

bulletin de
liaison et d'information
du shung-do-kwan budo
66, rue liotard, genève

aikido, iaido, jodo, judo,
karaté, kendo, kyudo,
yoseikan budo

centaact



1993 - TRIMESTRIEL

efliger

CONFISERIE
BOISSERIE
CASA-ROOM

17, rue Lamartine
Téléphone 345 30 90
345 32 78

CALLEA

GARAGE CARROSSERIE



S.T. CALLEA

10, rue du Contrat-Social
1203 GENEVE/Saint-Jean
Tél. 022/344 13 41 - Fax 022/345 57 09

les prix
matériels
as
éléments
S...

...c'est notre réponse à la
créativité des architectes
précision des ingénieurs
variété de l'artisanat

R. Grandvaux SA

tôlerie industrielle
constructions métalliques
serrurerie

Route de Cartigny 9
1236 Cartigny

tél. 756 11 92

«Winterthur»
Société Suisse
d'Assurances

Agence générale
Eaux-Vives

terthur

winterthur

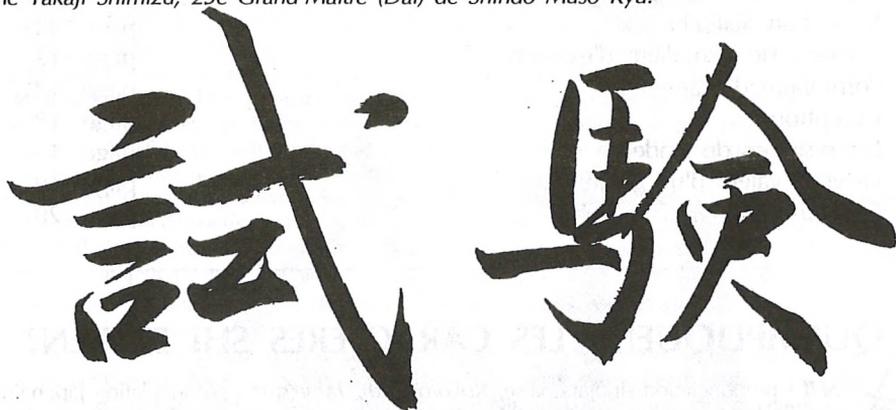
Il existait un dossier sur "Shiken" concocté par Pascal Krieger. Comme il s'agit du Thème de ce numéro, nous l'avons utilisé, avec l'aimable autorisation de son auteur, comme un fil rouge qui se déroule au gré des articles des sections. Grâce à tous les rédacteurs, nous espérons vous proposer un CONTACT intéressant tant par la teneur de ses textes que parce qu'il est presque entièrement dédié au thème retenu cette année.

La rédaction

Dossier Shiken (Examen)

INTRODUCTION

Ce dossier est préparé sur la base d'observations faites durant mes années d'apprentissage au Japon. Ce séjour m'a confronté à des aspects très positifs de la notion d'examen mais aussi à des aspects très négatifs. Ces derniers m'ont persuadé de mettre l'accent sur certains points qui m'ont été transmis, entre autres, par l'exemple déterminant et l'enseignement de Me Donn F. Draeger que j'ai longuement côtoyé. Ont aussi leur influence 17 années d'enseignement dans les disciplines martiales classiques (Kobudô) depuis mon retour du Japon. Ce dossier ne se veut pas un descriptif des règles établies par Shindô Musô Ryû (la Tradition martiale dans laquelle j'ai reçu ma formation) mais plutôt une interprétation de ce que le ryû préconisait au temps de Me Takaji Shimizu, 25e Grand-Maître (Dai) de Shindô Musô Ryû.



Il parle abondamment d'attitudes et de responsabilités dans les pages qui suivent. Il est clair qu'une attitude ou le sens de responsabilité ne peuvent pas être dictés à quelqu'un. Ce sont des choses que l'on ressent ou que l'on ne ressent pas. Je pense que si tous les pratiquants à qui ce texte est adressé s'entraînaient très régulièrement avec un Maître, tout ce qui suit irait sans dire, et surtout sans être écrit. Ce serait au travers de l'exemple et des remarques de ce Maître

N° 3 - AUTOMNE 1993

RESPONSABLE : Olivier Mermin REDACTION : Denise Begert, Serge Dieci, Pascal Dupré, Stéphane Emery, Pascal Krieger, Olivier Mermin, Erick Moisy, Emmanuelle Morisod, Patrizia Birchler, Marcel Subrt METTEUR AU POINT : Serge Dieci

l'esprit serait modelé. Toutefois, il faut admettre que les pratiquants s'entraînent
té ou avec un instructeur qui n'a pas encore une expérience suffisante. Les con-
t sont donc une sorte de description d'un état d'esprit idéal qui peut servir de
à celui qui désire s'y référer.

nnu qu'en Budô il nous est souvent demandé d'imiter des attitudes que l'on ne
nme lorsqu'on demande à un débutant d'attaquer avec plus de conviction alors
peut être basée que sur une longue expérience). En ce qui concerne les pages
elles pouvaient amener ne serait-ce qu'un seul pratiquant à se poser des
on attitude, j'aurais le sentiment que mon travail n'a pas été inutile.

▲ Pascal Krieger
Genève, le 27 mars 1993

Présentation du dossier

ent les caractères SHI et KEN ?	page 2
e, buts et nécessités de SHIKEN	page 4
lités et attitude du candidat	page 8
lités et attitude de l'enseignant	page 8
lités et attitude des examinateurs	page 8
n d'une séance de SHIKEN	page 10
SHIKEN	page 11
e formulaire d'examen	page 12
d'examen	page 13
	page 17
es de grade	page 17
leur d'un grade	page 19
	page 20

PLIQUENT LES CARACTÈRES SHI ET KEN?

ononciation sinojaponaise, *Kokoro(miru)*, *Tame(su)** - prononciation japonaise,
tester, essayer, expérimenter. Le caractère est formé du radical 言 (gonben)
que que le caractère a trait à la parole, à la science, à la connaissance. La partie
, 式 lorsqu'elle est utilisée seule, forme le caractère *shiki*, cérémonie, rituel.
de ces deux caractères semble nous indiquer que le fait de tester quelque chose
identifique qui doit se faire selon un rituel bien précis. Cela est d'ailleurs toujours
méthodes de certification de produits.

ononciation sinojaponaise, *Tame(su)** - prononciation japonaise, signifie **test**,
tiquement le même sens que *shi*. Beaucoup de noms chinois ou japonais sont
de deux caractères ayant approximativement le même sens. Le radical
gnifie cheval, la partie de droite (zukuri) 合 s'écrivait autrefois ainsi 合 deux
eux bouches et un seul être humain sous un toit. Je n'ai rien trouvé de précis
n peut supposer qu'il pouvait s'agir de duel à l'issue duquel un seul être hu-

DORURE ENCADREMENTS
RESTAURATION DE TABLEAUX
ET MEUBLES LAQUÉS



M. CASTELLO
Rue Caroline 29

Tél. 343 19 51
1227 Genève

Aikido

Debout sur le Tatami, Uke en face de moi, j'entends distinctement en japonais, le nom de la technique à exécuter. C'est alors que ma mémoire flanche, le trou, je n'ose regarder mon partenaire. Un grand effroi s'est emparé de moi et pourtant je la connais cette technique, je l'ai exécutée des centaines de fois presque machinalement. Et pourtant, aujourd'hui, impossible de m'en souvenir. Les pieds rivés au sol, les mains moites, transpirant à grosses gouttes je sens dans mon dos le regard des spectateurs braqué sur moi, j'imagine même le sourire narquois de Georges assis sur le banc. Faire quelque chose, n'importe quoi, il faut que je me sorte de cette rigidité toute cadavérique qui peu à peu m'envahit. Je regarde Uke, décelant dans ses yeux une pointe d'interrogation, d'un bref et presque imperceptible hochement de la tête je déclenche son attaque... Surtout ne plus penser, je "glisse" sur l'attaque, "mâche" un tant soit peu l'entrée et finis par trouver une sortie!!! Mon partenaire est à terre, immobilisation, nous nous relevons. Le maître me regarde surpris : —*C'est pas ça*, dit-il, *recommence*. Nouvelle tentative, nouvel échec. En me relevant je cherche des yeux Georges, je le vois, près de la porte en train de pouffer de rire. Notre examinateur nous fait inverser les rôles. J'attaque Tori franchement, il absorbe, rentre clairement son mouvement et me voilà collé au sol. Mais c'est bien sûr!!! C'est clair, limpide comme de l'eau de roche, mais comment ai-je pu oublier tout ça ???

Cette petite anecdote pour vous démontrer l'apport de l'examen en Aikido. En premier lieu et en absence totale de compétition (cf : CONTACT Juillet 92) l'examen est donc la seule échelle de progression et permet ainsi de démontrer l'acquisition des divers mouvements, ainsi que de leur bonne mise en application. Avec un facteur déterminant, qui n'existe pas à l'entraînement, j'ai nommé le stress. En fait, il existe deux techniques distinctes qu'il faut appliquer surtout en examen. La première, la technique de tête, qui est la compréhension intellectuelle du mouvement, la deuxième, la technique de ventre (plus difficile) qui est dynamique et fait intervenir le Hara ainsi que tout le corps. En examen, il est très important de bien lier les deux et de trouver un juste milieu entre un mouvement pas trop brusque pour montrer que les gestes ne sont ni "gommés" ni trop lents pour ne pas s'endormir et figer le partenaire dans des positions pas du tout naturelles.



