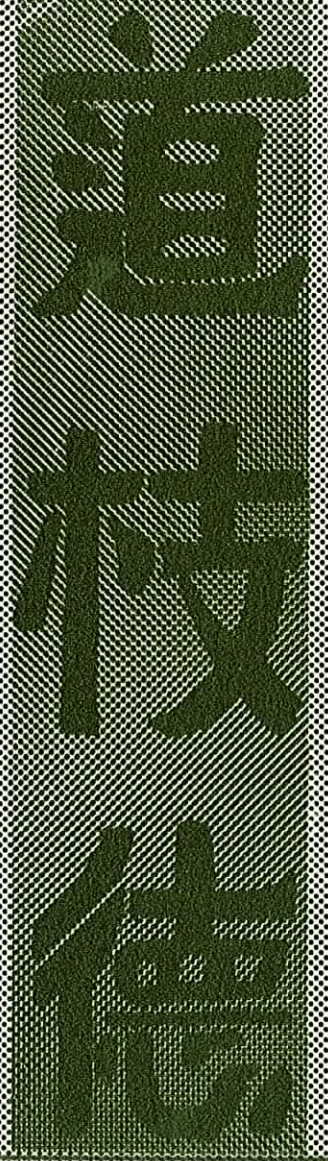
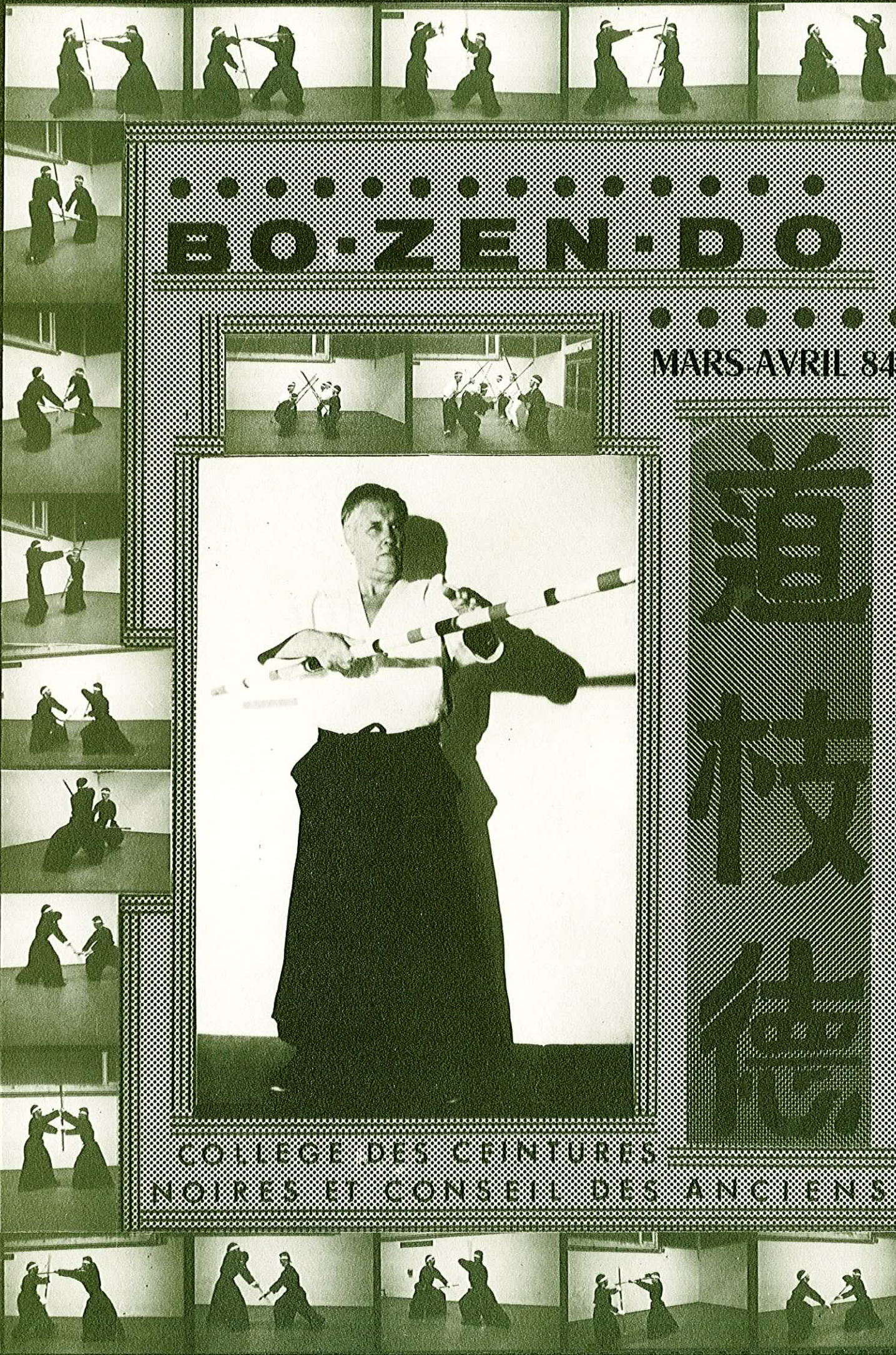


BO-ZEN-DO

MARS-AVRIL 84



COLLEGE DES CEINTURES NOIRES ET CONSEIL DES ANCIENS



REVUE N°6 . MARS - AVRIL 1984

SOMMAIRE :

- Editorial : la grande Aventure par J.M. MERCY 1 ère dan	1 - 2
- Le C.C.N.C.A.B.	3
- La vie du clubs : . Le C.C.N.C.A.B.	4 - 5
. Le Samuraï Perpignan	6
. Kagemusha Montpellier	7
. Kagemusha Perpignan	8
- Fête de fin d'année 1983 par J.G. DE BARRY et H. AGRAMUNT	9
- Stage d'hiver 1983	10
- ROKU-KYO : . Bô ude gake keiten Nage par J.M. PRESAS 3è.dan ..	11 - 12
. Planche par Maître VIGOUREUX suprême gradé ..	13
- Sérénité zen : Photo	14
- L'esprit oriental dans les arts martiaux par J.M. PRESAS	15
- Le bien agir par J.V. DE BARRY 2ème dan de judo	16
- ITI-KYO : . Photos	17 - 18 - 19 - 20
. Introduction par M. PIQUEMAL 4ème dan	21
. Planche par P. DEWEVRE	22
- Princesse japonaise : pinceau encre de chine par N. HUMBLLOT	23
- Lu pour Vous - devinez-devinez - garde sabre	24
- NI-KYO (suite) par N. HUMBLLOT 1ère dan	25 - 26 - 27
- Historique par Maître Francis VIGOUREUX suprême grade	28 à 35
- Prêtre SHINTO : Photo	36

MARS - AVRIL 1984

EDITORIAL

LA GRANDE AVENTURE

En reste-t-il à vivre, aujourd'hui, de ces grandes aventures des siècles passés ? Sommes-nous blasés au point de croire avoir tout découvert et tout appris ? Il est probable que la majorité des réponses à ces deux questions risque d'être oui. Pourtant, ce que nous savons représente peu de choses devant ce que nous ignorons, et si la Terre a été reconnue en surface, bien des mystères restent à percer et des connaissances à retrouver. Le BOZENDO en est un des grands exemples.

S'il est certain que pour beaucoup de personnes c'est un art martial comme beaucoup d'autres, quelques-uns des membres que regroupe cette grande famille en ont une opinion très différente. Pour ces acharnés du BOZENDO, ceux pour qui les arts martiaux en général et le nôtre en particulier sont un complément à une vie de tous les jours de plus en plus dure et bien souvent démoralisante, c'est une grande aventure qu'ils sont en train de vivre. C'est une aventure car en fin de compte, il leur a fallu partir à la recherche d'eux-mêmes à travers quelque chose d'immense, d'infini même ; il leur était donné de retrouver une connaissance presque oubliée. C'est une aventure car il fallait sortir des sentiers battus, sortir des ornières dans lesquelles nous sommes enlisés pour conquérir ce qui pour la majorité de nos contemporains n'a plus de valeur : la volonté, l'honneur, la persévérance, pour ne citer que le principal.

Pour beaucoup d'entre vous, le BOZENDO semble quelque chose de stable, bien réglé. Et pourtant il faut se rappeler que c'est un édifice de construction récente si nous le comparons aux vingt-cinq siècles qui nous séparent de MO-TSEU. Durant deux mille cinq cents ans, le BOZENDO a prouvé son efficacité comme moyen de défense, sa valeur morale et nous avons presque manqué le passage du flambeau. S'il n'y avait pas eu Maître VIGOUREUX, il y a cinquante ans de cela, les événements qui secouent notre siècle auraient provoqué la perte de cette technique et nous ne serions pas là aujourd'hui.

Tout au long de cette chaîne dont vous êtes l'aboutissement, il y a eu d'autres maillons, discrets à l'époque, qui ont contribué à l'ouvrage que vous avez devant vous. Je veux parler de ceux qui aujourd'hui sont les suprêmes gradés et vos directeurs techniques. Ils ont pris la charge des clubs où nous pratiquons pour que soit dispensé l'enseignement qu'ils ont acquis avec patience et difficulté auprès du Suprême Gradé.

Pour eux, la découverte a commencé il y a près de huit ans et depuis ce jour ils ne cessent d'aller de découverte en découverte car finalement il est plus facile de comprendre les lois de l'univers en les pratiquant qu'en étudiant les formules mathématiques les décrivant. Songez à tout ce que connaissaient les orientaux rien que par l'observation de la nature, par la méditation et la pratique du ZEN. A cette première génération, issue du club initial, est venu se joindre plus récemment une deuxième génération, c'est-à-dire ceux qui sont rentrés au Collège des Ceintures Noires depuis sa création, il y a un an.

Avec cet anniversaire, le Collège a doublé ses effectifs et triplé le nombre de clubs. Ces nouveaux venus forment les professeurs qui secondent les plus haut gradés et apportent leur modeste contribution en animant certains cours. Vous, qui venez d'entrer ou qui allez rejoindre ceux qui y sont déjà, formez ce que j'appellerai la troisième génération.

Vous arrivez à un stade où la technique commence à être codifiée, où le Collège des Ceintures Noires existe et gère notre destinée, où le nombre des adhérents augmente dans les clubs. Est-ce à dire que tout est fait ? A cette question nous répondons oui et non à la fois.

Nous dirons oui, car le plus dur est souvent de faire germer la graine, de trouver les pionniers qui feront croître la plante et qui constitueront la base d'un nouvel édifice. Le mouvement a été lancé et le BOZENDO commence à être admis par monsieur Tout-le-monde.

Il ne se passe pas d'article, à Montpellier, qu'on ne nous dise : "Le BOZENDO, mais je connais, vous faites cela avec un bâton !"

Aujourd'hui, vous commencez à venir nombreux et régulièrement aux entraînements et vous progressez régulièrement dans la voie, DO, du BOZENDO.

Tout le travail, la volonté et l'abnégation dont ont fait état vos professeurs est donc récompensé.

Pourtant, si beaucoup de choses ont été faites, beaucoup de choses restent encore à faire.

Il ne faut plus négliger le plant une fois que la racine est faite. Maintenant que les bases, solides et fermes, sont jetées, il faut des maçons pour monter l'édifice, des peintres pour l'embellir. Si le Collège des Ceintures Noires a vu le jour sous l'impulsion du Suprême Gradé et avec l'aide de ses premiers élèves, si le nombre des membres augmente régulièrement et si notre technique commence à trouver des échos un peu partout en France et à l'étranger, il faut consolider cette action et prendre ses responsabilités au sein de cet organisme. Notre rôle est de devenir ces maçons et ces peintres et de participer à cet édifice. Tout ce que nous connaissons, les clubs, les stages, est destiné à changer, à croître. Et il faudra des cadres pour réaliser cela. Le temps n'est pas loin, soyez-en sûrs, où les bozendokas de la France entière et même de l'étranger se réuniront sur une plage comme celle de La Franqui, par exemple, pour un grand stage d'été. Bientôt même, il y aura des stages réservés aux Yudanshas. Ces Yudanshas, ce sera vous et nous réunis sous l'enseignement et même, avec de la chance, avec la présence de Me VIGOUREUX. Vous le voyez le programme est vaste mais à la portée de tout le monde. Il n'est besoin que de volonté et d'application.

C'est donc bien d'une aventure qu'il s'agit, d'une grande aventure qui consiste, à travers le BOZENDO, à partir à la recherche de soi-même et de la connaissance des lois de l'univers entier.

