



**ENDO Minori**  
**L'USML(78), 6 dan**

## **9e cours de kendo en japonais 9/10**

Parfois on me demande de traduire ce qu'il est inscrit sur leur **TENUGUI**, mais comme je ne suis pas ceinture noire de calligraphie, je ne peux pas toujours répondre. Mon préféré est celui de Origuchi Koji sensei : **SESSEI 拙誠** = Même si tu es maladroit, sois sincère.

Dans le vocabulaire de Dojo, il y a des chiffres.

### **1-ICHI —**

**KI-KEN-TAI-IT'CHI 気剣体一致** est la base de la frappe valable attribuée par un point **IPPON** en combat. Les drapeaux ne se lèvent pas si **KI** et **KEN** et **TAI** n'y sont pas présents. Le fameux **KI 気** ici, est l'intention d'attaque. En présence d'énergie et surtout accompagnée d'un cri énergique **KIAI** apparaît. **KEN 剣** est bien sûr le sabre, ça représente notre Shinai et aussi la frappe correcte. Le kanji de **TAI 体** le corps, qui représente la posture au moment de frapper, le pied droit doit correctement frapper au sol, le pied gauche doit le suivre et la hanche est bien orientée. Ces trois éléments-là doivent être en harmonie = **IT'CHI**. Le verbe **IT'CHI-SURU** veut dire dans la vie courante de Japonais « Coïncider avec quelque chose. S'accorder avec quelque chose. Présenter tous les éléments ensemble ».

**KIKENTAI IT'CHI** en Kendo veut dire donc, s'accorder **KI** et **KEN** et **TAI** en bonne harmonie au moment de l'attaque pour que ce **IPPON** soit bon. Si un des trois est absent, cette frappe n'est pas acceptable.

On entend moins souvent le mot suivant, il est confondu avec **KIKENTAI IT'CHI** à cause de sa prononciation :

### **KEN-TAI-IT'CHI 懸待一致**

En observant bien ces kanjis-là, on aperçoit que ce **KEN 懸** de **KENTAI IT'CHI** ne représente pas même chose que **KEN 剣** le sabre du KENDO. Le kanji de **TAI 待** de **KENTAI IT'CHI 懸待一致** ne représente pas **TAI 体** le corps de **KI-KEN-TAI 気剣体** = esprit-sabre-corps autrement dit mental-technique-physique.

**KENTAI IT'CHI** : **KEN** 懸 est la lettre de **KAKARU** 懸かる . Ce verbe **KAKA-RU** a le sens de **SEME-RU** 攻める = attaquer avec la menace. Le kanji de **TAI** 待 est le même que **MATSU** 待つ = être patient, La forme infinitive du verbe attendre.

**KENTAI IT'CHI** veut dire naturellement : Il faut équilibrer l'attaque et l'attente. L'attaque et l'attente, deux en un.

Si je me concentre trop pour trouver un moment d'attaque, le reste m'échappe parfois. Si j'attends trop longtemps, je perdrai l'opportunité d'attaque. Dans l'attaque il y a de l'attente et dans l'attente il y a une préparation d'attaque. Est-ce que cette attente est une mise à épreuve de ma résistance? Est ce que c'est ça le fameux **TAME** 溜め qu'on recherche?

Le verbe **TAME-RU** 溜める signifie accumuler, garder. **TAME** en kendo, est-ce que je peux traduire comme « résistance et patience en gardant notre force pour une attaque juste » ? Philippe Labaye sensei nous dit toujours que c'est comme le magma, en train de monter en puissance. Il me dit souvent « GAMAN, GAMAN =Patience, Patience ! » quand il me voit partir trop tôt.

Ce que j'accumule dans mon corps, serait-il du courage, ou une résistance à la tentation? **TAME** n'est pas une simple attente, mais c'est une attente ou une patience dans une préparation d'attaque.

L'état en **KEN-TAI-IT'CHI** m'aiderait-il à sentir le moment d'attaque?

J'aime ce mot **KEN-SHIN-ICHI-NYO** 剣心一如. Le mot **ICHI-NYO** veut dire « comme une seule chose » « ensemble ».

**KEN** 剣 et **SHIN** 心 vont ensemble ( **SHIN** se lit aussi **KOKORO** 心 le cœur, l'esprit, l'émotion). Les anciens nous disent toujours que le sabre est l'homme, l'homme est le cœur. Le sabre s'agite selon l'humeur de la personne qu'il le manie, le mouvement de son sabre est reflet de sa personnalité. L'entraînement au sabre est la recherche de soi.

C'est trop beau, ne trouvez-vous pas?

Quand j'ai eu mon quatrième dan, un des jurys Jean-Pierre Raick sensei m'a dit ceci.

« Il faut maintenant chercher à comprendre **SANSATSUHO** et **SHIKAI** »  
C'était il y a longtemps, mais je n'y suis toujours pas parvenue.