Cérémonie de réception
des grades. Remise de

à chaque entraînement nous nous forçons un trait d'union entre le corps et l'esprit et le mental). Au passage de grade Kyu ou Dan, est apprécié non seulement bagage technique mais aussi la progression de ce trait d'union que l'on appelle Ki. Les objectifs des examens résident dans le mot même Aikido (union, énergie et voie), créer un bon équilibre entre le corps et l'esprit afin de bien diriger, focaliser son propre effort. C'est à partir de cet état, que nous pouvons parler d'efficacité. Ainsi, le jour J, il faut que le meilleur de soi-même, contrôler le stress, démontrer plusieurs fois le même mouvement lentement puis en accélérant de plus en plus pour bien faire valoir une certaine maîtrise.

Après la théorie et l'heure venue, "seul" sur le Tatami, la gorge nouée et le cœur toujours difficile d'appliquer à la lettre les bons conseils.

✍ Olivier

PHILOSOPHIE, BUTS ET NÉCESSITÉS DE SHIKEN

PHILOSOPHIE

est déjà dans le frigo!". Cette expression, souvent entendue, signifie pour moi que si bien préparé, la période et l'intensité d'entraînement si adéquates, que la date est déjà à la hauteur du grade pour lequel il se présente, que l'examen n'est donc, que le champagne est déjà au frais pour fêter l'événement.

et dans cet état d'esprit qu'on se présente à un examen. Mais cet état d'esprit est un préliminaire de longue haleine et d'une intensité toute particulière.



l'examen ne devraient pas faire oublier que SHIKEN, plus qu'une formalité, est une épreuve, parfois longue, pénible et fatigante. La tension psychologique permet au pratiquant l'occasion unique de travailler dans une atmosphère que l'on connaît à l'entraînement. Comme son nom l'indique, un examen est un moment où l'on examine un pratiquant, son attitude, ses réactions, ses connaissances, ses réflexions, et finalement décider si le niveau global de ce pratiquant est bien conforme aux exigences de son grade.

Le but de l'examen est somme toute assez simple:

la démonstration précise et sans hésitation des techniques requises, dans l'ordre donné et sans

Pour certains pratiquants, ces deux critères paraissent encore trop sévères. C'est alors le moment de se poser la question : « jusqu'ou faut-il aller? ». Dans le passé assez lointain, au Japon, cette sorte de test se soldait souvent par la mort d'un des deux protagonistes. Plus tard, des protections furent ajoutées, mais les tests restaient encore en des blessures graves. Plus tard encore, on a décidé de ne tester que des formes préarrangées (Kata) que l'on indiquait au candidat quelques instants avant l'épreuve. Aujourd'hui, on en est arrivé à préparer bien à l'avance un curriculum défini, sans surprises, composé de techniques préarrangées qui font de toutes façons partie du curriculum d'entraînement, donc des techniques déjà longuement pratiquées.

Il est facile d'ironiser sur la prochaine concession: le pratiquant aurait droit à trois essais et l'on choisirait le meilleur... à moins qu'on décide d'attribuer tout simplement les grades en rapport avec le nombre d'entraînements sans autre forme de test. Et le jour où les Dôjô regorgeront de 10e dan, faudra-t-il alors inventer des 10e dan de couleur?...

Redevenons sérieux, si l'on veut qu'un grade inspire tant soit peu de respect, de la part de l'intéressé comme de celle d'autrui, il faut lui préserver une certaine valeur. C'est cette dernière qui est jugée lors d'une séance de SHIKEN.



BUTS ET NÉCESSITÉS

Un examen a pour but les éléments suivants:

1 - L'assurance qu'un pratiquant possède, relativement à son niveau, le curriculum exigé par le règlement technique après une période déterminée d'entraînement.

Dans tout ryû, il existe un curriculum à apprendre. Si l'on désire que le système soit efficace, une des bases essentielles est de s'assurer périodiquement que le pratiquant a bien enregistré, à un degré relatif à son expérience, les connaissances requises.

2 - L'expérience d'un travail dans un contexte totalement différent de l'entraînement habituel, engendrant une pression psychologique certaine lors de laquelle les réactions du pratiquant seront examinées.

Dans les disciplines martiales classiques, il n'y a pas de compétition (mis à part le système récent de compétitions comparatives - plusieurs pratiquants effectuent le même Kata et les juges déterminent la meilleure prestation). Le combat réel s'avérant trop dangereux vu le manque de protection, les seuls moyens de tester la capacité de réaction d'un pratiquant dans un contexte plus intense, ainsi que le résultat de son entraînement, résident dans la démonstration (Embu) et l'examen. Tout pratiquant devrait expérimenter ces deux méthodes d'entraînement car c'est une épreuve nécessaire pour sa progression. Cela permet à l'enseignant d'observer les réactions du pratiquant et de déterminer par la suite, d'une façon plus personnalisée, de nouvelles directions de travail pour améliorer telle ou telle lacune. Il est très courant d'observer, lors d'un examen, des attitudes que l'on n'avait pas soupçonnées auparavant.

3 - La motivation de l'effort personnel que représente la préparation à un passage de grade

C'est l'occasion de mettre le point sur certains défauts récurrents (*Kuse*). C'est l'occasion idéale pour que le pratiquant expérimente un sur-effort (temps et intensité accrus) qui peut résulter en un "déclic", une sorte de *Satori* dont le chemin du

rapport de la position du pratiquant par rapport au groupe avec lequel il s'entraîne.

quant n'attache que peu d'importance aux grades, il se peut que cette épreuve pour clarifier la situation de ce dernier vis à vis du groupe avec lequel il évolue. Dans les écoles modernes, il n'est pas rare de voir un pratiquant de longue expérience, sans aucun grade, se complaire dans l'étonnement qu'il provoque chez ceux qui ne savent que par son grade. Cette attitude est ambiguë et malsaine, et ce pratiquant ne se rend pas à ses responsabilités. Il y a également une interdépendance avec le groupe. La plupart des *Ryû*, certaines séries ne sont enseignées qu'à partir d'un certain *Shiken* un passage obligé pour la progression technique.

évolution du pratiquant avec les nouvelles responsabilités inhérentes à son récent

grade. Les *Ryû* classiques (*Koryû*), l'ancienneté est ce qui détermine la place du pratiquant sur la ligne avant le salut, pendant l'entraînement proprement dit, le grade fait foi. Un pratiquant possédant un grade plus élevé est responsable du pratiquant d'un grade moins élevé. Il lui faut faire qu'il va devoir doser l'intensité de son travail par rapport aux possibilités du pratiquant moins avancé. Il est en grande partie responsable des blessures que ce dernier pourrait subir à cause d'un manque d'expérience. Le pratiquant plus avancé en grade est également responsable du pratiquant moins avancé en l'encourageant et en lui donnant des occasions de s'exprimer si possible. Ce rôle d'ainé n'est pas toujours compris. Certains l'utilisent à leur avantage en rendant le travail difficile pour le débutant, d'autres en profitent pour jouer le rôle de l'enseignant et se mettent à faire de petits cours privés. Le pratiquant plus avancé ne doit oublier qu'il a été lui aussi «tiré», jadis, par un ancien. Ce qu'il a compris de la part de son enseignant, il ne devrait pas l'offrir au pratiquant moins avancé. Il est bien entendu que le pratiquant qui vient de passer un grade est en droit d'attendre la même attitude de ses

tedo

En Karate du SDK, les examens ont lieu trois fois par année, juste après un stage de perfectionnement, c'est la motivation qui est la raison de cette association. En effet, les pratiquants ont généralement à acquérir une preuve tangible de leur progression, et en Budo, ils pensent qu'une couleur de ceinture donne une telle garantie. Dès lors, ils sont plus motivés à aller à un stage s'ils peuvent en tirer un bénéfice personnel.

On se rend aisément compte lorsque l'on regarde travailler nos élèves. Lors des stages, poussés par un grade supérieur, ils manifestent un intérêt considérable, soit pour des détails techniques, soit pour des notions plus globales comme la façon de se comporter dans telle situation. Au cours du stage passé, beaucoup d'entre eux perdent leur perspicacité.

Il faut donc être considéré comme un moment privilégié pour l'apprentissage. Les gens ont besoin d'espoir et de courage. C'est donc à ce niveau qu'il faut travailler pour essayer de passer à la notion de grade.

Lors de tels marathons, le corps et l'esprit semblent dialoguer. On passe d'un état de désespoir, voire de colère quand la fatigue se fait trop présente, à un état de grâce : "j'ai tenu jusqu'à maintenant, je peux continuer".

Ce va-et-vient, peut-être agaçant pour le débutant, constitue un cadre suffisamment inhabituel pour permettre des démarches particulières. Nos pensées se transforment petit à petit, jusqu'à ce que l'on comprenne que l'attitude qu'il convient d'adopter lors de cet exercice est d'oublier le nombre pour ne penser plus qu'au mouvement. Dès lors chaque technique est animée d'une vie propre.

En répétant une telle expérience, il est alors possible d'entrer dans chaque technique, et ainsi d'avoir la possibilité de les moduler suivant la situation. Ce dernier point étant une des clés pour l'exécution d'enchaînements plus élaborés comme ceux que l'on rencontre dans les Kata. L'examen, cesse alors d'être un but pour devenir un moyen.

Et pour finir, voici ce que pense Bopha Kan, l'une de nos toutes jeunes élèves.

Le stage

Pour réussir le stage, il faut suivre régulièrement les cours. Même si je me sens prête avant le stage, je suis très nerveuse car il est toujours stressant d'être jugée. J'ai peur d'oublier mes Kata ainsi que les prises. Mais heureusement l'ambiance est bonne et la sympathie des professeurs me motive. Mais je crois que monter le grade est la chose la plus importante pour moi.