Souhaitons tous pouvoir dire un jour "J'y étais et j'ai participé"

Jean-Marc MERCY, 1er Dan

COLLEGE DES CEINTURES NOIRES ET CONSEIL DES ANCIENS

Siège social: MAISON DES SPORTS - 200, Avenue du Père Soulas
34000 MONTPELLIER

COMITÉ DIRECTEUR

Président	M. Marc PIQUEMAL C.N. 4e Dan
Secrétaire	M. Jean-Marc MERCY C.N. 1er Dan
Trésorier	M. Jean-Michel PRESAS C.N. 3e Dan
1er Assesseur	M. Jean-Guillaume DE BARRY C.N. 3e Dan
2e Assesseur	Mme Lise PIQUEMAL C.N. 1er Dan

CONSEIL DES ANCIENS - CINQ MEMBRES A VIE

M. Francis VIGOUREUX	Suprême Gradé 10e Dan
M. Marc PIQUEMAL	Premier Gradé 4e Dan Détenteur du Trophée des Maîtres
M. Jean-Guillaume DE BARRY	3e Dan
M. Jean-Michel PRESAS	3e Dan
M. William MIMART	1e Dan

MEMBRES ACTIFS DU COLLEGE

M. Jean-François SUAREZ	C.N. 1er Dan
Melle Nathalie HUMBLOT	C.N. 1er Dan

LA VIE DES CLUBS

LE C.C.N.C.A.B.

Président : Marc PIQUEMAL
Secrétaire : Jean-Marc MERCY

Directeur technique :
Maître Francis VIGOUREUX

STAGE D'HIVER 1983.

La ville de Perpignan a accueilli ce troisième et dernier stage de l'année 1983, organisé par le C.N.C.C.A.B.

Présidé par le Suprême Gradé en personne, il a su trouver un juste écho au sein des bozendokas du Languedoc-Roussillon.

Placé en périphérie de la Cité du Moulin à Vent, le parc des sports (dojo momentané), juste situé dans l'axe du Canigou, le "Fuji San" des catalans n'a pas trahi nos espérances. Moderne, bien équipé par ses tatamis à surface variable, spacieux, silencieux, beaucoup d'avantages réunis surtout quand l'on connaît les exigences techniques que requiert notre discipline !

Tout était donc fin prêt pour recevoir les participants au sein d'une semaine qui, une fois de plus, promettait d'être intensive et... qui n'a pas démerité. Assuré par cinq professeurs (premier, troisième, quatrième dan), assisté par trois moniteurs, l'encadrement a permis au C.C.N.C.A.B. de mener à terme ses deux grands objectifs : initier - perfectionner. Durant quatre heures, deux fois par jour, quatre niveaux d'enseignement se sont retrouvés autour d'une équipe de jeunes dirigeants qui, tambour battant, ont parfaitement réussi à maintenir le dynamisme parfois pourtant si durement éprouvé par la fatigue physique. Discipline où l'effort musculaire n'est pas un vain mot sans en constituer le seul attrait, le BOZENDO a séduit puis conquis les débutants qui, pour la première fois, se sont vu offrir l'occasion de découvrir cet art martial. Unis par cette passion commune, il est aisé d'imaginer que l'amitié fut aussi pour beaucoup un élément non négligeable de réussite du stage.

Puis, sans trop réaliser, déjà la démonstration de clôture par les "yudansha" et les remises de grades sous la haute autorité de Maître VIGOUREUX, couronnant par là les efforts soutenus tout au long de cette semaine.

De vastes programmes bouclés encore et toujours à perfectionner, des bagages techniques enrichis, une semaine sportive intense, une ambiance empreinte de concentration, d'amitié, de partage...

Echos qui vont demeurer pour longtemps chez bon nombre de pratiquants !

ASSEMBLEE GENERALE ORDINAIRE.

Réunissant ses Ceintures Noires, le Collège a tenu son Assemblée Générale Ordinaire, le samedi 21 janvier 1984, à Perpignan, et a procédé à la réélection de son bureau administratif.

COMMISSION OFFICIELLE DES GRADES.

Rappelle que l'accès au grade de Ceinture Noire premier Dan de BOZENDO nécessite de la part du postulant, présenté par un professeur agréé par le C.C.N.C.A.B., outre la validation d'au moins 300 points d'assiduité :

* l'acquisition du programme technique suivant :

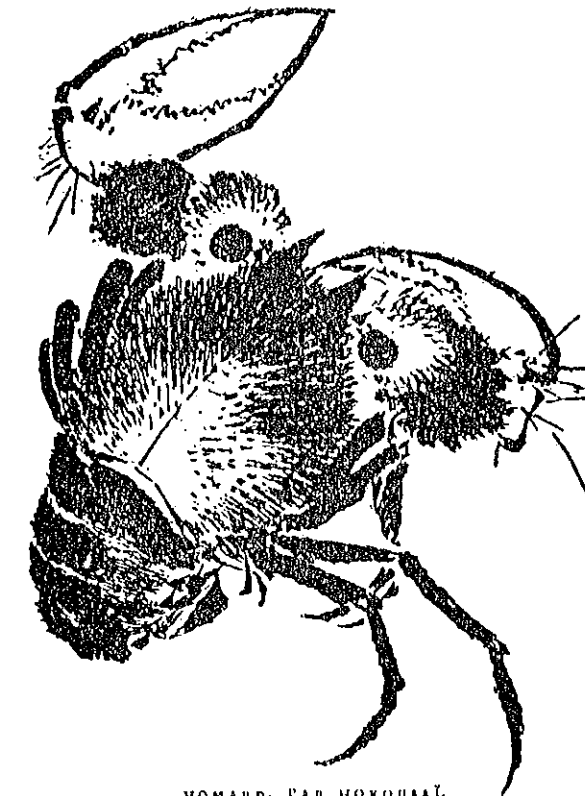
- ITI-KYO : 40 manipulations de base
présentation des enchaînements du ITI-KYO
niveau ceinture marron
- NI-KYO : Séries I à X dans l'ordre et le désordre
- GO-KYO : 15 mouvements de désarmements
- HATI-KYO : déplacements de base
- SITI-KYO : chutes, roulades, ukemis
- KU-KYO : présentation du kata 1er Dan

* la présentation de la carte nationale de voyage de l'année en cours.

* la présentation de la carte de stages attestant la validation d'au moins :

- . un grand stage d'été
- . un petit stage (printemps, hiver)

* le suivi de 10 cours au moins dispensés au sein du C.C.N.C.A.B.



HOMARD, PAR HOKURAI.
(D'après une gravure des « Poésies de Tô ».)

SAMURAI - PERPIGNAN

Président et directeur technique :
M. Jean-Guillaume DE BARRY

Si le tatami du Samuraï pouvait parler, il nous raconterait bien des choses :

Beaucoup de jeunes pieds nus ou en chaussons le foulent certains soirs d'entraînement. Il nous raconterait les blessures que lui infligent ceux qui, après une chute, se relèvent en s'aidant de leur bâton. Il nous dirait aussi combien le glissement des pieds qui exécutent les tai sabaki lui semble une caresse.

Il attend avec impatience le mercredi et le samedi soir pour écouter le bruit des bâtons qui s'entrechoquent et vibrer d'enthousiasme avec tous ces jeunes qui, fidèlement, viennent pratiquer le BOZENDO.

Il reconnaît facilement les débutants, c'est ainsi qu'il salue et souhaite la bienvenue au club aux nouveaux adhérents.

Il est heureux de constater l'assiduité des bozendokas, il regrette de ne plus voir certains élèves qui ne reviendront plus, mais un noyau solide, persévérant, lui reste fidèle. Certains soirs, il se voudrait plus vaste pour mieux les accueillir.

Il reconnaît ceux du Kagemusha qui viennent fraternellement en découdre avec ceux du Samuraï.

Il sait que les élèves, à l'occasion de l'année nouvelle, ont offert un cadeau à leurs professeurs pour les remercier de l'enseignement qu'ils leur prodiguent avec tant de dévouement.

Il n'a pas été invité à "tirer les rois" mais il s'est réjoui de voir tous ces bozendokas réunis autour d'une table à la fin d'un entraînement, pour partager galette et jus de fruits.

Il est bavard mon tatami, il veut encore dire un mot à ceux qui ont participé au stage d'hiver. Certains n'ont pu se faire inscrire, retenus par des obligations familiales ou professionnelles. Il félicite ceux qui, à l'issue du stage, ont eu une promotion.

S'il y a des tapis volants, pourquoi pas des tatamis qui parlent ? Et il faut bien quelqu'un pour raconter la "Vie du Club" !

KAGEMUSHA - MONTPELLIER

Président : Jean-Marc MERCY
Secrétaire : Marc PIQUEMAL

Directeur technique : Marc PIQUEMAL

Prenez quelques sportifs. Placez-les dans le shaker d'une semaine de stage de BOZENDO, remuez bien et saupoudrez de... poudreuse : qu'obtenez-vous ?

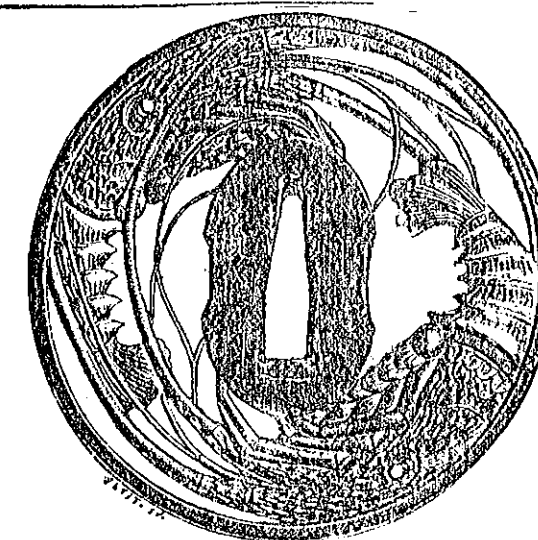
Réponse : la première sortie sportive dans la neige du club Kagemusha.

Notre club en effet, a bien débuté sa saison sportive par une semaine de ski de piste dans la sympathique station de la Plagne dans les Alpes, pour une partie importante de nos éléments. Nous avons pu assister, ravis, à la projection de photos prises à cette occasion, où plusieurs d'entre eux, émules de Jean-Claude Killy, démontrèrent les bienfaits du stage d'hiver 1983 par un tonus que les autres enviaient.

Un peu plus tard, avec leur retour, le club s'est converti pour l'occasion à la "monarchie" en désignant plusieurs rois, au hasard des galettes du même nom. Certains malchanceux se sont même vus couronnés plusieurs fois ! Mais rassurez-vous, ces monarques d'un soir abdiquaient au plus vite en attendant un remplaçant.

Mais le BOZENDO me direz-vous ? Soyez rassurés, il n'a pas été oublié au profit de ces activités annexes. Ces réceptions ne font, en effet, que renforcer une solide amitié liée sur le tatamis. Si parfois un examen vient tempérer l'ardeur de nos partenaires, les entraînements vont toujours bon train. Je me suis même laissé dire que le bois de Montmaur, espace de sports et de loisirs, résonne du bruit des bûs certains dimanches. Souhaitons que tous ceux qui viennent nous voir, qui jettent un coup d'oeil curieux, soient conquis par cette technique dont nous connaissons tous la valeur, et pourront profiter de cette chaleureuse ambiance que nous entretenons.

Je terminerai en vous disant que, si vous avez été déçus de l'annulation pour des raisons de sécurité de la démonstration du mois de janvier au Polygone, ce n'est que partie remise. Nous étudions une autre possibilité pour que vous puissiez tous montrer vos progrès depuis la précédente édition, pour Noël à Perpignan. Le BOZENDO doit être montré à Montpellier et nous veillerons à ce que vous y participiez pour la plus grande joie de vos parents et amis.



LANGOUSTES A JOUR, GARDE EN FER REHAUSSÉ D'OR,
PAR KIHAI (XVI^e SIÈCLE). -

KAGEMUSHA - PERPIGNAN

Directeur technique: Jean-Michel PRESAS

Président : Philippe DEWEVRE
 Secrétaire: Brigitte PASTOUREAU
 Trésorier : Jean-Michel PRESAS

Le mois de février fut riche en événements pour KAGEMUSHA puisque se sont déroulés simultanément l'assemblée générale et le fameux repas de club tant attendu.