3- SAN 三

**SAN-SATSU-HO** (prononcer autrement **SAN-SAPPO**) 三殺法 .

**SA-TSU-HO** (ou **SAPPO**) peut littéralement être traduit : une méthode ou une façon pour éliminer quelque chose. Le Kanji de **SATSU 殺** est le même que celui du verbe **KORO-SU 殺** =tuer, éliminer . Ici on ne parle pas d'une méthode pour tuer quelqu'un, mais éliminer trois choses qui gênent nos attaques.

Avant d'attaquer il faut éliminer ces trois choses de l'adversaire :  
Son **KI 氣**, son Sabre **KEN 剣** et sa technique **WAZA 技**.

Exprimer ceci en japonais : **氣を殺す、剣を殺す、技を殺す**

**KI O KOROSU, KEN O KOROSU, WAZA O KOROSU**

= Réprimer sa force, immobiliser son sabre, déstabiliser sa technique.

Il me faut beaucoup de **KIAI**, pour être supérieure à celui devant moi. Je lui fait peur avec toute mon énergie. Pour réprimer la force de son sabre, concrètement il y a des techniques comme **HARAU 払う**  
= chasser la pointe de Shinai de l'adversaire, **OSAERU 抑える** = pousser vers le bas, dominer, réprimer, **TATAKU 叩く** =taper pour perturber son **KENSEN**. Pour éviter que sa technique m'atteigne, il faut le dominer par avance, il ne faut pas lui laisser d'ouverture sur moi.

Ces trois choses-là me paraissent très utiles de savoir les faire pour passer au niveau supérieur (Haut gradé), c'était aussi le message de Raick sensei. Il faut travailler pour progresser physiquement, il n'y a que la sueur, disent mes professeurs. Le plus compliqué n'est pas de gagner contre l'adversaire mais gagner contre moi-même.

Un de mes professeurs Sato Hikoshiro Sensei me disait toujours qu'il faut vaincre soi-même avant de commencer le combat contre l'autre.

**\*\*HARAU, OSAERU, TATAKU...** sont des techniques pour les hauts niveaux, on demande plutôt les techniques simples et droites pour les débutants. Merci de ne pas précipiter. Il y a toujours des étapes à suivre.

#### 4-SHI 四

**SHIKAI 四戒** semble très difficile à maîtriser.

Le kanji de **KAI 戒** est celui de **IMASHIME 戒め** = la précepte.

**SHIKAI** se traduit « Quatre maladies à éviter d'attraper ».

1) **KYO 驚** «Surprise» En cas d'incident inattendu, l'homme est souvent paniqué. On perd son calme.

2) **KU 懼** Avec la «Peur» on est figé, on ne peut plus avancer.

3) **GI 疑** A cause de la «Méfiance» on perd la concentration.

4) **WAKU 惑** Avec le «Doute», on perd la vitesse dans sa décision, son mouvement devient lent.

Être calme sans avoir peur, ne pas avoir ni la méfiance, ni le doute...? Je dois m'entraîner toute ma vie.... Il faut également les éradiquer dans ma vie quotidienne, sans doute.

Je pense que **HEI-JO-SHIN** 平常心 vient par là. Je dirai que l'état de **HEI-JO-SHIN** peut se traduire pour moi « Cool, comme d'habitude » « Même pas stressé, je suis très Zen ». Sur le **SHIAI-JO**, on demande d'être **HEI-JO-SHIN**, à l'entraînement on s'exerce pour renforcer notre **HEI-JO-SHIN**. Mais alors, sur le **SHIAI-JO** si j'ai peur, j'ai un petit doute, je me méfie, je ne peux pas rester calme. La veille de l'examen, les copains disaient « Tu fais comme d'habitude ! »

Jour J, je me suis retrouvé mon état « Zut ! Je suis paniquée, comme d'habitude !! », « Je ne suis pas Zen non plus, Je ne suis pas cool, comme d'habitude » !!!

Voilà, Il faut éliminer d'abord **SHIKAI** pour avoir **HEI-JO-SHIN** La tranquillité.

## 5- GO 五

Pour terminer avec les chiffres, parce qu'il y en a tellement que je dois quand même tourner la page un moment à l'autre, je vous présente : **GO-TOKU** en kendo pour le nombre 5.

**TOKU** 徳 = la vertu. Qu'est ce que la vertu en kendo? Chaque pratiquant trouve sa vertu dans sa pratique. Il y a cinq vertus enseignés traditionnellement au DOJO. Les voici !

**SEIGI** 正義 (seï-gui) : La Justice

**RENCHI** 廉恥 (lén-tchi) = **SHUCHI** 羞恥 (chou-tchi) : La Pudeur

**YUUBU** 勇武 (you-bou) : La Vaillance, La Bravoure

**REISETSU** 礼節 (léï-sétzou) = **REIGI** 礼儀 (léï-gui) : La Politesse

**KENJO** 謙讓 (kén-jo) : La Modestie

Gagner ces cinq vertus représente une grande tâche difficile, c'est aussi le grand principe du kendo, éliminer ces quatre maladies.

C'est beau tout ça, mais reste à aller les chercher sur le plancher....