*Propos de M. Nakajima,
recueillis par P. Birchler et S. Emery.*

MAKOURA

LE LIT NATURE

LE PLUS GRAND CHOIX EN SUISSE

FRED CARASSO EST A VOTRE DISPOSITION
POUR TOUS RENSEIGNEMENTS

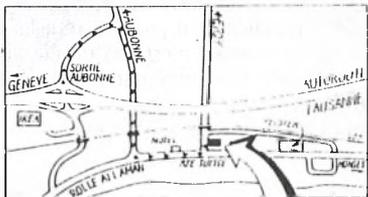
MATELAS
NATURELS

FUTONS

LITS

SOMMIERS

CANAPÉ-LITS



Rte Suisse - Rte d'Etoy
1163 ETOY
Tél. (021) 807 41 00

Du mardi au vendredi
de 14h. à 18.30
Samedi de 9h.30 à 17h.

RESPONSABILITÉS ET ATTITUDE DU CANDIDAT

Le candidat est proposé à un examen par son enseignant et non le contraire. S'il attendra que la Direction technique de son groupement lui propose de se présenter au stage où il sera présent.

Ses efforts se limitent à faire l'impossible pour présenter le meilleur travail dont il est capable. Il se doit de s'informer à l'avance du curriculum requis et de se préparer sérieusement par un entraînement sur un surcroît d'entraînement.

Qu'il soit promu ou non, devrait rester discrète et humble. En cas d'échec, il acceptera les indications des examinateurs ou de son enseignant avec calme et cherchera à améliorer son tir avant de s'en prendre aux examinateurs. Un échec peut avoir des conséquences qu'une promotion car il donne au pratiquant l'occasion de faire un travail meilleur. C'est souvent sur son attitude lors d'un échec que le pratiquant sera jugé. Il devra donner, aux examinateurs comme à l'enseignant, des indications précises à suivre.

Après l'examen de SHIKEN, le pratiquant prendra garde à tous les détails. Il vérifiera sa tenue et s'assurera d'avoir avec lui toutes les armes dont il a besoin et aura grand soin de les ranger à leur place : du côté du *Joeki* s'il est *Uke* ou *Uchidachi*, du côté du *Tori* ou *Shidachi*.

RESPONSABILITÉS ET ATTITUDE DE L'ENSEIGNANT

L'enseignant, par son respect pour ses élèves, ne présentera que des candidats dûment préparés, évitant ainsi aux derniers une humiliation inutile lors d'un échec par trop prévisible. Il ne doit pas se vanter si la prestation de son élève est en même temps sa carte de visite.

En tout cas, toujours possible, son attitude sera soumise et attentive. Il écouterait les indications des examinateurs, prendra note et rectifiera le tir ultérieurement dans son entraînement. Il restera conscient qu'une partie de l'échec est son propre échec.

Après les examens, s'il n'est pas à la table des examinateurs, il se tiendra du côté du candidat et restera attentif à la prestation de son élève, à ses réactions et à son attitude, afin de pouvoir modifier son enseignement en conséquence.

RESPONSABILITÉS ET ATTITUDE DES EXAMINATEURS

Les responsabilités qui incombent à l'examineur sont très importantes. Il doit être extrêmement capable d'une grande concentration. Bien que son vœu le plus cher soit la réussite de son élève, il saura faire preuve d'une totale impartialité. Par respect pour les autres candidats, il appliquera les mêmes critères pour tous. Dans des cas particuliers, un candidat déficient ou physiquement handicapé, il prendra seul la responsabilité d'alléger le tir et de garder à l'esprit qu'un examen n'est pas un éliminatoire mais une épreuve à passer au candidat de traverser. Il prendra grand soin de profiter de cet événement pour faire des corrections d'ordre général portant plus sur l'attitude et la direction de travail que sur les détails techniques qu'il laissera soin à l'enseignant d'expliquer ultérieurement.

Les remarques globales seront condensées et lisiblement inscrites sur le formulaire d'examen.



L'attitude de l'examineur devrait être empreinte de respect pour le candidat. Sa position de juge n'est pas une position supérieure, humainement parlant. Le fait qu'un pratiquant ait librement choisi de s'entraîner intensément et se soit déplacé pour venir présenter son travail devrait lui inspirer un profond respect, sans que cela n'entame son impartialité. Extérieurement, ce respect se traduira par une attention de tous les instants, une position (assise ou en *Seiza*) correcte. Pendant une séance de SHIKEN particulièrement longue, à l'extérieur, en plein soleil, il aura à cœur, par solidarité envers les efforts du candidat, d'éviter de se faire apporter des rafraîchissements ou, si c'est une période froide, des boissons chaudes. Ses explications ou corrections seront empreintes de chaleur humaine (*jin*, ou *nin*) et à aucun moment il ne montrera de la condescendance envers qui que ce soit. Il se sentira honoré et plein de gratitude d'avoir été le principal témoin d'un travail intense, longuement préparé et librement présenté. Rien n'est plus scandaleux que de voir des examinateurs se tenir mal, être à moitié endormis ou totalement inattentifs, ayant l'air de s'ennuyer comme des petits souverains désabusés.

Calligraphie : pinceaux
papier encre livres

Cassettes de
musique
chinoise

Librairie
Suisse-Chine

1, rue Schaub / angle rue Chouet
CH - 1202 Genève
Tél. 022/734 99 55 - Fax : 022/734 54 54

Livres en chinois français
anglais allemand :
culture histoire
médecine
traditionnelle

dossier peut concerner n'importe quel pratiquant de Budo. Mais cette partie particulièrement l'Iaido et le Jodo, elle a été placée sous ces rubriques.

N. D. L. R.

- Jodo

ORGANISATION D'UNE SÉANCE DE SHIKEN

ent pour organiser une séance de SHIKEN est à la suite d'un stage au cours il aura pu se "charger", s'imprégner d'un état d'esprit particulier au travail dans

prement dite du SHIKEN incombe au responsable du *Dôjô* ou, si le stage s'est endroit spécial, à l'organisateur du stage.

L'ORGANISATION

e l'organisation d'une séance de SHIKEN restera attentif aux points suivants: ce prolongée (plus d'une heure), il installera du côté *jôseki* du *Kamiza* (voir le et un nombre de chaises correspondant au nombre d'examineurs*.

e séance plus courte, les examinateurs se tiendront en *Seiza*. Toutefois l'organisateur ge et aux problèmes de santé éventuels des examinateurs.

s d'examen de chaque candidat, dûment remplis, seront placés sur la table. et de quoi écrire sera à disposition de chaque examinateur pour leurs notes

terminé avec les examinateurs l'heure du début des examens, le responsable les candidats et les placera du côté du *Shimoza*, les plus gradés côté *Jôseki*. concernés (ayant des élèves candidats) se placeront, eux, sur le *Jôseki*.

un nombre important de candidats, (plus de 10), il aura préparé des pièces de des numéros bien visibles, qui seront épinglées sur le côté coeur de la veste numéros seront reportés à côté du nom des candidats sur les formulaires

uite les spectateurs éventuels du côté du *Shimoza*, bien en retrait, et les s un silence complet pendant toute la durée de l'examen.

ra auprès des examinateurs pour savoir s'il y a un examen théorique écrit et les préparées à l'avance. Dans ce cas, il se tiendra prêt à distribuer ces feuilles moment venu.

est prêt, l'organisateur de la séance de SHIKEN prévient les examinateurs pour lace à la table.

DÉROULEMENT

et candidats se tournent vers le *Kamiza* pour un salut commun. Puis les exa-candidats se saluent. Tout le monde reprend ensuite sa place.

e des examinateurs convoque le(s) premier(s) candidat(s). Généralement les sont examinés en premier. Il leur assigne une place en rapport avec l'angle halte puis leur demande de commencer.

4) Le responsable des examinateurs renvoie ensuite les candidats qui viennent de se présenter. Ces derniers iront se replacer en *Seiza* à l'endroit où ils étaient avant et attendent la fin de l'examen*. Le ou les candidats suivants sont appelés et ainsi de suite jusqu'au dernier candidat.

*Lors d'un examen de longue durée, les candidats ayant terminé leur présentation peuvent être renvoyés vers le public où ils peuvent attendre, moins formellement, la fin des examens.

5) Selon les cas, l'examen théorique écrit ou oral peut avoir lieu à ce moment-là, ou alors une fois que la partie technique est complètement terminée.

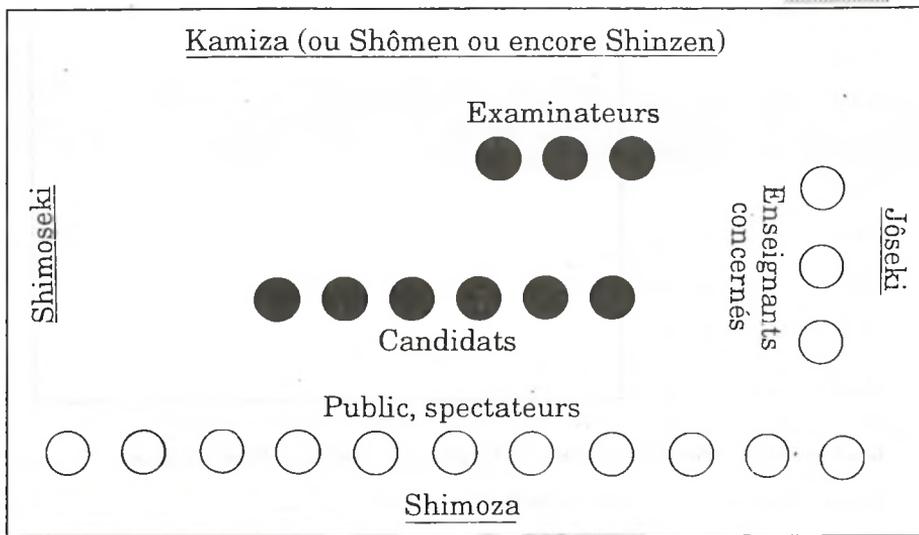
6) Lorsque tous les candidats ont été examinés, les examinateurs et tous les candidats se tournent vers le *Kamiza* pour saluer. Un dernier salut réciproque et la partie formelle de la séance de SHIKEN peut être considérée comme terminée.