L'assemblée générale, réunie au Café de France, a réélu son bureau directeur :

Jean-Michel PRESAS a été élu trésorier
 Brigitte PASTOUREAU renouvelle son mandat de secrétaire

D'autre part, Jean-Michel PRESAS succède à Marc PIQUEMAL pour la fonction de directeur technique du club.

A la suite de cette réunion, les membres du club étaient invités au Viet-Nam, restaurant boulevard Aristide Briand. Monsieur et Madame VIGOUREUX nous ont fait l'honneur d'assister à ce repas dont voici le menu : Nems, salade chinoise au crabe, poulet aux pousses de bambou, porc aux germes de soja, riz cantonnais, beignets d'ananas, de pommes, de bananes, le tout arrosé d'un délicieux thé au jasmin. La soirée s'est terminée vers 23 h 30. Les absents ont eu bien tort !

Ils pourront cependant se rattraper par d'autres festivités, puisqu'une sortie en montagne de quelques jours est organisée pendant les prochaines vacances de Pâques.

Le club prépare d'ores et déjà la tombola annuelle, les lots seront plus intéressants que jamais ! Les billets seront en vente au mois d'avril et le tirage aura sans doute lieu fin mai.

En attendant ces joyeux moments, nous vous souhaitons à tous de bons entraînements pour vous mettre en condition. Venez nombreux. Nous vous rappelons les horaires de cours :

Lundi : 19 h - 21 h (Saint-Gaudérique)
 Jeudi : 19 h - 21 h (Gilbert Brutus)
 Samedi : 19 h - 21 h (Saint-Gaudérique)

POÉSIE ENFANTINE

*Si tous les bozendokas
 Du monde voulaient se donner le bô,
 Tout autour du Kagemusha
 Cela ferait un grand rondo*

*Si tous les bozendokas du monde
 Voulaient bien pousser le Kiaï,
 Cela ferait une belle ronde
 Tout autour du Samuraï*

FÊTE DE FIN D'ANNÉE 1983

17 Décembre 1983, jour J pour les bozendokas de Perpignan et Montpellier !

Mobilisation des bonnes volontés pour préparer la salle afin que le soir puissent avoir lieu la démonstration de BOZENDO et la traditionnelle fête de fin d'année.

Les choses avaient été bien faites : des bostols imprimés avaient été adressés aux officiels, à la presse, aux amis et sympathisants du BOZENDO, pour les inviter à la démonstration et au vin d'honneur. Nombreux furent ainsi ceux qui vinrent apporter leur soutien moral aux clubs ou tout simplement profiter d'un spectacle pour le moins inhabituel !

Une quarantaine de participants des différents clubs de Perpignan et Montpellier présentèrent devant les spectateurs enthousiastes, quelques-uns des 9 grands principes du BOZENDO, démonstration commentée par le Suprême Gradé Maître VIGOUREUX. Pour la première fois fut exécuté en public par deux Ceintures Noires IIIe Dan, un kata à genoux, hallucinant de précision technique pendant lequel tous les spectateurs retinrent leur souffle ! mais ne ménagèrent pas leurs applaudissements !

La démonstration fut suivie d'un examen de passage pour remise de grades . Furent promus :

5e kyu : M. Henri FIGUERES (Kagemusha Perpignan)
 Melles Brigitte MARTINEZ (Samuraï Perpignan)
 Béatrice QUATRELIVRE (Kagemusha Montpellier)
 M. Jean-Claude TOMASINI (Samuraï Perpignan)

4e kyu : Melle Nathalie MAHE (Kagemusha Perpignan)
 M. Michel M'RIKI (Samuraï Perpignan)

3e kyu : Melle Laurence MERCY (Kagemusha Perpignan)
 2e kyu : Melle Christine AGRAMUNT (Samuraï Perpignan)
 M. Jamal HABAINOU (Samuraï Perpignan)

1er kyu : M. Philippe DEWEVRE (Kagemusha Perpignan)
 Melle Bérengère PIQUEMAL (Kagemusha Perpignan)

Un vin d'honneur clôtura cette démonstration.

Après quoi les bozendokas quittèrent la tenue de "combattants" pour revêtir leur tenue de gala ! Et place à la fête !

Comme dans les contes de fées, les tréteaux et les planches avaient disparu pour faire place à des tables artistiquement disposées et décorées qui accueillèrent les convives. Des petits bostols marquaient la place de chacun et de jolis menus avaient été imprimés. Rien qu'à les lire on en avait l'eau à la bouche ! Effectivement, ce qui nous fut servi (par des bozendokas bien stylés!) était d'une grande finesse et aurait pu rivaliser avec les spécialités du renommé "Tour d'Argent"..

Pendant tout le repas, nous pûmes apprécier un concert d'orgue électrique exécuté par un bozendoka, François Pavil, organiste de talent, relayé de temps en temps par des bozendokas musiciens et même par Bérengère notre benjamine !

Maître VIGOUREUX ouvrit le bal et tous, jeunes et moins jeunes, s'en donnèrent à coeur joie. Danses, farandoles, jeux se succédèrent jusqu'à une heure avancée... du matin !

J-G. DE BARRY
 H. AGRAMUNT

STAGE D'HIVER 1983

Dans toutes les activités où l'homme veut exceller, il doit, s'il veut atteindre les niveaux supérieurs, se perfectionner. Cela est vrai dans quelque discipline que ce soit : le travail, le sport et les arts martiaux n'échappent pas à cette règle.

C'est pourquoi, périodiquement, des stages sont organisés par le C.C.N.C.A.B.

Le stage de BOZENDO est une période pendant laquelle on se consacre presque entièrement à maîtriser au mieux cette science des bâtons. C'est un moyen qui permet de faire le point et de se dépasser par un travail intense, reculant ainsi les limites jusqu'alors atteintes. Le stage d'hiver qui s'est tenu du 26 au 31 décembre a tenu ses promesses.

Il s'est déroulé dans la Halle des Sports du Moulin à Vent de Perpignan.

Quatre heures de cours par jour répartis en deux séances : pour le matin 9 h - 11 h et pour l'après-midi 16 h - 18 h.

Il avait été prévu quatre niveaux d'enseignement : débutants, jaune-orange, verte-bleue, marron-noire.

Les cours étaient assurés par 5 Ceintures Noires : 1 IVe Dan, 2 IIIe Dan et 2 1er Dan. Les ceintures marron s'initiaient à l'enseignement en apprenant à tour de rôle aux ceintures blanches.

Le stage a été inauguré par le Suprême Gradé Maître VIGOUREUX.

L'enseignement était très diversifié : tous les principes furent abordés en tenant compte du niveau des élèves.

Les bozendokas apprécièrent le revêtement du sol de la salle qui amortissait le bruit des chutes de bâtons ! Pour les chutes des participants, un tatamis avait été installé.

Malgré la fatigue de l'entraînement intense, le moral des bozendokas a toujours été au beau fixe et l'assiduité des élèves a été la récompense pour les professeurs qui avaient préparé ces cours.

Les Ceintures Noires ont fait diverses démonstrations: Projections, désarmements, technique du vide et toutes les possibilités du BOZENDO. L'admiration qui se lisait sur les visages des stagiaires prouvait que ceux-ci, n'en doutons pas, feront le nécessaire pour acquérir cette technique.

Le dernier jour les efforts ont été récompensés par une promotion de certains, concrétisée par une remise de grade en présence du Suprême Gradé.

Furent promus : 5e kyu : Melle Caroline FIGUERES
 M. Philippe PACREU
 3e kyu : M. Sylvain BENOIT
 2e kyu : M. Henri AGRAMUNT
 M. José GUTTIEREZ
 1e kyu : M. Henri VASALLO

Pour terminer une semaine bien remplie et avant de se séparer pour retrouver chacun ses obligations... et son club, le bozendokas partagèrent le "jus de fruit" de l'amitié en souhaitant "ce n'est qu'un au revoir..."

ROKU-KYO

La revue du BOZENDO n° 4 (Novembre-Décembre 1983) nous a permis de voir la projection appelée *Bo sumi keiten nage*

Je vous rappelle que son étude ne se fait qu'à partir du 2e dan. Ceci est dû aux difficultés qu'elle présente notamment en ce qui concerne le mouvement consistant à passer par dessous les bô sans briser l'harmonie des déséquilibres.

Mais il existe une projection plus simple, semblable à celle envisagée dans la revue précédente, plus accessible aux 1e dan.

Pour débiter *Bô ude gake keiten nage (1)*, il faut que les deux adversaires soient face à face en garde opposée, Tori étant en *migi jigotai* alors que Shité est en *hidari jigotai* (fig. A)

Tori prend cette fois encore l'initiative de l'action, il attaque son adversaire par un *shomen* de sa main droite (sa main gauche entraîne son bô sous son aisselle gauche afin de créer un couple de frappe). Shité pour se protéger exécute la parade *mamori-no-men* (Revue n° 3).

Tori va alors exercer une action dirigée vers le bas de sa main droite pour obliger son adversaire à descendre sa garde. Il glissera ensuite l'extrémité droite de son bô entre le poignet gauche et le bâton de shité. Dans cette position, Tori exerce un verrouillage qui met son adversaire dans une posture favorisant les projections.

Ensuite, Tori, tout en avançant légèrement son pied droit, va exercer une traction de sa main droite, qui entraîne Shité dans un déséquilibre avant (sur la pointe des pieds) (Fig.B).

Il ne lui reste plus qu'à créer le vide devant son adversaire par deux actions combinées et simultanées.

La première de ces actions est un mouvement de ses deux mains qui fait décrire à son bô une boucle (ceci afin d'accentuer le déséquilibre).

La deuxième est l'effacement de son corps par un *taï sabaki* arrière autour du pied droit. Ce déplacement met Tori à la gauche de Shité (fig.C), qui se trouve alors entraîné dans une chute avant à gauche.

Remarque : Une telle projection, pour être efficace, doit être faite dans un mouvement "TAO" (il ne faut pas briser l'harmonie). Par exemple, si votre "boucle" est trop petite, votre adversaire lâchera inévitablement son bô, car vous lui tordez son poignet trop violemment, ce qui n'est pas le but recherché.

Entrée :

L'étude de cette projection se fait bien entendu en statique. Mais seule une action en dynamique la rendra efficace.

Deux possibilités s'offrent à vous :

- vous allez vers votre adversaire et vous l'attaquez
- ou votre adversaire vient vers vous et vous attaquez également.

Dans le premier cas, vous êtes devant votre adversaire, et vous avancez vers lui tout en l'attaquant par un *shomen*. Vous débutez votre projection comme étudié plus haut et brusquement vous exécutez un *taï sabaki* qui vous place à sa gauche.

Attention : il ne faut pas marquer un temps d'arrêt entre le déplacement avant et le *taï sabaki*.

Dans le deuxième cas, vous cédez à votre adversaire en reculant tout en l'attaquant par un shomen. Dès que vous avez verrouillé, vous faites le tai sabaki et vous projetez comme étudié précédemment.

Esquive :

Pour esquiver une telle projection, il faut se rendre compte rapidement de la situation. Dès que le verrouillage entre le poignet gauche et le bô commence, vous devez lâcher votre bô de la main gauche. C'est une manoeuvre toujours risquée parce que vous désarmez volontairement. Il faut donc reprendre votre bô le plus rapidement possible.

Symétrie :

Cette projection est symétrique, et s'exécute dans ce cas comme suit.

Pour la débiter, il faut que Tori soit en garde hidari jigotai et que Shité soit en miigi jigotai. Le shomen se fera alors de la main gauche et la projection agira sur le poignet droit de Shité, tandis que le tai sabaki place Tori à la droite de son adversaire.

