrement sincère, on met des mots dans le salut, ne serait-ce que « Merci ». Pour mentaliser, on a besoin de mots. Et ça, c'est quand on est assez ancien. Un débutant saluera plus en regardant à droite et à gauche ; il s'exécutera parce que le professeur l'a demandé. Avec un peu d'ancienneté, sa maturité de pratiquant le libérera d'une certaine timidité.

**DA** : - Si je comprends bien, on ne peut imaginer quelles peuvent être les conséquences de bâcler le premier salut ?

**BGB** : - Je pense aussi. D'ailleurs, regarde qui tu dois saluer avant de pratiquer : le Kamiza, les fondateurs ou les Maîtres de ta pratique. Symboliquement, les dieux. Ensuite, tu salues la sorte de médium ou d'intermédiaire que représente le professeur.

**DA** : - En bref, on essaie de mettre toutes les chances de notre côté de faire un bon premier salut, en saluant ce que l'on a tout lieu de respecter le plus ! Il faut que la première pierre soit posée droite en quelque sorte ?

**BGB** : - Oui, et en plus on aligne les saluts importants dans l'ordre : Kamiza, professeur, assistants et enfin élèves, puis élèves entre eux.  
A partir de là, si l'élève a réalisé ces saluts avec conscience, en étant présent, il arrive à la pratique dans les meilleures conditions. Tous les maillons de la chaîne sont accrochés.

**DA** : - Bien, ceci est lié au fond, cela concerne notre « présence » dans nos propres gestes. Vous l'avez effleuré tout à l'heure en parlant d'influence, d'énergie, etc., quelle est alors l'importance de la forme ?

**BGB** : - Je le répète, le geste n'a aucune importance s'il est vide. Par contre, avec de la présence, faire tel ou tel geste est essentiel. Un salut debout ou en Seiza ne dit pas la même chose, même s'ils sont vécus avec la même intensité. D'ailleurs je ne sais pas si l'on peut y mettre la même chose. Je crois que le fait d'être en Seiza amène à un état d'esprit, et debout à un autre. Et cela change encore si celui qu'on salue est professeur, élève, debout ou en Seiza. C'est vraiment une chaîne où chaque maillon compte, et où l'on ne peut accrocher que certains maillons ensemble. C'est souvent par exemple, lorsque je salue debout, je le fais comme les bouddhistes, mains jointes. Je n'ai pas du tout les mêmes sensations, je dis autre chose, peut-être de plus profond. Comme les saluts en Seiza.

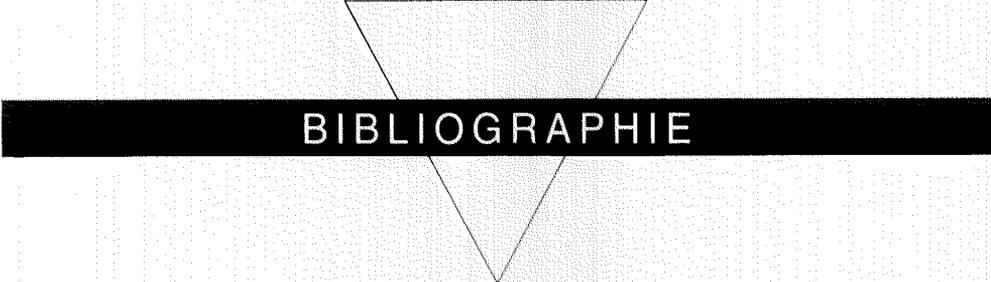
**DA** : - Vous ne me parlez pas de la dimension martiale dans vos rituels ?

**BGB** : - A mon avis, c'est surtout une question de concentration. Tenir mes sens en éveil pour ne pas pouvoir être surpris par une attaque éventuelle. Ou mieux : être tellement « éveillé » qu'on ne salue pas si un risque existe, ou qu'on le fait de très loin ! Non, ça c'est le passé. Moi, mes saluts je m'en sers pour dire merci. N'oublions pas que nous sommes dans un Dojo.