7) Les examinateurs délibèrent ensuite, rassemblent leurs notes et en condensent le contenu sur les formulaires d'examen qu'ils datent et signent. C'est également à ce moment-là qu'une lecture en diagonale des examens écrits doit avoir lieu, quitte à apporter des corrections plus précises, ultérieurement, et de les joindre avec la photocopie du formulaire d'examen.

8) Les candidats sont ensuite rappelés, individuellement ou par groupe, et sont avisés des résultats et des corrections éventuelles. Il est bon, à ce moment-là, que l'enseignant soit présent. Cette partie peut se faire d'une façon informelle.

9) Les formulaires d'examen sont gardés par le Directeur technique qui fera plus tard des photocopies pour les envoyer aux enseignants respectifs avec peut-être un complément d'information sur le travail à faire effectuer à tel ou tel élève.

CONFIGURATION D'UNE SÉANCE DE SHIKEN



SUIVI D'UN SHIKEN

Tout le travail fait lors de la séance de SHIKEN perdrait en grande partie son sens s'il n'y avait



FORMULAIRE D'EXAMENS/EXAMINATION FORM

Nom/Name _____ Prénom/First name _____

Grade examiné/Grade examined _____ Grade actuel/Actual grade _____

Dojo _____ Enseignant/Teacher _____

Début en jodo/Began jodo in (année/year) _____

Techniques présentées/Techniques to be shown _____

Attitude générale/
Global attitude _____

Shisei _____

Kiai _____

Metsuke _____

Kime _____

Ma-ai _____

Zanshin _____

Ri-ai _____

Théorie/Theory _____

Remarques/Comments

Résultats/Results (Bon/Good Passable/Acceptable Insuffisant/Not acceptable)

Promu(e)/Promoted _____ Non promu(e)/Not promoted _____

Date et lieu de l'examen/Date and location of the exam _____

Signature (de tous les examinateurs/of all the examiners)

Ce formulaire sera remis au Directeur technique de la FEJ. Une photocopie doit être gardée par l'enseignant responsable du candidat/This form must be given to the FEJ Technical Director. A photocopy shall be kept by the candidate's teacher.

- 1) Les juges prendront soin d'écrire lisiblement sur le formulaire d'examen les corrections importantes ainsi que leurs commentaires.
- 2) La Direction technique du groupement prendra soin de faire des photocopies de ces formulaires et de les envoyer aux enseignants respectifs ou, si le pratiquant travaille seul, à ce dernier.
- 3) L'enseignant (ou le pratiquant isolé) se basera sur ces corrections/commentaires pour améliorer la qualité de son travail jusqu'au prochain examen.
- 4) Lors de l'examen suivant, la Direction technique devrait avoir en main les formulaires d'examen précédents de façon à rester attentive aux points relevés précédemment, et de vérifier par la même occasion si un travail de correction a été effectué.
- 5) Pour ne pas encombrer les dossiers de part et d'autre, les formulaires précédents, remplacés par les nouveaux, peuvent être détruits. L'enseignant direct peut toutefois trouver pratique de garder tous les formulaires pour avoir une vision globale de la progression de son élève.

FORMULAIRE D'EXAMEN

Celui-ci doit être rempli lisiblement par les examinateurs, signé et daté. Ce formulaire peut comporter diverses rubriques spécifiques à chaque discipline. Le formulaire présenté dans ce dossier est celui de la Fédération européenne de jōdō (FEJ) comme exemple.

(Voir page 12).

Kendo

Parmi les différents aspects que revêt la pratique du Kendo, nous trouvons le passage de grades : les Kyu et les Dan. Ces examens - comprenant deux combats et l'exécution des Kata - sont organisés lors de stages ou de championnats car un bon nombre de personnes suffisamment gradées y participent et sont capables de juger ces épreuves.

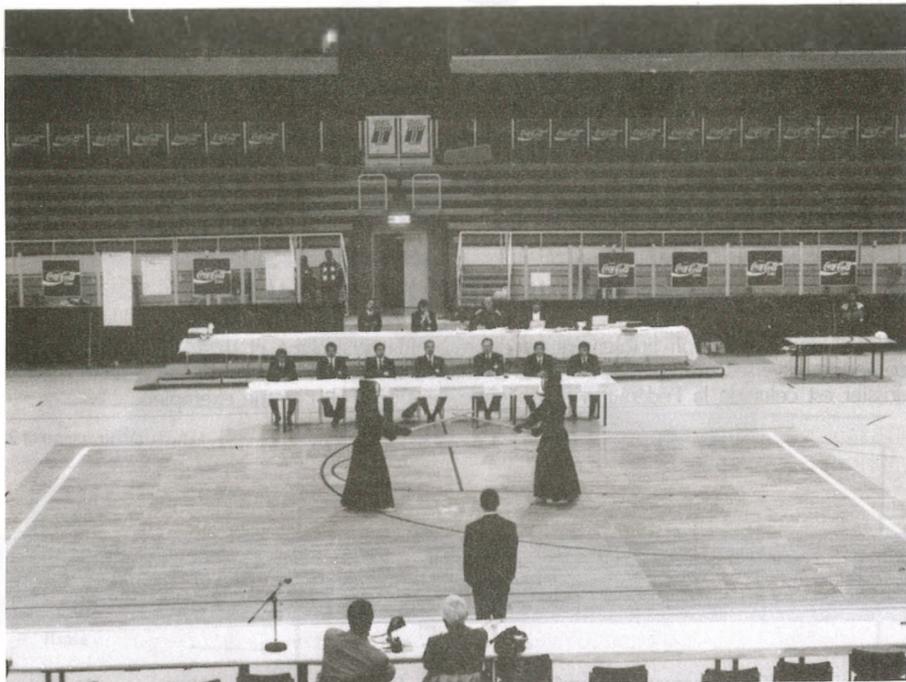
Pour le Kendoka, les examens permettent avant tout de se situer, de connaître ses forces et ses faiblesses aussi bien mentales que physiques. C'est souvent une remise en question et une occasion de réfléchir sur une attitude ou un comportement à avoir lors de ces épreuves.

En effet, au contraire de la compétition où il faut marquer dès que possible des points, les examens se caractérisent par le fait que le point n'est pas l'objectif prioritaire. C'est, entre autre, l'attitude, un certain comportement, la manière de se présenter face aux examinateurs qui prévalent. Plus le passage de grades devient élevé, plus cet aspect-là devient important. Il est d'ailleurs intéressant de remarquer qu'à ce jour, il n'y a pratiquement aucun Kendoka occidental qui possède le 7e Dan - quelques 6e Dan tout de même - car le Kendo reste malgré tout un art martial typiquement japonais. A noter que les Dan en Kendo sont au nombre de 9; le 10e Dan étant un titre honorifique que personne ne possède actuellement.

En plus de l'attitude à montrer, il faut que le Kendoka puisse utiliser des techniques en rapport au grade qu'il est sensé représenter. Plus le grade est élevé, plus l'aspect technique dans les attaques ou contre-attaques devient prioritaire. Aussi, faut-il savoir que montrer et comment le montrer. Et c'est là que les difficultés surgissent.

Voilà pour la présentation de la première partie d'un examen. La deuxième partie, c'est l'exécution des Kata avec le Bokken (sabre en bois). Le Kendoka se présente sans le Bogu (armure) face aux juges. Le nombre de Kata à exécuter dépend du grade pour lequel le Kendoka se présente.

En ce qui concerne les juges eux-mêmes, ils sont au nombre de 5 ou 7 (voir photo) avec un juge principal. Celui-ci ouvre et clôt la séance d'examens. Comme les autres examinateurs, il n'a droit qu'à une voix. Chaque juge donne soit un point, c'est-à-dire qu'il approuve l'examen, soit un demi-point, soit aucun point. Le total des points fait que l'examen est réussi ou raté.



Passage de Dan lors des Championnats d'Europe de 1993: Début du combat avec la position de base du Kamae. Derrière les Kendoka, les 7 juges, dont le principal se situe au milieu. La personne debout et de dos donne le départ du combat qui dure 3 minutes ou moins, ceci dépend du juge principal qui peut intervenir et arrêter le combat avant le temps officiel.

Pour qu'un passage de grades soit reconnu, il faut que les organisateurs des séances d'examens soient reconnus par la fédération internationale de Kendo ainsi que la fédération nationale du pays. Lors des championnats d'Europe 1993 en Finlande, il était intéressant de suivre le passage de grades, 4e, 5e et 6e Dan. Sur les 35 candidats qui s'y sont présentés, seuls 3 ont réussi. Faut-il attribuer ce résultat à un manque de préparation, au fait que les candidats ne savent pas que montrer comme technique ou que les juges étaient tous japonais? Je pense que ces trois facteurs ont joué un rôle. Mais aussi, que le Kendo est un art particulier de la culture japonaise.

Pour conclure, il est intéressant de noter que l'on peut apprendre plus lors d'un échec que lors d'un examen réussi. Après l'épreuve, les juges donnent des explications au Kendoka sur son examen. Ces informations et ces corrections permettent au Kendoka de revoir ce qui n'a pas été et comment l'améliorer. Ce dialogue est important car il permet une remise en question. C'est une manière de progresser pour pouvoir réussir une autre fois.