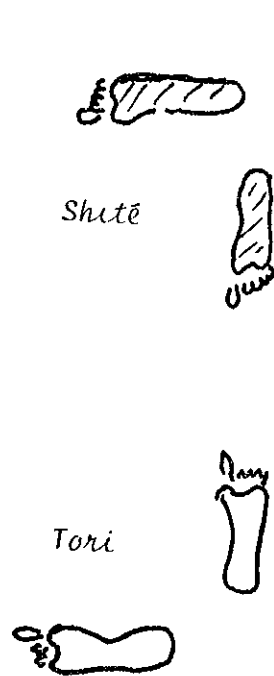


Fig. A

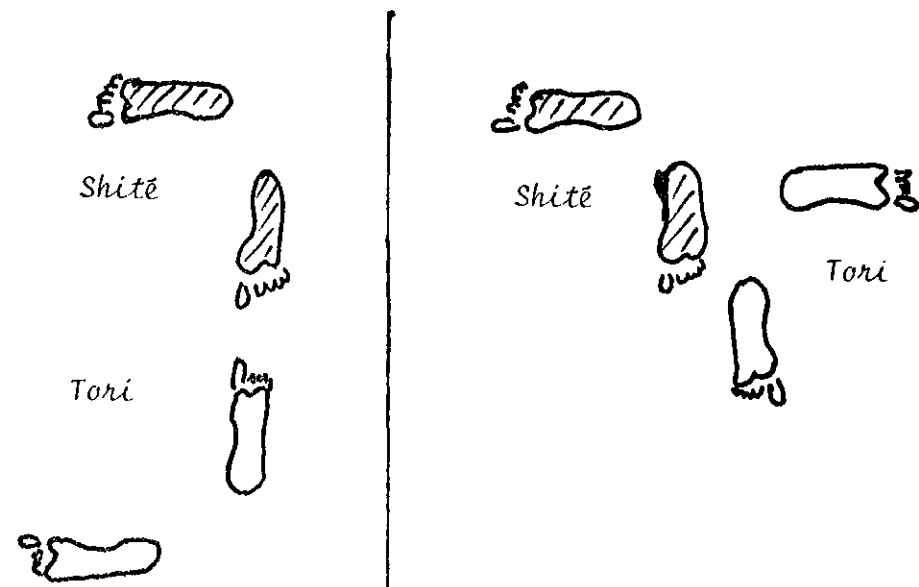


Fig. B

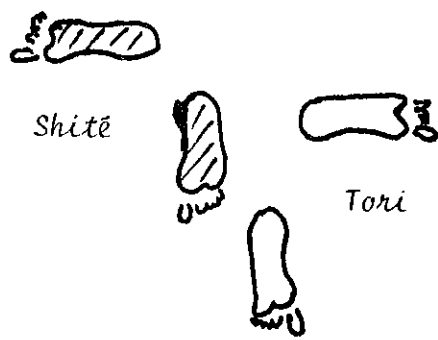


Fig. C

Jean-Michel PRESAS, IIIe Dan

(1) Bô ude gake keiten nage (projection rotatoire par accrochage du bras par le bô)

N.B. : Maître VIGOUREUX Francis a bien voulu illustrer, au pinceau et encre de chine, les principales phases de cette projection. Qu'il trouve ici l'expression de nos plus vifs remerciements et le renouvellement de notre profond respect.

Le Comité de Rédaction du C.C.N.C.A.B.





Serenité ZEN lors du CHA NO YU

Essentiellement esthétique du geste, ordonnée à un but pratique, le CHA-NO-YU est le rituel de la cérémonie du thé.

D'un hermétisme quasi-total pour le profane, il reflète à tout instant un art de vivre où la concentration se mêle intimement à l'harmonie de l'être.

L'ESPRIT ORIENTAL DANS LES ARTS MARTIAUX

Au cours des entraînements, vous vous êtes souvent heurtés à de nombreux problèmes qui vous paraissent insolubles, ou à des défauts techniques signalés par vos professeurs.

Deux solutions se présentent alors à vous :

La première, démarche plus facile, vous demandez à votre *sen sei* de vous donner des explications. Il (ou elle) vous communiquera alors ses connaissances et ses expériences par des mots et les illustrera par l'exemple. Mais, il (ou elle) ne pourra pas faire passer la totalité de ce qu'il sait parce que notre langue ne peut traduire complètement certains détails des mouvements propres aux arts martiaux. La suite logique pour nos esprits cartésiens est d'analyser ce qu'on nous dit sans chercher au-delà de la signification des mots.

Cette démarche intellectuelle est nettement insuffisante.

En effet, il ne faut pas oublier que ces techniques ont été inventées par des orientaux. Chez eux l'intuition* et l'instinct sont très importants. Il faut donc, pour nous occidentaux, se débarrasser de notre cartésianisme et essayer de "penser en oriental".

La deuxième solution est une démarche plus personnelle.

Vous essayez d'analyser votre ou vos problèmes par un raisonnement mathématique ou mécanique, ce qui va vous entraîner systématiquement vers une mauvaise voie, voire vers une impasse. En effet, cette solution vous amène à faire d'autres erreurs sans pour cela corriger obligatoirement votre faute initiale. Dans cette démarche, il faut également faire abstraction du raisonnement intellectuel classique appris dans les écoles et retrouver la pureté du mouvement par votre intuition. N'oubliez pas, non plus, que le temps perdu à la réflexion est, dans un combat réel, un facteur d'échec très important.

C'est pour cela qu'il arrive maintes fois que votre *sen sei* vous demande de vous laisser guider et de ne plus réfléchir quand vous pratiquez certains exercices basés sur le *Ni-Kyo* par exemple. Dès que vous arriverez au stade où votre *bô* et vous-même ne forment plus qu'une entité, votre intuition vous amènera à dépouiller tout ce qui est superflu, alors votre *BoZenDo* viendra naturellement s'inclure dans la voie du Zen, et vous ne ferez plus du *bô* mais du *BO ZEN DO*.

Jean-Michel PRESAS, IIIe Dan

* définition: connaissance directe, immédiate de la vérité, sans le secours du raisonnement.

LE BIEN AGIR (suite) ETRE EFFICACE

POUR FAIRE DE BONS EFFORTS, IL FAUT ETRE EFFICACE

Aimer les autres, c'est les AIDER. Sans force nous ne pouvons les aider. Sans force nous ne pouvons faire d'efforts. Aussi est-il indispensable de développer notre force physique.

Il est donc bon de cultiver notre corps physique pour le rendre fort et l'entretenir en bonne santé.

Un effort n'est efficace que s'il est bien dirigé. Pour bien diriger un effort, il faut être adroit. La force est limitée par la résistance du corps ; l'adresse peut toujours être améliorée dans la recherche de la PERFECTION.

Il vaut donc mieux donner priorité au développement de l'adresse, d'autant que les efforts pour améliorer notre adresse développent conjointement notre force.

Avoir le maximum d'efficacité c'est agir avec le minimum d'efforts pour obtenir le résultat escompté.

Cela nous amène à supprimer non seulement les efforts inutiles, mais aussi les pertes de temps inutiles.

L'EFFICACITE C'EST SUPPRIMER L'INUTILITE en toutes circonstances.

Pour libérer au mieux notre force, il faut harmoniser notre souffle avec le mouvement. La maîtrise du souffle se fait par la VOLONTE. La volonté nous donne notre force de caractère. Il convient donc de cultiver notre force de caractère qui conditionne notre force physique et notre efficacité.

La force physique et la force de caractère sont limités par la résistance du corps et du mental. Il ne faut pas trop leur en demander, sinon ils risquent de craquer.

L'efficacité de la force physique, c'est la SOUPLESSE

L'efficacité de la force de caractère c'est la DOUCEUR

La recherche du maximum d'efficacité du corps et de l'esprit est le BUT essentiel des vrais Arts Martiaux.

Faire un effort, en cherchant à BIEN FAIRE, est bien moins fatigant, même si ce n'est pas évident a priori. Petit à petit notre mental prend l'habitude de la recherche de l'efficacité et l'on devient efficace en toutes occasions.

LA SOUPLESSE dans les Arts Martiaux consiste à savoir ne pas opposer la force à la force, mais à contrôler la force de l'adversaire en la détournant de sa destination et à la retourner contre lui, ce qui permet d'additionner la force de l'adversaire à la nôtre pour le maîtriser, jusqu'à anihiler l'agression et à supprimer le combat.

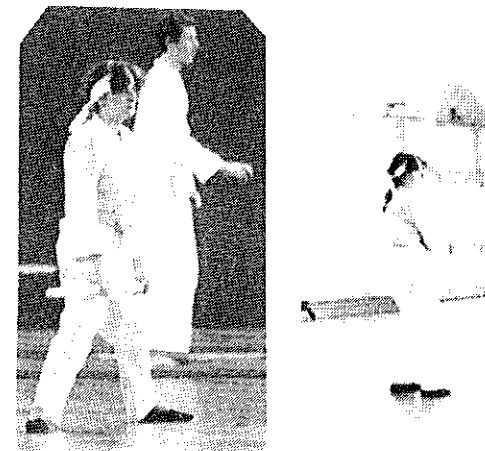
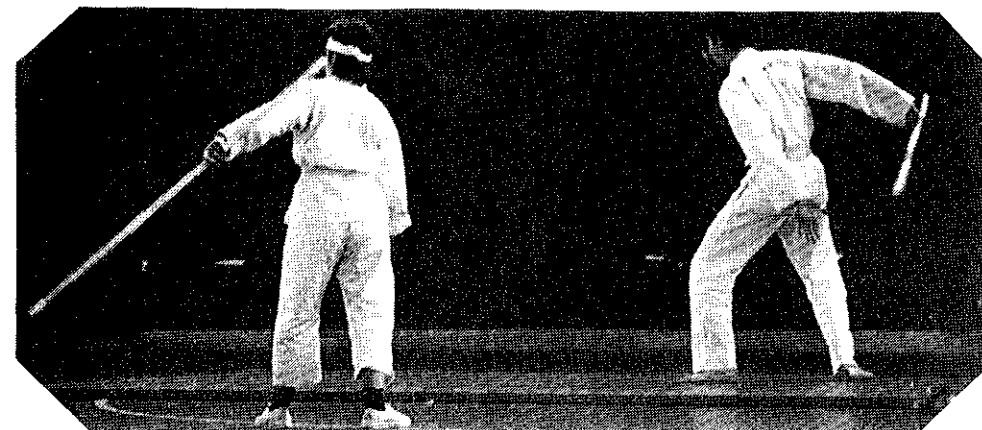
LA DOUCEUR consiste à opposer le calme à la violence. Plus l'agresseur est avide de gagner, violent, coléreux, méchant, plus on doit être calme, décontracté, souple, bienveillant, vigilant, mais pas inactif, ni soumis, de façon à profiter des erreurs et des fautes qu'il commet, inmanquablement à cause de son impétuosité, pour le maîtriser en douceur.