**DA** : - Et dans votre vie quotidienne, avez-vous conscience des rituels, quels qu'ils soient ?

**BGB** : - Parfois. Surtout dans le domaine de la vigilance aux personnes qui arrivent, un temps pour les regarder, les observer, un temps pour l'approche. Dans les écoles de commerce, on vous parle des quatre premières secondes. Ce qui apparaît, le regard, les gestes, les déplacements, les mimiques etc. qui définissent les registres sur lesquels l'autre va communiquer avec vous. On vous tend, par exemple une main molle ou ferme à serrer, on vous regarde droit dans les yeux, ou on regarde sa montre, puis l'autre vient à votre rencontre ou passe directement de l'autre côté du bureau, etc. Il y a des liens sociaux, c'est évident. On m'a aussi fait remarquer, mais je ne sais pas s'il y a un lien avec l'Étiquette, c'est que les Aïkidoka « touchent » beaucoup. On a facilement tendance à poser la main sur l'épaule, ou le bras par exemple. On n'a aucune peur du contact, qui devient même un moyen de communiquer.

*Saint-Priest, Avril 1995*



# BIBLIOGRAPHIE

**IAÏDO** / *Malcolm Tiki SHEWAN*

**JODO, la Voie du Bâton** / *Pascal KRIEGER* (Sedirep)

**AÏKIDO - Livre du débutant** / *Stéphane BENEDETTI* (Edition du Soleil Levant)

**Etiquette & Transmission** / *Nuboyoshi TAMURA* (Edition du Soleil Levant)

**AÏKIDO, Nature et Harmonie** / *Mitsugi SAOTOME* (Sedirep)

**DOJO, le temple du sabre** / *Pierre DELORME* ( La Budothèque)

**Le Zen dans l'Art Chevaleresque du Tir à l'Arc** / *E. HERIGEL* (Devry livres)

**Ecrits sur les BUDO** / *Roland HABERSETZER* (Amphora)

**Les Arts Martiaux ou l'Esprit des BUDO** / *Michel RANDOM* (Fernand Nathan)

**La tradition et le vivant** / *Michel RANDOM* (Ed. Felin)

**BUSHIDO** / *Inazo NITOBE* (S.I.A.M.)

**Les Samuraïs** / *R. Storry et W. Forman* (Atlas)

**Les Paladins du soleil levant** / *Roland HABERSETZER* (Amphora)

**Botchan** / *Sôseki* (Biblio. Etrangère Rivages)

**Cour et Jardin, le Japon de la Tradition** / *Henri MASSON* (Ilyfunet)

**Eloge de l'Ombre** / *Tanizaki JUNISHIRO* ( P.O.F.)

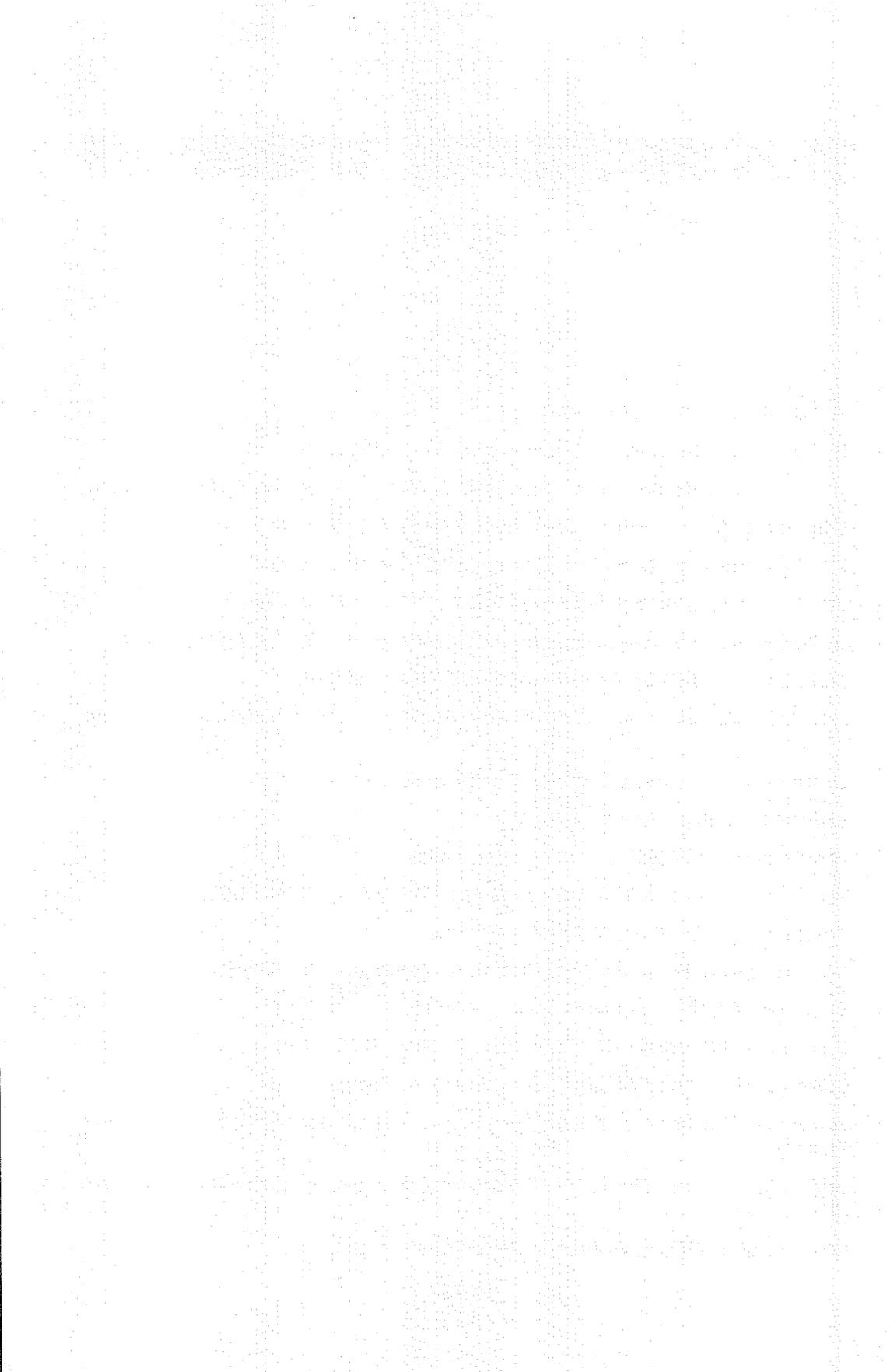
**L'Envers et l'Endroit** / *DOÏ Takeo* (Ed. Philippe PICQUIER)