 **Manu**

SHINSA

En Kyudo, un examen s'appelle un Shinsa. Ce terme n'est pas réservé exclusivement à cette discipline, mais il est moins utilisé que Shiken dans la langue japonaise. Shinsa est également composé de 2 Kanji au sens très proche :

SHIN - juger, examiner / SA - enquêter, rechercher

La notion d'enquête / recherche peut aussi bien s'appliquer à l'examineur (avant de juger on mène en général une enquête), qu'au candidat qui est invité à mettre l'accent sur l'épreuve à vivre en tant qu'expérience sensée enrichir. Mais c'est une interprétation personnelle. Comme l'écrit Pascal Krieger dans le dossier, *l'examen ne doit pas être une simple formalité, uniquement axée sur la finalité, c'est à dire l'obtention ou non du grade au terme d'un simple essai.*

Historique et perspectives

Le terme KYUDO est utilisé depuis le 17^e siècle, mais dès le 14^e siècle nombre de Ryu se sont développés. Après la seconde guerre mondiale, les plus grands Maîtres héritiers de ces Ryu ont créé la Fédération Japonaise de Kyudo, Z. N. K. R., et en même temps ont donné naissance au Kyudo moderne dans une judicieuse synthèse des différents courants. Tous ces Maîtres ont perpétué les styles propres aux Ryu, mais dans le cadre des manifestations de la Z. N. K. R., et notamment pour les passages de grades, seule la forme fédérale est acceptée. Quelques variantes témoignent des anciennes influences, mais la forme générale et l'essence du tir sont les mêmes pour tous.

Depuis environ 25 ans le Kyudo se développe en Occident, mais la Z. N. K. R. est encore la seule instance habilitée à faire passer des examens et délivrer des grades. Actuellement certains parmi les plus hauts gradés européens semblent vouloir prendre des distances par rapport à la Z. N. K. R., fort pressés de distribuer eux-mêmes des Dan. Je suis personnellement de ceux qui voient l'énorme fossé qui sépare les 5e ou 6e Dan (qui d'ailleurs au Japon sont légion parmi les 600 000 pratiquants), des Maîtres Hanshi. Je ne sais pas s'il est souhaitable de voir se créer une double échelle de grade comme dans d'autres disciplines. Si le goût du pouvoir l'emporte sur la passion d'étudier une discipline où les européens n'en sont qu'aux balbutiements, je doute que les valeurs humaines transmises par une discipline traditionnelle aient été un tant soit peu assimilées. Mais le nombre de hauts gradés (Kyoshi et Hanshi) qui doivent composer un jury d'examen laisse à penser que nous continuerons à nous en remettre aux Sensei japonais encore pas mal d'années.

Déroulement d'un Shinsa

Un Shinsa commence par un tir d'ouverture effectué en général par le Président de la commission d'examen et assisté de 2 autres Sensei : le Yawatashi.

L'examen de Kyudo comporte toujours au moins 2 épreuves, un tir et une épreuve écrite.

- **Le tir** : il s'effectue en Sharei (voir CONTACT août 90 et août 92). Cinq candidats se présentent sur le Shajo (pas de tir) et tirent successivement 2 flèches. Tout sera pris en considération : la technique, le rythme, le Maai avec les autres tireurs ... et à partir du 3e Dan la cible (une flèche sur les 2 dans la cible jusqu'au 4e Dan, les 2 à partir du 5e Dan). A partir de l'examen de 5e Dan l'épreuve se passe en Kimono et non plus en Keikogi.

• **L'épreuve écrite - Gakka** : elle comporte 2 questions, technique ou théorique, et réflexion personnelle sur la discipline. Lorsqu'un candidat a satisfait aux critères de son grade pour le tir, l'épreuve écrite est immédiatement corrigée, elle peut être éliminatoire à elle seule, on ne fait pas la moyenne avec la note obtenue pour le tir. Si cette partie n'est pas trop difficile pour les premiers grades, elle devient très ardue par la suite et nous ne disposons pas en Europe des documents de référence publiés par la Z. N. K. R., mais heureusement une traduction anglaise va être éditée cet automne.

Le Kyudo, discipline classique du Budo, a conservé parallèlement aux Dan un système traditionnel de titres ou certificats. On ne peut passer le 6e Dan avant d'avoir obtenu le **Renshi**. Il faut ensuite réussir le **Kyoshi** pour se présenter au 7e Dan. Une fois obtenu le 8e Dan une commission de pairs peut attribuer le titre de **Hanshi**. Très rares sont les Maîtres qui obtiennent le 9e et 10e Dan de leur vivant.

Les examens de Renshi et Kyoshi comportent 4 épreuves en 2 parties :

• **Ichiji**, la première, est similaire à l'examen décrit plus haut, le tir et le Gakka. Elle est déjà très sélective, et un très petit nombre de candidats accède à la deuxième (aucun à Paris cette année).

• **Niji** comporte d'abord une épreuve orale, **Mensetsu**, où la posture et la manière de se présenter sont très strictes. Le candidat tire au sort une série de questions auxquelles il doit répondre sans hésitation. Puis vient le dernier tir dont la forme est plus complexe que pour Ichiji.

De tels examens réunissent au Japon entre 400 et 600 candidats venus de toutes les provinces, pour un taux de réussite d'environ 5% pour le Renshi et 3% pour le Kyoshi. Ils durent toute une journée et la tension psychologique est intense. A ce niveau tous les aspects de la personne humaine entrent en ligne de compte.



*Passage d'examen à Genève en 1986.
Au 1er plan, Kamogawa Sensei, Hanshi 9e Dan,
actuel président de la Z. N. K. R.*

La progression

Les grades constituent un système de références qui permet entre autre au pratiquant de se situer au sein de sa discipline, et les comparaisons de Dan avec les autres disciplines sont inutiles. Néanmoins la fréquentation d'un club pluri-disciplinaire comme le Shung Do Kwan m'a souvent fait constater la surprise de beaucoup pour la rapidité avec laquelle on obtient le 1er Dan en Kyudo. Rappelons que 1er Dan peut se traduire par première marche, 1er échelon., c'est un départ et un encouragement à continuer. Les ceintures de couleur correspondant aux Kyu, créées en Judo et reprises dans d'autres disciplines, ont rendu mythique la ceinture noire. L'apparente simplicité du geste du tireur et la lenteur du mouvement s'avèrent en réalité plus difficiles à acquérir qu'une série de techniques beaucoup plus dynamiques comme des projections ou autres. Il est très rare qu'un jeune adolescent possède un schéma corporel et une coordination suffisante pour parvenir rapidement au niveau du 1er Dan, le système des Kyu est incontournable.

Par contre, pour l'adulte qui s'entraîne correctement, le départ semble plus facile, le niveau de Shodan peut être atteint parfois après une année seulement de pratique. Mais la progression n'est jamais linéaire, et certains paliers sont parfois très longs à franchir. Une fois dépassé, chaque palier donne l'impression de découvrir une nouvelle discipline, un peu comme si l'on entrait dans une nouvelle dimension.

En cas de réussite à n'importe quel grade, un délai de seulement 6 mois est nécessaire pour se présenter à un nouvel examen. Au Japon, chaque préfecture organise plusieurs Shinsa dans l'année jusqu'au 5e Dan, le Renshi peut être tenté 5 ou 6 fois par an à condition d'aimer les voyages en train.

Dès l'examen de Renshi, l'abonnement est conseillé car il faut parfois 10 ou 20 tentatives et plus. Il y a alors 2 manières possibles de vivre ces multiples essais : soit on fait une fixation sur le résultat, mais l'esprit de plus en plus angoissé ne sera jamais libéré car après le succès la course recommence pour le grade suivant, soit on a réalisé que l'épreuve en elle-même est source d'enseignement et fait partie de la discipline.

Il arrive qu'en quelques années on franchisse rapidement les premières étapes. Bravo, mais attention danger! Un jour ou l'autre on va buter, plafonner, et découvrir brusquement que psychologiquement on n'est pas si solide qu'on le croyait. L'abandon après des débuts prometteurs c'est la perte d'un investissement souvent important. Par contre les progressions plus laborieuses forgent des pratiquants remarquables et sans doute de bien meilleurs futurs enseignants. En Europe il n'y a qu'une session d'examen par an. Pas question de "remettre ça" le mois suivant si l'on n'a pas les moyens du billet pour le Japon. Au lieu de générer une angoisse supplémentaire, il faut se responsabiliser d'autant plus sur le sérieux de notre travail durant l'année et savoir encore mieux tirer partie de cet "échec". Mais peut-on véritablement parler d'échec?

Champagne pour Sarah

Sarah Ventura est metteur en scène d'Opéra. Elle pratique le Kyudo au SDK depuis 1980, entre 2 répétitions et pendant les quelques mois qu'elle passe chaque année à Genève. Elle vient de passer avec succès son 1er Dan.

... Comme c'est le cas dans ma profession, quand on est convaincu, on aime ce que l'on fait, et on se donne en entier. On est là. Dans les stages de Kyudo on pratique le Sharei avec des gens de même grade et je n'aime pas me trouver avec des personnes qui commencent toujours. J'aime au contraire être entourée de personnes engagées qui aiment le Kyudo, et travailler avec ceux qui en connaissent beaucoup plus que moi. C'est pour cela que je passe des examens et non par compétition, pour montrer que "moi-je" suis meilleure que les autres. J'aime énormément le Kyudo, et j'ai compris qu'il faut être là ; simplement ça. Le résultat ne sera pas très bon ou très mauvais, il y aura un résultat. Pendant un examen on est là, c'est un état. Quand on est jeune on dit "tu verras, j'y arriverai", ... pas à 63 ans.