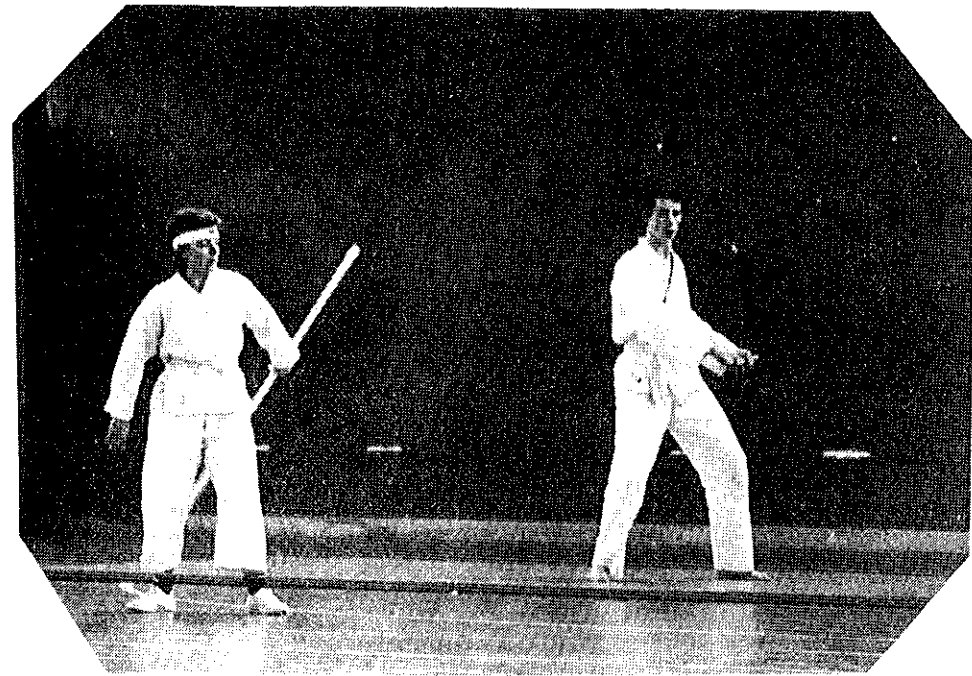
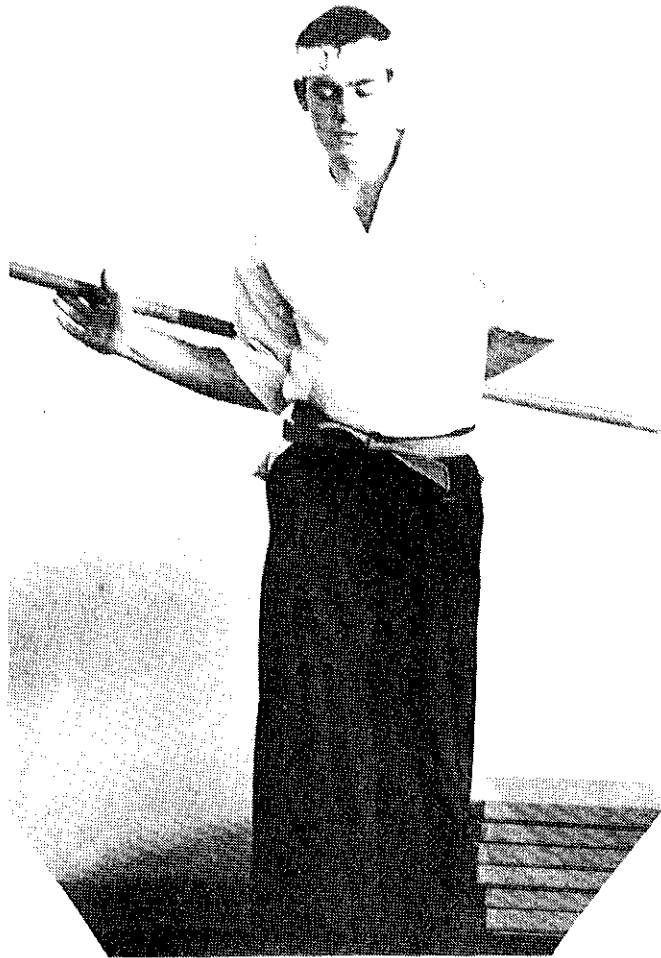
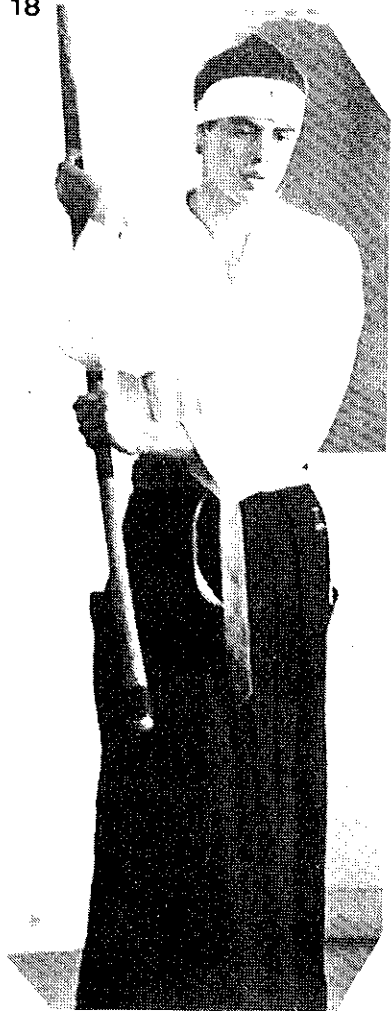
Maîtriser la violence par la douceur est bien plus efficient que de la maîtriser par la force.

"SI TU CULTIVES LA FORCE DE TON CARACTERE

GARDE LA DOUCEUR DE TON COEUR"

J.V. DE BARRY C.N. 2e Dan JUDO

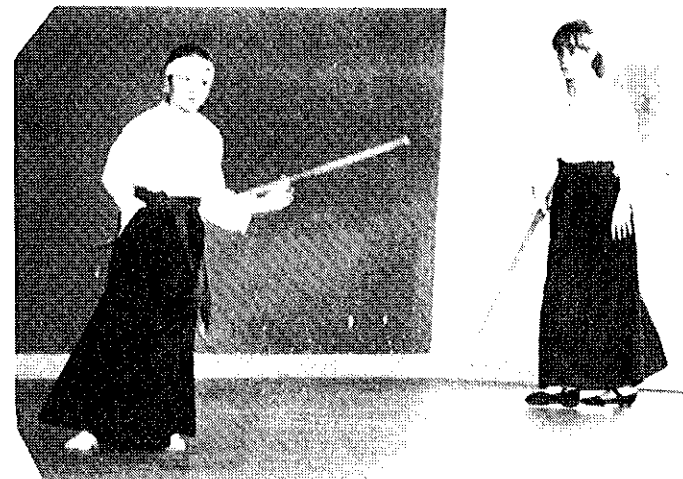
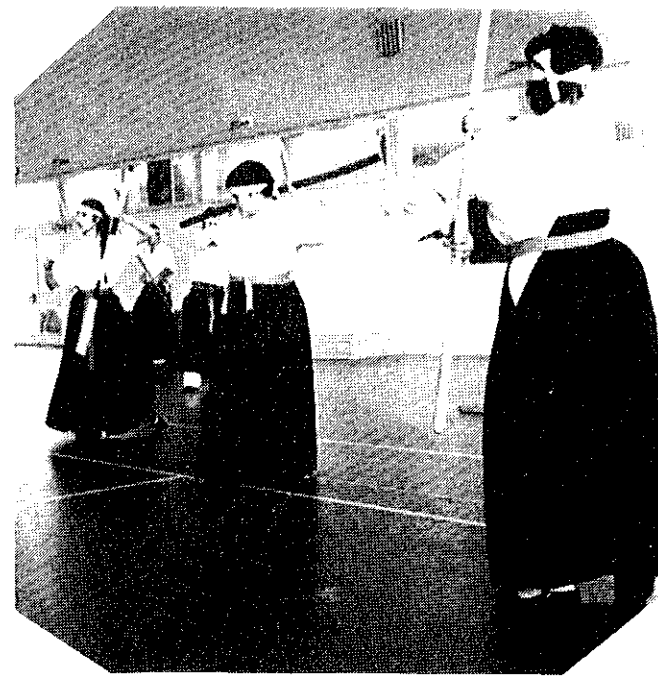




3ème KYU

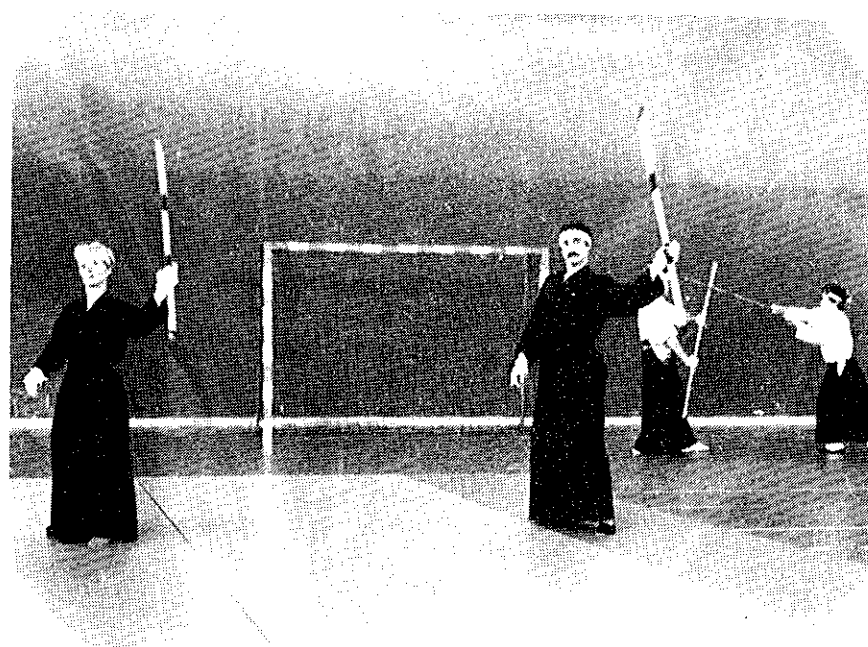
2ème KYU

1er KYU





ITI - KYO et YUDANSHA



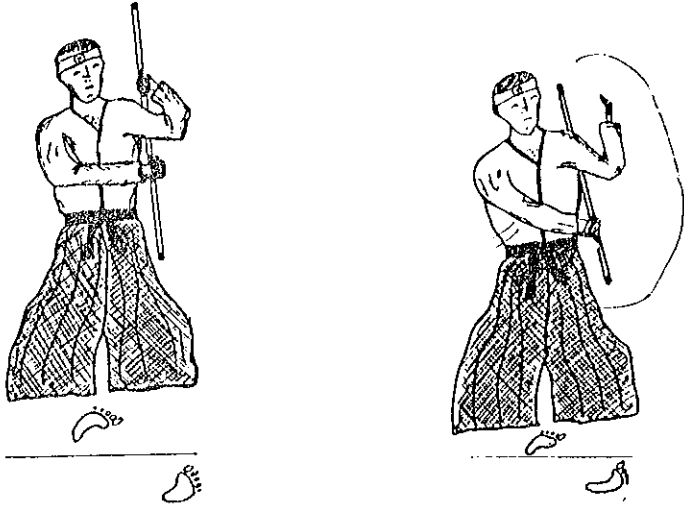
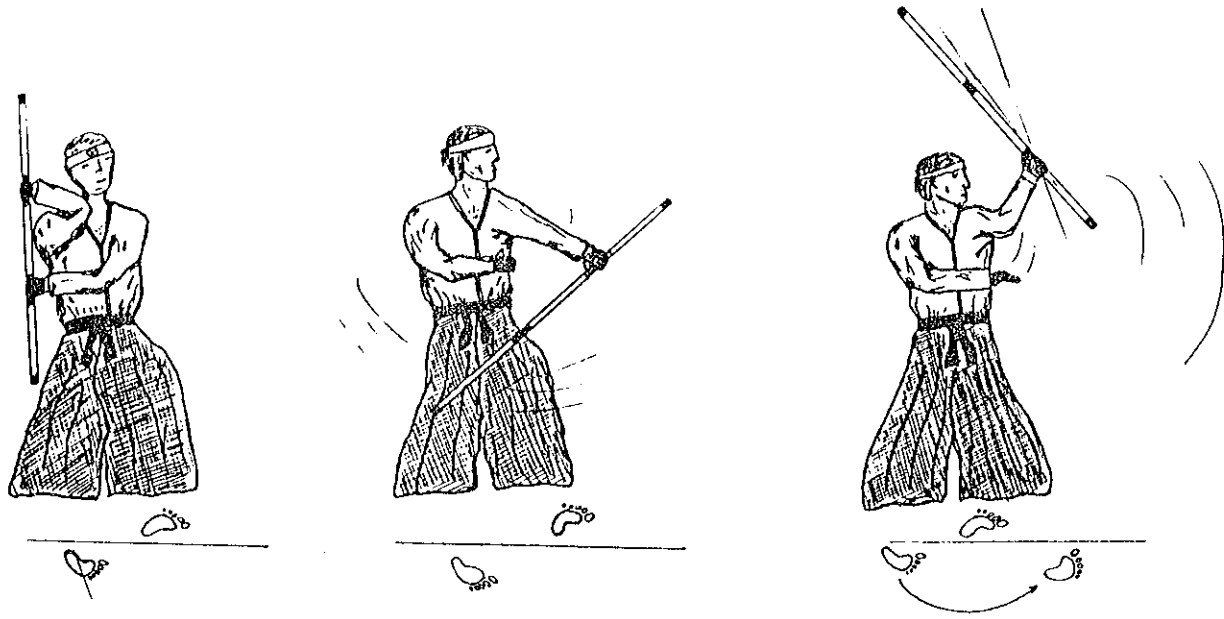
ITI - KYO

Jeu d'adresse pour certains, échauffements pour d'autres, la signification première du ITI-KYO semble souvent échapper aux néophytes. On le comprend aisément, car d'apparence moins codifié et surtout sans application tangible immédiate ! Quel peut être le bien-fondé de chacun de ces mouvements, appris indépendamment les uns des autres, formant une structure si hétérogène ? ... Mais qui peut se vanter de connaître le message délivré par un puzzle, n'ayant en mains que quelques éléments ? Dès lors, une seule recommandation paraît s'imposer : patience et travail. Patience et travail pour ne jamais négliger l'apprentissage, l'art de la dissuasion se révélant comme l'un des principes les plus difficiles qui soient.

En effet, si chaque manipulation ne prend sa réelle valeur que complexée par d'autres, s'en assurer patiemment la maîtrise, une par une, restera toujours le garant de la réussite ! Puis, gravissant les échelons de cette progression technique, l'adepte se trouvera un jour devant les premiers fruits de son labeur, réalisant quelques enchaînements de figures imposées, apportant de manière concrète la justification de ses efforts. Par l'assiduité, l'aisance et la dextérité acquises au sein de ce principe le conduisant tout naturellement à exécuter ses propres enchaînements sans cesse renouvelés, guidés par sa fantaisie ou la nécessité, il aura déjà dépassé le niveau de 1er kyu, son bagage en regroupant quarante, auquel une solide connaissance de HATI KYO aura donné vie et multiplié les possibilités.