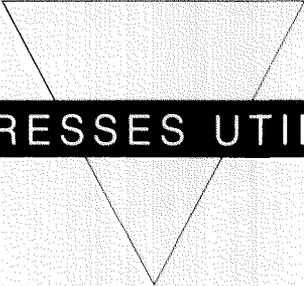
**L'Oreiller d'Herbes** / *Sôseki* (Biblio. Etrangère Rivages)

**Japanese Etiquette** / *Young Women's Christian Association* (Tuttle Book Edition)

**Bugeï Ju Happan -The spirit of Samurai** / *Masayoshi et Shigeru MAKAJIMA* (Sugayama)

**Le Journal de l'Amicale Franco-Japonaise** (Revue)





## ADRESSES UTILES

### **DOJO de Mr. Pascal KRIEGER**

CHUNG DO KWAN  
66, rue Liotard  
1203 Genève / SUISSE

### **DOJO de Mr. Roland HABERSETZER**

CENTRE DE RECHERCHE BUDO  
Chemin du Looch  
67530 Saint-NABOR

### **DOJO de Mr. Bernard GEORGE-BATIER**

AÏKI-KAÏ de ST PRIEST  
Bernard GEORGE-BATIER  
20, rue Maryse Bastier  
69800 Saint-PRIEST

### **DOJO de Mr. Michel CHAVRET**

Michel CHAVRET  
22, rue des Jardins  
69100 VILLEURBANNE (St Jean)

### **DOJO DE Mr. Jean-Richard GROSS et Dominique ANDLAUER**

S.E.S.L.M. Aïkido  
Gymnase A. Camus  
Chemin de la Bastéro  
69330 LA MULATIERE

### **DOJO DE Mr. Floréal PEREZ**

M.JC. Louis Aragon  
Place Gaillard-Romanet  
69005 BRON

### **FEDERATION FRANCAISE D'AÏKIDO ET DE BUDO**

Ancien Couvent Royal  
83470 Saint-Maximin-La-Ste-Baume

**FEDERATION EUROPEENNE DE JODO** (Adresse en France)

Mr. Alain ROBERT  
34, rue St Isidore  
69003 LYON

**FEDERATION EUROPEENNE DE IAÏDO** (Adresse en France)

Ass. Fédération Européenne de Iaïdo  
47, Av. Saint Louis  
06400 CANNES

**FEDERATION FRANCAISE DE KYUDO**

37, avenue Gabriel PERI  
92360 LEVALLOIS-PERRET



---

Achevé d'imprimer par Corlet, Imprimeur, S.A.

14110 Condé-sur-Noireau (France)

N° d'imprimeur : 16055 - Dépôt légal : mars 1996

*Imprimé en C.E.E.*