Bravo Sarah!

✍ Erick Moisy

EXCEPTIONS

Il est possible, dans des cas bien particuliers, qu'un examen se fasse d'une manière toute autre que celle décrite dans les pages qui précèdent. Un enseignant de haut niveau peut, à un moment donné, attribuer un grade à un pratiquant qu'il supervise de très près sans passer par le rituel de SHIKEN. En général, l'enseignant jouera lui-même le rôle de Uchidachi ou de Uke et décidera, au terme d'un entraînement informel, que le pratiquant est promu au grade suivant. Ceci n'est pas une preuve de relâchement de la part de l'enseignant, mais au contraire un signe de grande confiance. Le pratiquant qui bénéficie de ce genre de promotion est en principe un élève de haut niveau et d'une attitude exemplaire.

LES SYSTÈMES DE GRADE

BREF HISTORIQUE DU SYSTÈME MODERNE ET DU SYSTÈME CLASSIQUE

- Le système moderne

Le système Kyû/Dan n'est pas ancien. Il a été introduit par Me Jigorô Kanô, fondateur du Kôdôkan Jûdô, vers 1883, environ une année après la fondation de son école.

Le système Kyû/Dan est basé sur 10 kyû dans l'ordre dégressif et 10 dan dans l'ordre progressif

Kyū signifie «classe» et dan signifie «degré» ou «marche». Les couleurs attribuées aux Kyū peuvent varier selon la discipline et le système utilisé. En ce qui concerne les Dan, une ceinture noire est utilisée jusqu'au 5e Dan y compris. Après le 5e Dan, cela varie également selon les disciplines. En Jūdō, par exemple, les 6e et 7e Dan sont représentés par une ceinture rouge et blanche, les 8e et 9e Dan par une ceinture rouge, et le 10e Dan par une ceinture blanche mais de double épaisseur. Deux autres termes sont souvent utilisés pour différencier les Kyū et les Dan: *Mudansha* (personne ne possédant pas de Dan) et *Yūdansha* (personne possédant un Dan). On peut encore mentionner le terme *Kōdansha* (personne possédant un Dan élevé)

Le système de ceinture noire est un produit de la classe paysanne japonaise. Karō Sensei était issu d'une famille du peuple, propriétaire d'une fabrique de saké, fortunée, mais appartenant à la classe la plus basse de l'échelle sociale de la fin de la période Tokugawa: la classe des marchands. Le système de ceinture noire fut créé dans un but de prestige et d'accréditation, c'est vrai, mais, si l'on se replace dans le contexte de la fin du 19e siècle et que l'on étudie l'histoire du Kōdōkan Jūdō, on s'aperçoit vite que c'est également dans un but commercial que ce système fut créé: tout simplement pour que le Kōdōkan puisse économiquement survivre. Malheureusement, au Japon tout comme en Occident, ce système a souvent dégénéré et les abus sont légions.

Les arts classiques ne suivent pas le système Kyū/Dan. Certains, comme Shindō Musō Ryū l'utilisent parallèlement au système classique décrit plus loin. Il est donc possible de reconnaître une discipline moderne d'une discipline classique à ce qu'elle possède ou non un système classique (le système *Menkyo*) de grade.

• Le système classique

Le système classique se nomme le «système *Menkyo*». Comparé au système moderne de Kyū/Dan, il est de suite évident que les étapes sont beaucoup moins nombreuses et sont séparées par une période de temps (et d'entraînement) beaucoup plus longue. Le nombre de ces étapes peut varier de deux à neuf, donc deux fois moins que dans le système moderne, au pire des cas. Généralement, le rang le plus bas est le *Oku-iri*. *Oku* signifie «secret» et *Iri* «entrer». Plus qu'un grade, *Oku-iri* est un certificat qui permet au pratiquant d'entrer dans le chemin qui le conduira à «l'éveil». C'est le premier certificat que reçoit le pratiquant. Le temps d'apprentissage sous l'œil attentif d'un maître se situe entre quatre et huit ans.

Le grade suivant se nomme **Mokuroku**, littéralement «registre» et signifie que le nom du pratiquant est désormais enregistré dans le «catalogue» du Ryū. Avant cela le nom du pratiquant n'y figure pas. Il y a généralement deux niveaux de *Mokuroku*, le niveau inférieur, **Shōmokuroku**, *Shō* signifiant «début», et le niveau supérieur, **Gōmokuroku**, *Gō* signifiant «après». Le premier certificat suppose de 8 à 15 ans d'entraînement, le second 12 à 18 ans. Et ces certificats ne peuvent s'obtenir par cours de correspondance... les années dont il est question ici sont des années de contacts étroits avec le Maître, d'entraînement régulier avec des périodes plus intensives, la participation active à tous les événements du Ryū, séminaires, fêtes, etc.

SHINDO MUSO RYU	AUTRES RYU OU DISCIPLINES
Oku-iri Shōmokuroku Gōmokuroku Menkyo (Menkyo-) Kaiden	Shūdōsha Renishi Kyoshi Hanshi Shihan

Vient ensuite le grade **Menkyo**, littéralement «licence». Cela veut dire que le pratiquant est un enseignant licencié d'un niveau suffisant pour tenir sur ses deux jambes avec le Ryū l'appuyant de toute son autorité. Avant cela, le pratiquant n'était qu'assistant, en quelque sorte. D'une

manière générale, l'obtention de ce grade prend entre 15 et 25 ans selon les ryū.

D'autres grades peuvent être obtenus après *Menkyo*, *Kaiden*, par exemple, après une trentaine d'années de pratique régulière.

L'intégrité du système *Menkyo* est très réelle. Il est impensable de trouver un pratiquant détenant un *Mokuroku* meilleur qu'un détenteur de *Menkyo*. S'il n'est pas capable d'arriver au niveau standard, il ne peut obtenir le grade, qu'il soit le fils de celui qui possède le *Dōjō* ou non. Les exceptions à cette règle sont extrêmement rares.

LA VRAIE VALEUR D'UN GRADE

La valeur d'un grade peut être très relative selon les individus. A mon avis, il existe quelques différences fondamentales entre le Japon et l'Occident même si quelques uns peuvent paraître contradictoires. Tout d'abord, les différences techniques entre deux grades sont beaucoup plus marquées au Japon. De ma propre expérience, en Jūdō, à la seconde où j'empoignais le Judogi d'un adversaire, je savais, hélas quelquefois, à quel Dan j'avais à faire. On peut également remarquer que dans les Dan inférieurs (jusqu'à 5^e Dan), le grade n'a pas une importance sociale comme c'est le cas dans les grades supérieurs. On est conscient de valoir son grade, et cette attitude naturelle se passe de justification ou d'explication. Je n'ai jamais entendu un Japonais au-dessous de 5^e Dan se vanter de son grade. La raison en est peut-être que lorsqu'on entre dans une confrérie nationale de premier Dan qui regroupe quelque deux millions d'individus, on est moins sensibilisé par cette promotion. Une autre différence est que l'ancienneté joue un rôle prédominant dans la société japonaise et il n'est pas rare qu'un pratiquant plus gradé s'efface devant un ancien moins gradé. Dans les grades supérieurs, par contre, la situation sociale est souvent très liée au grade que l'on possède. J'ai vu et possède quantité de cartes de visite étalant le nombre de dan de l'intéressé. Je n'ai par contre jamais vu une carte de visite stipulant que tel ou tel avait obtenu son troisième Dan.

En Occident, par contre, une importance démesurée est mise sur le grade. Plus que les capacités, plus que l'ancienneté, le niveau du grade semble prépondérant. Cela a donné lieu à de graves malentendus. Les Japonais, conscients de l'importance qu'a le grade pour l'Occidental, se sont mis à lui faire des cadeaux. C'est économique et ça fait tellement plaisir. Un Occidental qui a vécu au Japon pendant une période assez longue et qui va rentrer au pays a la fâcheuse tendance de faire de l'obtention d'un «grade de départ» une affaire de cœur.

Sensibles à cela, beaucoup de Japonais se laissent émouvoir et les critères d'examen deviennent aussi tendres que leur cœur. Fort de l'obtention de ce grade, l'Occidental rentre au pays, poitrine bombée, portant son nouveau grade en bandoulière. On l'a vu maintes fois et on le verra encore, nous en sommes les seuls responsables.

La vraie valeur d'un grade, on l'a vu, est toute relative. On peut tout de même dire qu'un grade a la valeur de l'effort qu'on a fait pour l'obtenir. Ce n'est qu'une marche (Dan) d'une volée d'escaliers qui mène à la connaissance de soi, et que beaucoup d'autres gravissent en même temps que nous.

Ressentir de la vanité par rapport à son grade est, à mon avis, aussi ridicule que de ressentir un sentiment de supériorité envers une personne qui nous suit dans l'ascension d'un escalier, tout simplement parce qu'on est devant et qu'on jouit d'un meilleur point de vue.