Animé par des gestes précis, le bō devient réellement un instrument de dissuasion, exécutant à grande vitesse les exercices de base, combinés entre eux à l'infini, au gré de l'opportunité. Simples, efficaces, ils ne s'enchaîneront, dans des figures de complexité variable, qu'au prix absolu du respect du principe : le TSUBURI. Somme de gestes élémentaires, le déroulement de ces manipulations n'est, en fait, possible que par la réalisation de chacun d'eux au sein d'un plan précis : vertical ou horizontal (l'oblique étant à bannir). Une seule erreur et la vitesse catalyse la faute, sanctionnant au minimum par un arrêt de la démonstration au pire par une blessure, le pratiquant. Ici, comme pour tout principe du BOZENDO, l'esprit ZEN est de rigueur : Pureté des lignes = clarté de l'esprit = maîtrise de la matière (MO-TSEU). D'importance tout aussi primordiale, un autre paramètre ne doit jamais abandonner l'esprit du BOZENDOKA : le contrôle permanent du bō dans l'espace ! A quoi sert la création de volutes et autres figures dissuasives si le bō, aérien, ne peut redevenir à tout moment, une arme de frappe ou de parade, entraîné qu'il est par un corps que la vitesse grise ?

Afin de ne point vous infliger une description par trop longue, riche en détail, chaque manipulation classée et répertoriée vous sera présentée sous forme de planche due à la réalisation d'un de nos membres : Monsieur Philippe DEWEVRE. La classification adoptée respecte une progression différente de celle qui est traditionnellement enseignée, et nous vous présentons pour cette fois, la première.



4
H
U
M
B
L
O
T
E
N
F
T
H
A
L
I
E

LU POUR VOUS.

... Le zen a exercé sur les Samuraï une influence considérable. Il a apporté à l'usage de l'arc et de l'épée une aisance toute nouvelle qui, chez un adepte pouvait toucher la perfection...

... Une partie vitale de l'éducation zen visait à libérer le honsho ou "véritable caractère" de l'homme, c'était une méthode non point tant de se perfectionner que de se dépouiller de tout élément extérieur pour atteindre l'état de Mu, du "vide", de "non être"...

... Une fois en possession du Samuraï, l'épée avait pour objet de promouvoir le service qu'il devait à son supérieur légitime. L'obligation de loyauté était ainsi étayée par le code de l'éthique confucianiste. En dehors de ce contexte, l'épée ne devait pas être tirée. Mais une fois tirée, elle était maniée dans l'esprit zen, le guide sûr, tout puissant, de son emploi réel. Le zen pouvait perfectionner également l'usage de l'arc, de la lance, de la hallebarde, mais à tous les points de vue, c'est l'épée "l'âme du Samuraï" qui avait la suprématie...

Les Samuraï
par Richard STORRY et Werner FORMAN

J. M. P.

DEVINETTE...DEVINETTE...DEVINETTE...DEVINETTE...DEVINETTE...DEVINETTE...

Question : Qu'est-ce qu'une ceinture noire ?

Réponse : C'est une ceinture blanche qui en a vu de toutes les couleurs

René PRESAS

Le côté principal d'une garde est toujours tourné vers la poignée. Les envers sont quelquefois d'une grande simplicité; un crabe, une mouche, un épi de riz, un branche de pin, une touffe de roseaux, un coquillage, soit en creux, soit en relief, suffisent au ciseleur japonais pour intéresser le regard.



CARPES ENLACÉES, GARDE EN FER, PAK YEIJY.

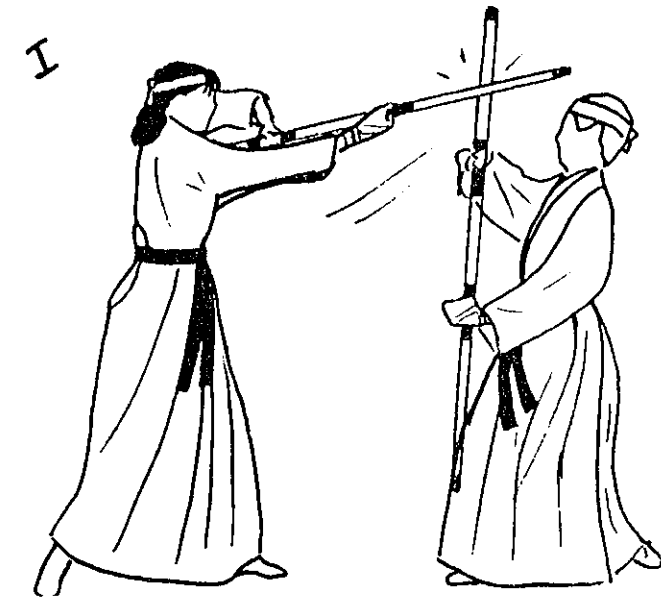
DEUXIÈME PRINCIPE NI-KYO

La sixième série

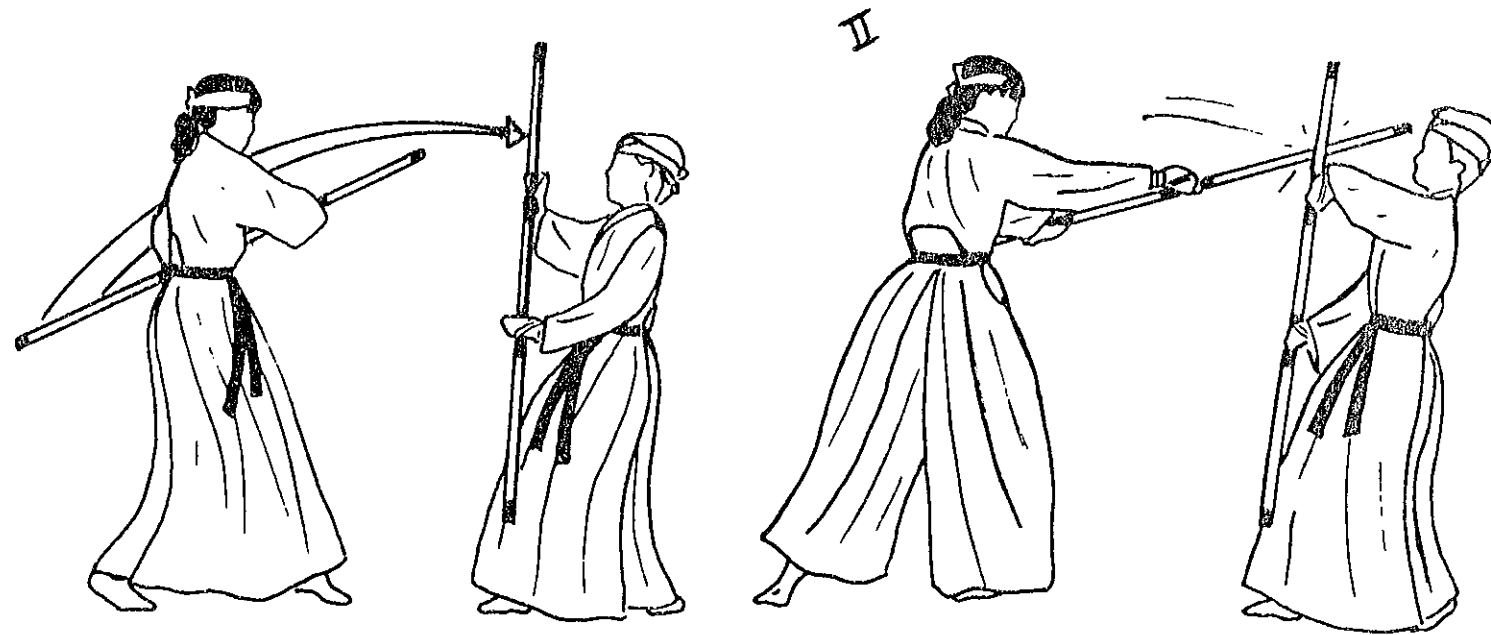
Lin et Lyang sont face à face en garde idari jigotai

Premier mouvement.

- Attaque** : Lyang lève son bō horizontalement jusqu'à hauteur des épaules et dans un mouvement de couple semblable au second coup latéral de la 1ère série tente d'atteindre l'oreille gauche de son partenaire.
- Parade** : Lin exécute une parade latérale du côté gauche, sa main droite venant se placer légèrement en avant de son épaule gauche, son bras gauche tendu vers le bas. Ses deux mains maintenant grâce à un couple de force le bō dans un plan bien vertical.

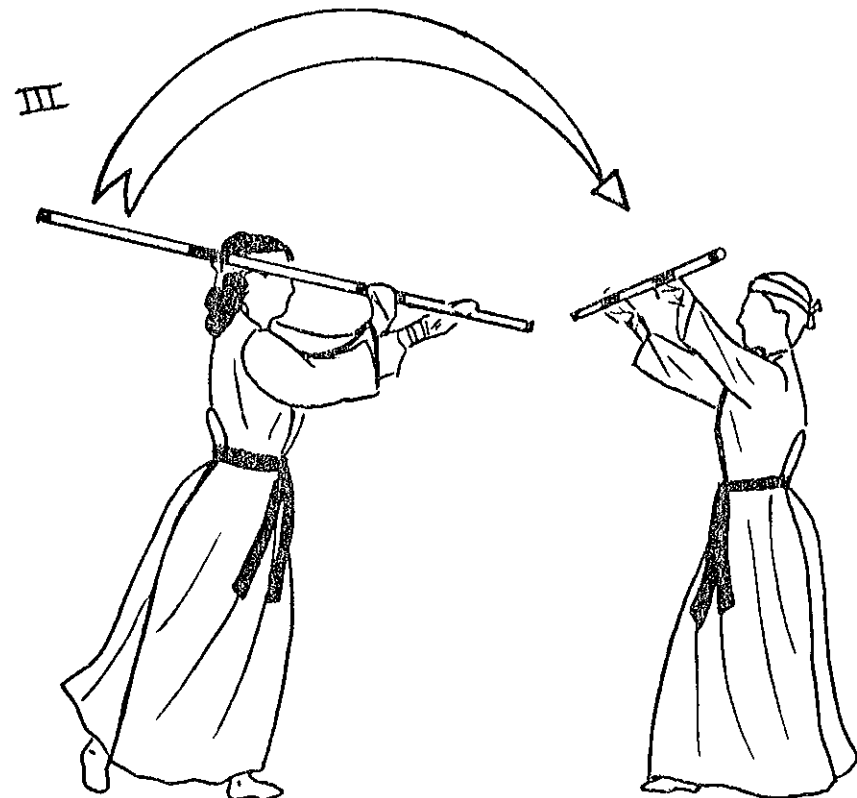
Deuxième mouvement.

- Attaque** : Lyang venant de frapper l'oreille gauche de Lin veut maintenant atteindre son oreille droite. Pour cela il ramène son bō autour de sa hanche gauche et s'aide de celle-ci pour propulser le bō et détendre son bras droit en lâchant la main gauche et visant l'oreille. Instantanément la main gauche est venue se placer à l'extrémité droite du bō.
- Tai sabaki** : Simultanément à cette attaque, Lyang effectue un tai sabaki arrière gauche lui permettant de donner de la vitesse à son bō et de se trouver à distance de frappe. Lyang est à présent en garde migi.
- Parade** : L'attaque venant du côté droit, Lin passe d'une parade latérale gauche à une parade latérale droite : Sa main gauche en avant de son épaule droite, son bras droit étendu vers le bas maintenant fermement le bō en position verticale.



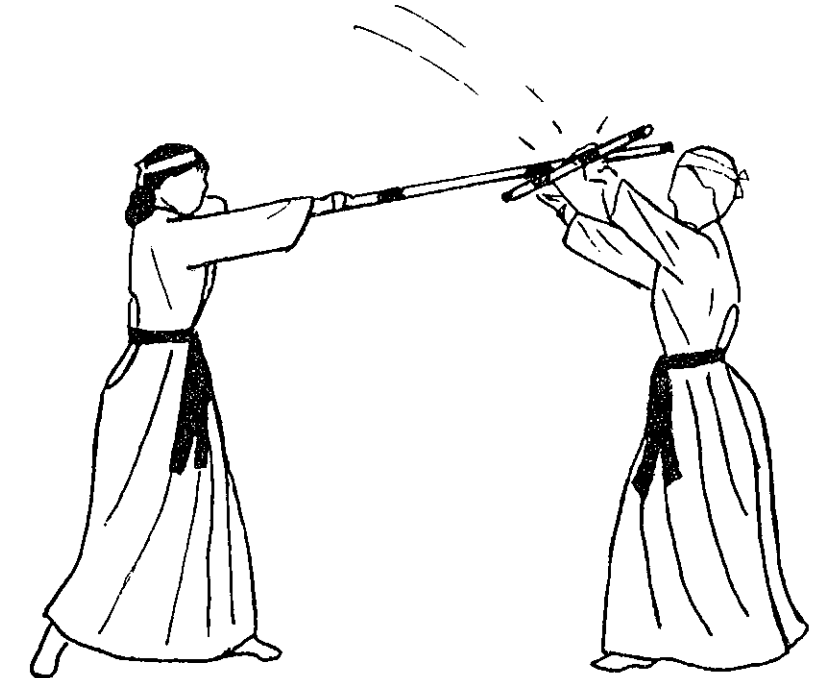
Troisième mouvement.

Attaque : La troisième attaque de la 6ème série visant le crâne, Lyang venant de frapper l'oreille droite reste en position d'attaque et effectue une rotation des poignets pour que ses deux mains se trouvent paume vers le ciel. Alors dans un mouvement de couple spiralé sa main gauche se place sous son aisselle droite alors que son bras droit se retire vers le bas et dans un mouvement ascendant vient viser le crâne de Lin (Le bras se trouve dans le prolongement du bō).



Parade : C'est une parade haute que fait Lin pour protéger son crâne. Elle s'exécute donc dans un plan horizontal frontal, bras tendus vers le haut, un peu en avant du visage.

Tai sabaki : Simultanément à son attaque, Lyang effectue un Tai sabaki avant gauche, donnant de la puissance à son bō.

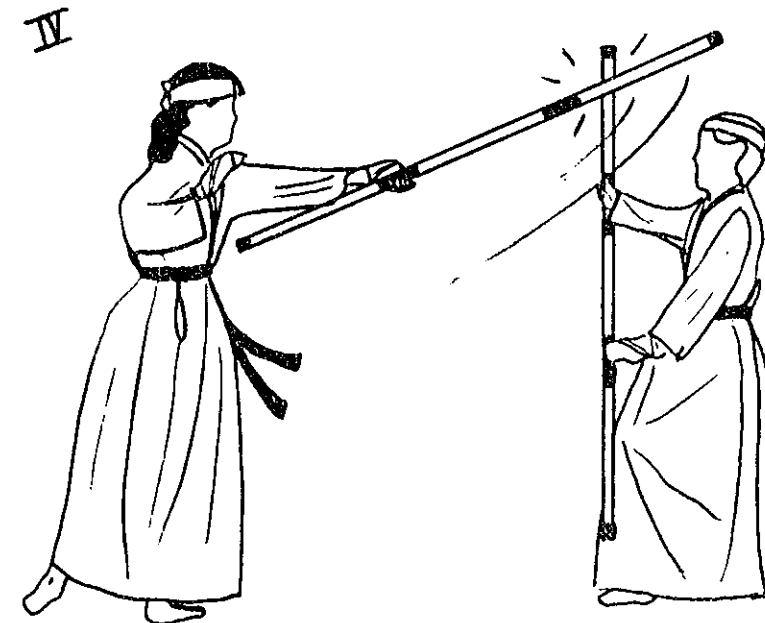


Quatrième mouvement.

Attaque : Le dernier mouvement est un coup porté à l'oreille gauche de Lin, pour cela Lyang va armer en enroulant son bō autour de sa hanche droite et par une poussée de celle-ci va détendre son bras gauche et atteindre sa cible en lâchant la main droite.

Tai sabaki : Simultanément au mouvement de la hanche, Lyang effectue un tai sabaki arrière gauche qu'il ramène aussitôt de manière à se retrouver à la fin de la série en garde idari.

Parade : Cf. 1ère parade.



Nathalie HUMBLLOT, 1er Dan

HISTORIQUE (SUITE)

(Ve siècle avant J.C.)

Au temps de MO-TSEU bien que ce fut l'époque dite des "Royaumes Combattant", il arrivait que la principauté se trouvait dans une période de paix relative. On s'exerçait alors à tirer de l'arc dans la plaine au-delà des faubourgs de la capitale.

Les archers portaient le bonnet à pendants de diverses couleurs et la tablette à écrire enfoncée dans la ceinture. Les officiers que l'on surnommaient les "tigres irrités", déposaient leurs épées. On faisait des offrandes aux ancêtres dans le temple, et on apprenait au peuple à pratiquer la piété filiale.

On donnait des audiences et le prince feudataire apprenait les devoirs mutuels du prince et des sujets. Il labourait lui-même le champ dont les récoltes étaient destinées aux offrandes.

Le prince feudataire lui-même servait à manger dans la grande école "Ta-Hio" aux trois vieillards les plus vénérables et aux cinq vieillards les plus expérimentés. Le bras gauche dénudé, il découpait lui-même les viandes, il apportait les coupes. Il enseignait ainsi comment on devait témoigner d'affection et de respect aux plus âgés. Ainsi à la longue les usages de la maison des "Tchéou" se propageaient dans tout le pays.

Tout cela était accompagné de musique.

Un sage a dit : "l'homme doit avoir sans cesse pour compagne les cérémonies et la musique, et ne jamais s'en séparer un instant"

Lorsqu'on étudie à fond la musique pour régler son cœur, le cœur devient naturellement calme, droit, aimant, sincère. Lorsque le cœur est calme, droit, aimant, sincère, il possède la joie. Ayant la joie, il est heureux. Etant heureux, il est constant et il pratique la vertu. Ainsi il inspire le respect et la crainte sans avoir besoin de se courroucer.

Lorsqu'on étudie à fond les cérémonies pour régler la tenue du corps, le maintien est composé et respectueux. Un maintien composé et respectueux inspire la crainte et le respect.

C'est pourquoi, disait "MO-TSEU" à ses disciples, lorsque l'harmonie des passions et la joie du cœur sont troublés un instant, les désirs d'intérêt propre et la dissimulation l'envahissent aussitôt. Lorsque le maintien cesse un instant d'être composé et respectueux la paresse et l'insouciance se glissent dans le cœur.

La pratique des Arts Martiaux en général et du "P'ou-Kia-Tô" (ancien nom chinois du BOZENDO) en particulier ne peut se faire que dans le respect de soi-même et des autres.

Les anciens souverains employaient cinq choses pour gouverner l'empire : à savoir : l'estime pour les hommes vertueux, l'honneur envers les hommes constitués en dignité, l'honneur envers les vieillards, le respect envers les aînés, la bonté envers les jeunes gens. C'était au moyen de ces cinq choses qu'ils assuraient la tranquillité de l'empire. Pourquoi les anciens estimaient-ils les hommes vertueux ? Parce que la conduite des hommes vertueux approchait de la perfection. Ils honoraient les hommes constitués en dignité parce que la condition de ces hommes approchait de la dignité souveraine. Ils honoraient les vieillards parce qu'ils voyaient en eux un rapport de ressemblance avec leurs parents. Ils respectaient ceux qui les surpassaient en âge, parce qu'ils voyaient en eux un rapport de ressemblance avec leurs frères aînés. Ils traitaient avec bonté les jeunes gens, à cause d'un rapport de ressemblance avec leurs fils.

Les règles communes à tout l'empire étaient de rendre grâces au principe de toutes choses "TAO" d'honorer les esprits supérieurs et les esprits inférieurs, d'honorer ceux qui ont acquis des grades supérieurs et pour ceux-ci d'honorer leurs élèves, de vivre en bonne intelligence et de prendre soin des choses nécessaires à la vie, de cultiver la justice, de pratiquer la déférence mutuelle.

Mes disciples disait MO-TSEU se doivent de participer aux manifestations et cérémonies officielles, par exemple, la cérémonie du Tir à l'Arc "CHE I", le jeu de flèches "T'EOU-OU", connaître le "IO KI" ou traité sur la musique et les cérémonies du Banquet "IEN-I".

Anciennement à la cour des princes, le tir à l'arc "CHE-I" était toujours précédé de la cérémonie du festin. Chez les ministres d'Etat, les grands préfets et les autres officiels, il était toujours précédé du banquet offert aux notables du district, dont faisaient partie les principaux disciples de MO-TSEU, les gradés "Yudansha". MO-TSEU était lui-même considéré en grand dignitaire de l'empire. La cérémonie du festin à la cour du prince mettait en évidence les devoirs mutuels du prince et du sujet. La cérémonie du banquet "IEN-I" dans les districts faisait connaître l'ordre qui devait être gardé entre personnes d'âge différent.

Les disciples de MO-TSEU devaient se plier au cérémonial du tir à l'arc "CHE-I". Celui-ci leur avait été enseigné au cours de l'étude et des entraînements. Celui-ci dont la volonté était droite et le maintien irréprochable tenait son arc et sa flèche avec soin d'une main ferme.

En le voyant tenir son arc et sa flèche avec soin et d'une main ferme, on pouvait dire à l'avance qu'il frapperait le but.

Par le tir à l'arc on pouvait connaître la vertu et la conduite des hommes.

Cette maîtrise n'est que l'aboutissement d'une longue patience et d'un entraînement suivi pendant des années d'études avec l'application des principes du "TAO" (1) et de la technique mentale du "vide". Selon le rapport Maître à élève. Au début, l'élève doit seulement reproduire ce que le Maître lui montre. Ce dernier, négligeant les longs enseignements et les longues justifications se borne à de brèves indications et ne s'attend pas à ce qu'on lui pose des questions. C'est avec patience qu'il attendra croissance et maturation. Tout découle de l'oubli total de soi, l'accomplissement extérieur de l'acte se déroule de lui-même. C'est le chemin qui mène à "l'art sans art" Le Maître s'adresse à ses élèves recueillis et attentifs et leur dit :

"Regardez moi, vous ferez de même mais considérez bien que l'on ne tire pas à l'arc pour se faire des muscles. Pour tendre, ne pas engager toute la force du corps, mais apprendre à laisser les deux mains exécuter les gestes, cependant que les muscles des épaules et des bras restent relâchés et paraissent ne pas prendre part à l'action. C'est seulement lorsque vous serez capable de cela que vous aurez acquis l'une des conditions qui mènent à la réussite"

Ayant ainsi parlé, le Maître choisit un arc dans sa collection personnelle et dans une attitude de grande noblesse, tend légèrement la corde à plusieurs reprises et la laisse aller. Il se produit alors toute une gamme de vibrations aiguës et sourdes.

Une tradition fort ancienne leur attribue le pouvoir de conjurer les mauvais esprits. Le Maître ensuite dispose une flèche, bande son arc à l'extrême avec une telle aisance que l'arc paraît faible et d'une souplesse facile, la pointe de la longue flèche dépasse à peine la poignée. Le coup part, la flèche vole vers le but.. Tous ces gestes, sans efforts apparents, expriment la nature mystérieuse qui se révèle uniquement dans un combat de l'archer contre lui-même.

Dès les premiers essais, les débutants pratiquant avec un arc de faible puissance, remarquent qu'il faut utiliser la force physique et même une force considérable. Dès qu'il a placé la flèche, l'archer lève son arc à bras tendu de sorte que ses mains doivent se placer au-dessus de sa tête. Il doit ensuite les écarter également à droite et à gauche en les éloignant l'une de l'autre en descendant, jusqu'à ce que la main gauche au bout du bras tendu se trouve à hauteur des yeux. Le bras droit replié tire la corde et se place au-dessus de l'épaule droite.

(1) Le tir à l'arc selon la tradition Zen exige une démarche de même nature.

Avant qu'il lui soit permis de lâcher le coup, le débutant doit conserver cette attitude dont l'effort demandé le fait grimacer. Ses mains se mettent à trembler et sa respiration devient de plus en plus saccadée.

Pendant des semaines, cette opération de bander l'arc reste pénible et semble sans espoir d'amélioration s'il n'y avait la consolation d'observer les anciens qui, à l'aide d'arc de puissance plus élevée, paraissaient se jouer de l'effort musculaire nécessaire.

Le Maître suit les efforts des élèves avec attention, corrige ici et là une attitude crispée, une dépense de force inutile, et fait preuve d'une patience inébranlable.