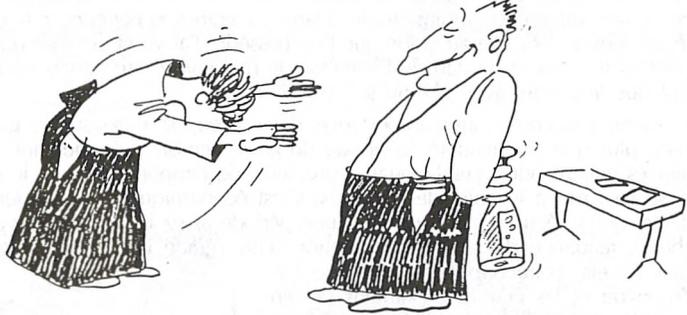


CONCLUSION

Je voulais, en quelque sorte, remettre l'église au milieu du village en ce qui concerne les examens dans les disciplines martiales classiques exemptes de compétition. Il m'a paru, à diverses reprises, que cet événement n'était pas perçu comme il devrait l'être. Cela devient trop souvent soit une affaire d'honneur, soit une simple formalité. Dans un cas comme dans l'autre, aucun enrichissement ne peut en découler. Et si un examen n'enrichit pas le pratiquant (au sens figuré, s'il vous plaît) je me demande bien à quoi il peut servir si ce n'est à enfler encore un peu plus cet ego que nous essayons précisément de rendre à des proportions plus discrètes à travers notre travail en budô.

Etant géographiquement très éloigné de notre source, il nous arrive souvent d'être dans le doute quant à la procédure à suivre pour tel ou tel rituel. Je pense que ce dossier vous donne un système cohérent pour la conduite à suivre lors d'une séance de SHIKEN. Ce système n'est pas, je le répète, unique. D'autres approches sont tout aussi valables. Je n'ai décrit qu'une de celles qui m'ont été exposées et qui découle des principes qui m'ont été inculqués. En appliquant les règles d'étiquette et d'éthique décrites dans les pages qui précèdent, vous conférerez à la notion de SHIKEN la dimension qu'elle mérite.

**Le champagne est déjà dans le frigo,
Oui! mais faut-il encore le sabrer!**



Pour Maître Hiroo Mochizuki, le respect est plus important que la hiérarchie.

Délai de rédaction pour le numéro spécial du Contact sur les examens, 5 juillet. Pour beaucoup, cette date signifie un départ en vacances, un événement heureux, ou même un jour comme les autres. Pour d'autres par contre (nombreux dans notre club), cette date s'inscrit assez bien dans le thème de ce numéro puisqu'elle correspond à la fin des examens d'apprentissage, d'école secondaire ou universitaires.

A l'heure où ces lignes sont lues, les examens sont déjà loin derrière soi, le stress est oublié ou considéré avec nostalgie. Pourtant, il est intéressant de se replonger dans la réflexion sur les examens, de prendre un peu de recul afin de réfléchir aux raisons qui nous poussent à étudier (et je ne pense pas ici qu'aux études qui ont lieu dans un cadre scolaire), à évoluer et à toujours reculer nos limites.

Une fois de plus, les idées et les valeurs véhiculées par les arts martiaux peuvent nous aider à comprendre notre place dans la société globale et ce que nous voulons y apporter. Pour traiter les examens dans le Yoseikan Budo, il m'a paru plus judicieux - et plus honnête - de laisser la parole à son fondateur, Maître Hiroo Mochizuki. Ce sera ensuite à chaque Yoseikan Budoka de découvrir s'il peut intégrer les idées et les valeurs de Maître Mochizuki dans sa vie de tous les jours, si la pratique de cet art martial peut l'aider dans une évolution qui va au-delà des limites du tatami.

Contact — Quels sont les principes qui motivent les passages de grades ?

Maître Hiroo Mochizuki — Principalement, c'est pour voir notre propre progression, notre niveau par rapport à nous-mêmes. Il n'est pas important de gagner un grade, mais celui-ci permet à chacun de trouver sa mesure. Dans toutes les choses de la vie, c'est pareil. Nous commençons par une base, puis nous cherchons un niveau plus élevé. Mais quand il n'y a pas de mesure, il est plus difficile de savoir la progression de chacun.

C. — Dans le Yoseikan Budo, les ceintures de couleurs n'existent pas, chacun porte la même ceinture. Le niveau du partenaire n'apparaît donc pas, ainsi que la mesure des autres. Pourquoi une telle pratique?

H. M. — La valeur de l'homme n'est pas la force. Quelqu'un peut être très fort du côté martial, mais il n'est pas forcément un homme bien pour l'avenir de la terre. Dans le cas des couleurs de ceinture, ce n'est pas la couleur qui est importante, mais la qualité de l'homme. En ne montrant pas le niveau du pratiquant, on indique par là que la force n'est pas donnée comme supérieure aux autres valeurs. C'est également un moyen d'égaliser mentalement les partenaires. Je pense que cela donne des résultats car l'ambiance dans les clubs et lors des stages est très ouverte. Quand il y a des couleurs différentes sur les ceintures, la hiérarchie se sent très clairement.

C. — La hiérarchie est-elle donc négative ?

H. M. — Ce qui est important, c'est le respect. La hiérarchie est une gêne pour le partage et ne permet pas une décontraction totale. Il faut pourtant comprendre que la hiérarchie est importante pour l'organisation, pour avancer plus loin. Mais cette hiérarchie n'est pas imposée, elle vient du coeur, du respect, comme la hiérarchie d'un grand-père envers son petit-fils. Le respect crée la hiérarchie, tout en laissant les individus égaux, comme dans une famille.

C. — Lorsque l'on réussit un passage de grade, peut-on considérer que l'on est arrivé quelque part?

H. M. — La vie est une étude. Quand on parle de passage de grade, c'est uniquement pour voir le niveau de la progression, à quelle étape l'on se trouve. Mais l'étude continue jusqu'à la mort, elle est infinie. Dans les passages de grade du Yoseikan Budo, il y a d'un côté l'esprit d'étude des révisions techniques et de l'autre côté l'esprit d'étude de la progression de l'homme. Ce n'est pas le même principe.

C. — Avoir intégré la philosophie du Yoseikan Budo est-il primordial pour passer les examens ?

H. M. — La philosophie doit se voir à partir du 5ème Dan, car l'expérience de la vie est importante. Une philosophie sans expérience n'est pas valorisée. L'entraide et le respect sont des valeurs essentielles dans le Yoseikan Budo. Mais cette entraide et ce respect, ce n'est pas de la philosophie, c'est la base de la vie. Les sentiments humains sont très importants pour faire le bien. Lors de l'entraînement sur un tatami, si on est bon avec quelqu'un, il devient bon. A l'inverse, si on ne l'accepte pas, il n'y aura pas de contacts. C'est pareil dans la vie.

Celui qui a un bon caractère dès le départ, c'est bien. Mais chez certaines personnes, il faut cultiver les bons caractères. Par exemple, il est difficile de contrôler son égoïsme chez soi, mais grâce à l'entraînement des arts martiaux - selon certains principes - il est plus facile de s'améliorer.

C. — Quelles sont les études importantes pour chaque Dan?

H. M. — Dans chaque Kata, il y a une étude différente. Les quatre premiers happoken (Shodan, Nidan, Sandan, Yodan) veulent enseigner l'utilisation de la puissance, directe dans les trois premiers, en rotation dans Happoken Yodan. Jusqu'au 1er Dan, qui est le premier degré d'étude, on apprend donc comment utiliser la puissance du corps correctement, comment l'envoyer. Le 1er Dan est une révision de toutes les parties du travail, pour voir s'il est vraiment compris. Mais c'est une base physique qui doit être apprise pour pouvoir ensuite chercher d'autres sensations, comme la distance, le timing, ou comment attirer un adversaire.

Ainsi, les Kata pour l'étude du 2e Dan sont basés sur l'étude des distance et sur le timing. Le 3e Dan enseigne les sensations de combat, comme l'anticipation qui est, par exemple, la provocation pour contrer. C'est une espèce de manipulation de l'adversaire à distance. Mais on retombe ici sur les études jusqu'au 1er Dan. En effet, même si les sensations d'anticipation sont comprises, elles ne servent à rien sans une puissance et une technique physique.

A partir du 4e Dan, il faut apprendre comment utiliser sa propre énergie interne et sentir l'énergie interne de l'adversaire. Ici, le système d'étude des Kata est différent. On le voit donc, chaque Kata est créée pour chaque niveau.

C. — Y a-t-il une évolution dans les Kata, selon les degrés?

H. M. — Il faut commencer par des Kata simples, comme Tanto Hapko. Ce Kata de couteau est très intéressant pour les débutants, car le couteau s'utilise d'une main. Ce sera donc plus facile pour lui de comprendre comment envoyer la puissance dans une direction. Tandis que Happoken Yodan ou Ken Loppo sont très difficiles, puisqu'il faut apprendre comment envoyer la puissance simultanément à plusieurs endroits, ou utiliser deux mains pour manier un Ken. L'évolution se fait donc entre chaque Kyu jusqu'au 1er Dan, puis continue avec d'autres sensations.

C. — Selon vous, combien d'années de travail sont nécessaires pour accéder au 1er Dan?

H. M. — Avec un entraînement de deux fois par semaine, je pense entre trois et quatre ans. En trois ans, on peut acquérir la technique, mais pas forcément la condition physique. Pourtant, s'il a mentalement compris la technique du Yoseikan Budo, le pratiquant peut accéder au 1er Dan. Pour les degrés suivant (2e, 3e Dan, etc.), tout dépend du pratiquant.

C. — Les pratiquants sont-ils nombreux à s'arrêter de s'entraîner à partir du 1er Dan ?

H. M. — Dans le Yoseikan Budo, je crois que les pratiquants s'arrêtent plus facilement au début, car ils trouvent les techniques trop compliquées, ils sont découragés. Mais ici, c'est la pédagogie de l'enseignant qui est en jeu. La plupart du temps, les Yoseikan Budoka qui arrivent jusqu'au 1er dan continuent dans le Yoseikan Budo. La ceinture noire n'est pas considérée comme un aboutissement.

Arrivé à ce stade, il ne faut pas avoir la sensation d'être arrivé à un bon niveau (comme des études universitaires par exemple), mais il faut considérer que l'étude continue avec de bonnes bases.