"Respirez selon les règles, recommandait-il, inspirez et relâchez doucement, pendant un instant conservez le souffle. Expirez à fond ensuite le plus lentement et régulièrement possible, obtenez en vous un rythme et une alternance. En respirant ainsi, vous découvrirez le principe de la force spirituelle et plus vous serez décontracté plus cette force circulera dans vos membres".

Enfin, après des mois d'efforts, l'élève arrivé à maîtriser le souffle, s'absorbe en l'acte respiratoire et a la sensation étrange d'être lui-même "respiré". Le corps est enfin relâché pendant l'acte de bander l'arc et de le maintenir jusqu'au départ du coup à la fois puissamment et sans peine. L'archer débutant s'aperçoit avec étonnement qu'une année est passée avant ce résultat satisfaisant.

Il s'agit à présent d'étudier le "lâcher du coup". Jusqu'alors aucune préoccupation de ce que pouvait devenir la flèche. Dorénavant il s'agira d'atteindre le disque de paille peu éloigné au début.

La tension n'est pas douloureuse car un gant de cuir renforcé au pouce empêche la pression de la corde d'être gênante et de provoquer un relâchement prématuré.

L'archer place le pouce sous la flèche, replié autour de la corde, les autres doigts s'appliquant sur lui en l'enserrant très fortement pour assurer une bonne prise. Le "lâcher" consiste à ouvrir les doigts de manière à libérer le pouce; la traction de la corde l'arrache de sa position et propulse la flèche. Le coup lâché par la violente secousse et la vibration de la corde, ébranle le bras et même se répercute sur tout le corps du débutant. Impossible à ce dernier d'obtenir un coup aisé et sûr en évitant que les vibrations le fassent dévier.

Chez le Maître, le lâcher du coup paraissait chose aussi simple que s'il s'agissait d'un jeu.

Cet acte de force est exécuté avec un détachement et une aisance qui laisse l'élève perplexe mais le fait savourer avec satisfaction le spectacle, en y appréciant tout particulièrement la majesté.

"Le coup parfait ne se produit au moment opportun, explique le Maître, que si vous vous détachez de vous-même, n'anticipez pas son accomplissement, faites le vide" selon le principe du "TAO", l'acte doit paraître indépendant de vous-même, comme une des grandes forces de la nature. Avant de vous présenter à l'entraînement recueillez-vous, méditez sur ce qui se passe dans la nature, pensez à l'aisance de l'aigle pour se tenir dans le ciel, au bond si souple et puissant du tigre, à la vitesse de la gazelle mais qui perd tous ses moyens si elle est atteinte par la frayeur. Oubliez l'effort musculaire, identifiez-vous avec la cible".

Le Maître ne se soucie pas de savoir jusqu'où ira son élève. Il lui montre le vrai chemin, lui met le pied à l'étrier, l'élève doit suivre sa voie et continuer seul, mais aussi loin que puisse le conduire la voie "TAO" il ne pourra oublier son Maître.

Peu à peu des coups corrects réussissent mais de-ci, de-là, sans posséder encore la maîtrise qui fera de chaque coup un coup sûr. La main droite est toujours plus ou moins crispée mais l'élève arrive petit à petit à différencier les coups ratés et les coups réussis. Lors des coups ratés, le souffle retenu se décharge brutalement tandis que dans les coups corrects il s'exhale sans le moindre effort, la main également s'est relâchée d'elle-même presque à son insu, et le cœur bat régulièrement.

Encore une année de passée, il faut à présent soigner la précision du tir au centre de la cible "Tcheng" placée à plus de soixante mètres. "Il est nécessaire, disait le Maître, d'enlever de votre esprit cette préoccupation des coups au but. Vacuité totale et dépouillement du soi sont les éléments essentiels de la maîtrise du coup. Faites comme si "quelque chose d'autre que vous" mène la flèche au but"

Cinq années pour certains, six ou sept pour d'autres furent nécessaires pour faire de l'élève un archer correct.

Ceux-là peuvent dorénavant participer aux cérémonies officielles du Tir à l'arc "CHE-I".

Les archers, en avançant, en se retirant, en tournant ou en faisant tout autre mouvement, devaient se conformer aux règles du cérémonial.

Pour régler la cadence à la cour de l'empereur ou fils du ciel "T' IEN TSEU" celui-ci faisait exécuter par les musiciens le "TCHEOU-IU", les princes feudataires le "LI-CHEOU" les ministres d'état et les grands préfets le "TS'AI P'IN", les simples officiers, le "TS'AI FAN".

Le "TCHEOU-IU" exprime la joie de ce que toutes les charges sont bien remplies ; le "LI-CHEOU" la joie des réunions des princes à la cour impériale dans les temps marqués ; le "TS'AI P'IN", la joie de l'observation des lois ; le "TS'AI FAN", la joie de l'exactitude à remplir tous les devoirs. Ainsi, pour régler la cadence, l'empereur employait le chant qui exprime la joie de ce que toutes les charges sont bien remplies. Par conséquent, lorsque chacun comprenait parfaitement la signification du chant destiné à régler son tir, et s'en servait pour remplir exactement ses devoirs, les entreprises étaient menées à bonne fin et la vertu pratiquée parfaitement, afin qu'il n'y ait plus ni violence ni désordre. Aussi disait-on que le tir de l'arc montrait la perfection de la vertu. Le tir de l'arc est l'occupation propre des hommes : aussi, comme pour l'embellir, on l'a accompagnée de cérémonies et de musique. Il n'est aucun autre exercice qui emprunte autant le secours des cérémonies et de la musique, et qui puisse être répété aussi souvent pour former à la pratique de la vertu. C'est pour ce motif que les sages souverains de l'antiquité lui ont donné tant de soins.

Il est dit dans un ancien chant : "les descendants éloignés du prince disposent, emplissent et lèvent quatre fois les coupes. De tous les grands préfets "TAI-FOU", les hommes distingués, et les simples officiers, grands ou petits, aucun n'est resté dans sa maison. Ils sont tous réunis autour du prince "KIUN" pour fêter et tirer de l'arc". Cela signifie que quand le prince et ses officiers donnaient toute leur application au tir de l'arc, et cultivaient les cérémonies et la musique, ils étaient heureux et estimés.

Un jour que "K'OUNG-TSEU" (Confucius) présidait à un tir dans un jardin potager près de "KOUO-SIANG" (principauté de LOU) les spectateurs étaient si nombreux qu'ils formaient comme un mur autour du jardin. Lorsqu'il en vint à constituer le "SEU-MA" (chef de la cavalerie), il ordonna à "TSEU-LOU" de prendre son arc et ses flèches, de sortir de l'enceinte, d'inviter les spectateurs à tirer de l'arc, et de leur dire "s'il y a ici un général d'armée qui ait perdu une bataille, un grand préfet d'une principauté supprimée, ou un avare astucieux qui se soit fait nommer l'unique héritier d'un riche sans postérité ; qu'il n'entre pas. Tous les autres peuvent entrer". La moitié des spectateurs s'en alla ; l'autre moitié entra. Confucius dit à "KOUNG-OUANG-KIOU" et à "SIU-TIEN" de lever une coupe et d'adresser la parole à ceux qui étaient entrés. Le premier levant une coupe, et prenant la parole dit : "Y a-t-il des jeunes gens ou des hommes d'âge mûr qui soient respectueux envers leurs parents et leurs aînés? Y a-t-il des vieillards de soixante à quatre vingts ans qui soient amis des bienséances,

ne suivent pas les exemples d'un monde licencieux et veulent cultiver la vertu jusqu'à la mort ? Ils peuvent se ranger dans cette enceinte". La moitié de l'assemblée se retira, l'autre moitié demeura. "SIU-TIEN" à son tour leva sa coupe, et prenant la parole dit : " Y a t-il ici des hommes qui étudient avec ardeur sans jamais se lasser, et observent les bienséances, toujours avec le même attachement ? Y a t-il des vieillards de quatre-vingt à cent ans qui exposent les maximes des sages sans confusion ni erreur ? Ils peuvent se ranger dans cette enceinte". Il resta à peine quelques hommes.

Avant et après l'exercice de tir, on offrait à boire. Un censeur "SEU-TCHANG" faisait observer les convenances aux buveurs. Le même était chargé d'ordonner l'exercice du tir. Il prenait un titre d'officier militaire et s'appelait le "SEU-MA". Les vieillards affaiblis par l'âge étaient admis dans l'enceinte par honneur; ils étaient dispensés de prendre part au tir.

Ceux qui frappaient le but obtenaient la faveur d'assister aux offrandes, ceux qui manquaient le but étaient privés de cet honneur. Les princes dont les lettrés étaient souvent privés d'assister aux offrandes subissaient d'abord des réprimandes, puis perdaient une partie de leur territoire. Ceux dont les lettrés étaient souvent admis aux offrandes recevaient d'abord des félicitations, puis une augmentation du territoire. Ainsi la promotion aux dignités et la diminution des territoires dépendaient de l'habileté à tirer de l'arc.

Lorsqu'un enfant mâle venait au monde, on suspendait un arc au côté gauche de la porte ; trois jours après, on prenait un arc en bois de mûrier et six flèches faites de roseau ; on lançait ces flèches vers le ciel, vers la terre, vers les quatre points cardinaux. Le ciel, la terre et les points cardinaux étaient les lieux où l'enfant devait plus tard exercer son action. Il fallait qu'il dirigeât ses vues vers les lieux où son action devait s'exercer avant qu'il se permit de manger des grains, c'est-à-dire, de la bouillie.

Le tir à l'arc montrait la manière de cultiver la vertu d'humanité "Jen". L'archer s'efforçait d'avoir la rectitude de l'âme et du corps. Lorsqu'il y était parvenu, il lançait sa flèche. S'il manquait le but, il ne s'irritait pas contre son adversaire qui avait eu l'avantage ; mais faisant un retour sur lui-même, il cherchait la cause de sa maladresse. Confucius a dit : "le sage n'a jamais de contestation, s'il en avait ne serait-ce pas lorsqu'il tire de l'arc? Avant le tir il salue son adversaire, l'invite à monter le premier, et monte ensuite à l'endroit préparé. Après le tir, il descend et s'il n'a pas eu l'avantage, il boit la liqueur destinée aux vaincus, ou s'il a été vainqueur, il offre à boire à son adversaire.

Même dans les concours, il agit toujours en sage".

L'archer doit en même temps tirer de l'arc et prêter l'oreille à la symphonie. Pour lancer les flèches en mesure et au son de la musique et ne pas manquer le but il faut une vertu et des qualités rares. Comment un homme vicieux pourrait-il frapper le but ? On lit dans le "CHEU-KING" "Je tirerai si bien que je frapperai cette cible, et vous prierai de boire la coupe destinée au vaincu".

L'archer cherchait à frapper le but pour décliner l'offre d'une coupe de liqueur. La liqueur sert à soutenir les forces des vieillards et des malades. L'archer en cherchant à frapper le but pour décliner l'offre d'une coupe de liqueur, déclinait l'offre d'un fortifiant, pour en céder le bienfait à son adversaire.

Le caractère "CHE" signifie "I" ou "CHEU" développer, montrer, expliquer, faire connaître, ou selon d'autres : s'arrêter, se fixer dans un endroit. Il signifie "montrer" : chacun montrait le but qu'il se proposait dans ses actions, et le terme où il désirait arriver et s'arrêter. Ainsi celui dont le coeur était bien réglé et le corps droit, tenait son arc et sa flèche d'une main ferme, frappait le but. Pour cette raison, on disait : "L'archer en visant le but se rappelle que le but de ses actions doit être de bien remplir ses devoirs de père, s'il est père, ses devoirs de fils, puisqu'il est fils, ses devoirs de prince, s'il est prince, ses devoirs de sujet, s'il est sujet". Ainsi, chacun se rappelait son but particulier. Au grand tir présidé par le fils du ciel, avant les offrandes en l'honneur des esprits, la cible s'appelait "HEOU" (prince) et on disait que les archers tiraient au "prince". Ils tiraient au prince, c'est-à-dire qu'ils tiraient afin d'être princes. Celui qui frappait le but obtenait une principauté ou une augmentation de son territoire. Celui qui manquait le but n'obtenait rien.

Le nom "HEOU" prince est resté aux cibles destinées aux princes feudataires. Le centre de la cible est appelé "KOU" qui est le nom d'un petit oiseau.

Le Suprême Gradé

avec des extraits du "Li Ki"



PRETRE SHINTO

Kimonos

Hakamas

Te Bukuro (gants)

de très bonne qualité tissus tergal ou coton

sur mesures

*Pour tous renseignements,
consultez vos professeurs*