Propos recueillis par Denis

En parlant de passage de grades ...

- Christian Fischer a passé avec succès le 1er Dan (en présence du Maître) (P.S. Quelques personnes attendent encore la verrée avec impatience...)
- Pierre Bezençon porte maintenant le 1er Kyu et avance à grands pas vers le 1er Dan. Congratulations!
- Igor Boulyjenkov et Pascal Pierdomenico, bravo pour eux, sont maintenant 3e Kyu.
- Michael Iline, Grigoriev Denis, Alexis Lavrov, Berger Alain, Serge Rudaz, Nahmias Nissim, Pascal Mieville, Johnny Brigante, Gilbert Oetli, Jonas Hafid et Daniel Salvieto ont passé avec un grand succès leur 4e Kyu.
- Et nous félicitons encore Alain Serra, Dimitri Lavrov, Marc Hofer, Stéphane Saugy, Khalid Abdalkader, Dimitri Balachov, Zacharia André et Jean-Christophe Lacroix (JC pour les intimes...)

Félicitations à tous et n'oubliez pas de «mouiller» le kimono pour la suite...

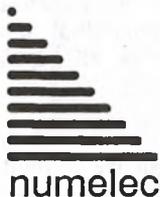
Résultats des derniers championnats

Du 5 au 6 mai se sont déroulés les deuxièmes championnats du monde de Yoseikan Budo, à Brixen dans le Tyrol du Sud. L'équipe suisse s'est hissée sur la troisième marche du podium, derrière la France et l'Italie. Le Haut-Valaisan Roméo Volken (il est possible d'admirer le sourire de sa petite sœur sur le tatami du SDK) a été consacré champion du monde en individuel. Sa performance fut admirable et félicitée par Maître Hiroo Mochizuki. Plus admirable encore, sa modestie ne fut pas affectée; les membres du SDK ont toujours autant de plaisir à travailler avec lui.

Les 8e championnats suisses ont eu lieu le 29 mai à Saint-Gall. L'équipe A de notre club (composée de José, Pierre, Christian, Olivier et Dany) a fièrement combattu, mais «le terrain était trop lourd et les sangliers un peu pâles». Donc, une quatrième place qui n'a pas entamé la volonté des compétiteurs, au contraire. Quant à l'équipe B, dans laquelle Christophe, Eric, Pascal et Jonas ont combattu, elle a imité sa grande sœur pour une quatrième place également.

Personne de notre club ne s'est présenté en individuel cette année, afin de se consacrer au travail en équipe. Mais l'année prochaine...

Denis



MICRO-INFORMATIQUE François WAHL

numelec s.a.	tel. (41.22) 738.22.65
rue Richemont 19	tel. (41.22) 738.29.11
case postale 74	fax (41.22) 738.29.48
CH-1211 Genève 21	tx. 422756 SATI CH

NUMELEC est entre autres concessionnaire Brother, Eizo, Epson, Hewlett Packard, Logitech, Microtek, Mita, Nec, Seiko, Toshiba, QMS.

PROBLÈME 83

HORIZONTALEMENT

I. transmission - chose romaine. II. est précieuse - partie communicante. III. réfléchi - élément - préposition - voyelles du 2e du 11 vertical. IV. lieux bruyants. V. bestioles - négation. VI. sucer phonétiquement - rongeur sans cœur - cité légendaire - risque. VII. en retard - replié par une garcette. VIII. article - le rêve, lorsqu'il est pathologique. IX. amoncelées. X. fragments de lunes - métal précieux - thullium. XI. s'amuse - exploitée. XII. fugitifs.

VERTICALEMENT

1. certaine sœur. 2. blé - prénom de

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

I								*				
II					*							
III		*				*		*				
IV									*	*		
V					*				*	*		
VI		*			*			*				
VII							*	*				
VIII		*										*
IX	*											*
X				*		*			*			
XI			*									
XII												*



Le Japon à votre porte!

Equipements pour les arts martiaux

36, rue Ancienne 1227 Carouge
Tél. 022 / 343 73 81

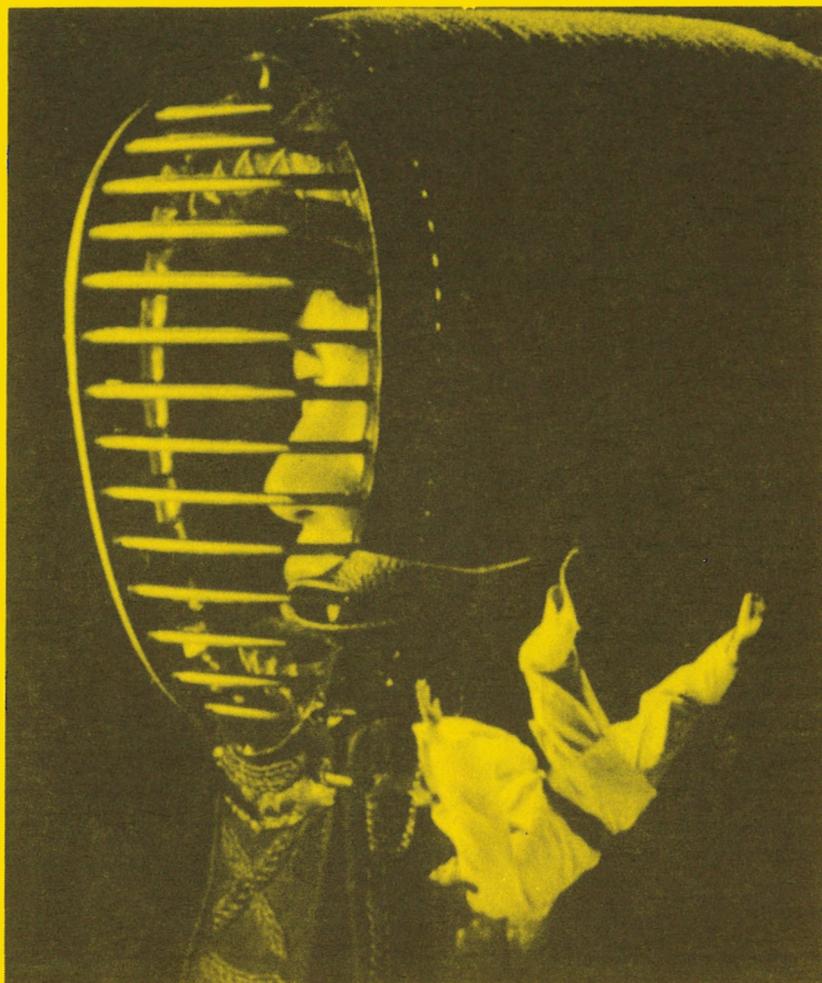
l'actrice Ullman. 3. soleil - nouvelle lune - greffe. 4. placerions une apostrophe. 5. exècrent - conspue phonétiquement. 6. début d'emploi - gais. 7. sont à la barre - centre d'une lice. 8. conjonction - possessif - sépare. 9. indispensable au reflet - oiseau. 10. rhéus - arbre - sur le calendrier. 11. grand-mère à l'envers - peuvent être crapuleuses. 12. suites de secousses - réfléchi.

SOLUTION 82

I. perspicacité. II. u - hiatus - vis. III. brontosaures. IV. Léda - ut - sené. V. i - épi - or - n. VI. cessa - dûment. VII. it(e) - embêterai. VIII. tac - basin - te. IX. ébriét(é) - létal. X. lin - amaril. XI. eis (Ise) - grenat - e. XII. trépida-tions.

Robert Rapin a encore "rongé" la dernière grille (avec une petite erreur en 2e du 12 vertical) et gagne donc les 50.- CHF. Pour la rentrée je vous propose de vous atteler à la petite gâterie de ce numéro...

bon remue-méninges !



MIZUNO - Judogi
by

Leo Gisin AG

Spalenring 142
Tel. 004161/301 74 00

4003 Basel, Schweiz
Fax 004161/301 74 24

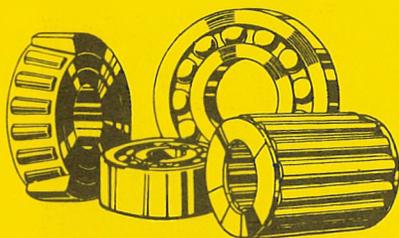
JAB

1214 Vernier

Retour : Shung Do Kwan
Rue Liotard 66
1203 Genève

ERIC MEYLAN S/A

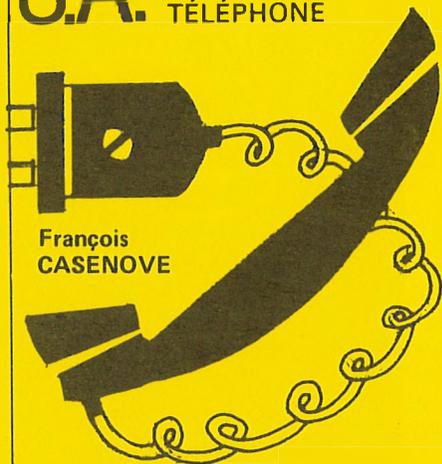
spécialiste tous roulements



6, ch. des Carpières
1219 LE LIGNON
Tél. (022) 797 53 00
Fax : (022) 797 58 25

ALECTRICA

S.A. ÉLECTRICITÉ
TÉLÉPHONE



François
CASENOVE

Av. Louis-Pictet 6
1214 VERNIER
Tél. 783 01 83



RICHARD + MARCEL MARTIN

succ. M. Martin

Tél 732 48 41

ferblanterie
installations sanitaires
concessionnaire
des services industriels
de Genève

12,
rue de Berne
Genève