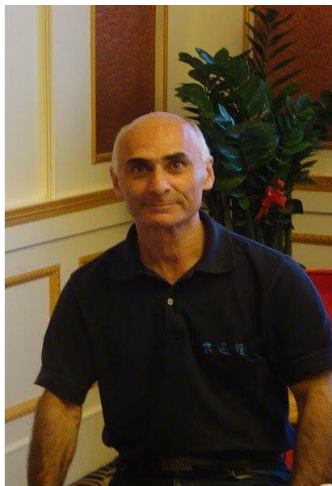


La place du Kata dans le Kendō

Alain HAGOPIAN



Début en **KENDŌ** en 1978
Kendō Renshi 7è dan
Arbitre - Juré d'examen national

-

BFHEK

*Formation principale à O.U.S.H. (Université d'Education Physique d'Osaka)
Auprès de Masao SAKUDO Senseï - kendō Hanshi 8è dan*

Mémoire en vue de l'obtention du titre de Kyoshi **KENDŌ**

Sommaire

Le Kendō Kata de sa création à nos jours.

Le Kata dans la société japonaise.	3
Notion de <i>shu ha ri</i>	4
La création du <i>Nihon Kendō Kata</i>	5
Le Kendō Kata dans le kendō moderne	6
Le but de l'apprentissage du kata	6
L'enseignement du Kendō Kata.	7
Percevoir le Sen	9
Quelques explications du <i>Nihon Kendō Kata</i>	11
Conclusion	14
Sources	15

Le Kendō Kata de sa création à nos jours.

Le Kata dans la société japonaise.

Le kata est une donnée importante de la culture japonaise, le kata est une philosophie de l'acquisition des connaissances et son origine remonte à une époque très ancienne. Il est lié au Bouddhisme. Un des éléments essentiels dans le Bouddhisme japonais est la notion « d'éveil » (*Hongaku*) touchant par ce biais les « voies » (*Do*).

L'apprentissage est long mais nécessaire, la maîtrise d'un art se fait par l'étude de la forme et cette étude n'est autre que le Kata. La pratique n'est pas seulement un entraînement à la technique mais aussi un entraînement de l'esprit. L'importance du corps et de l'esprit est présentée dans l'expression « *shin gi tai* » (esprit, technique, corps), les trois éléments réunis démontrent que l'on a atteint un haut niveau de maîtrise. Cette notion est valable dans tous les arts martiaux.

Le Kata est bien plus que la forme ou le modèle comme bien souvent expliqué. Je citerai ici deux extraits tirés d'un ouvrage consacré aux katas de judo qui expriment très bien la notion de kata.

« Le kata reste aujourd'hui comme autrefois la source, la référence, le lien entre les générations de pratiquants qui sont ainsi assurés de toujours puiser, s'ils le désirent, à l'authentique d'une tradition (...) Il (le kata) a aussi, encore que bien moins compris, même par des pratiquants de haut niveau technique, un troisième rôle : être ce moule dans lequel l'homme commence à se couler dans une rigidité apparente pour mieux, un jour, imprégné des valeurs transmises par ce cadre contraignant, s'en affranchir et se recréer ». *Jigoro Kano, père du Judo* -Editions Budo -Michel Mazac.

Cette importance du kata dans l'apprentissage d'une connaissance, d'une technique, est capitale dans le système de la pensée japonaise. Il est donc important pour l'étude d'une discipline japonaise de comprendre cette conception afin de réaliser une étude correcte du kata et de ne pas y voir une simple reproduction dénuée de fondement.

Le kata bien qu'étant d'une extrême importance n'est pas suffisant en soi s'il n'est pas complété par l'application pratique dans le combat (*geiko*).

Il y a un nécessaire lien entre le kata et le *geiko*, ce qu'oublie certainement un grand nombre de pratiquants vu le manque d'intérêt de beaucoup pour le kata.

Toute la progression en *geiko* devrait se faire par un « aller et retour » entre les difficultés dans les techniques rencontrées et les principes qui sont présents dans les katas.

Sans la recherche par le pratiquant de réponses dans ce que les grands principes du kata peuvent lui apporter pour améliorer sa technique, le kata devient une sorte de gestuelle pratiquement inutile car vide de contenu.

Rappelons à ce sujet des propos qui, bien que portant sur les arts martiaux en général, conviennent aussi au Kendō :

« Si l'on veut rester fidèle à la tradition de l'ancien *budo*, il faut s'entraîner et obtenir par la répétition le *katachi* (la forme). Il n'existe pas de combat réel pour essayer les techniques acquises par le *katachi*. La simple répétition du *katachi* mène facilement au formalisme et à la fatuité et il est difficile d'en apprécier la valeur réelle ». *Jigoro Kano, père du Judo* -Editions Budo -Michel Mazac.

Je souligne l'importance de la relation entre kata et *geiko*, car elle permet une étude et une utilisation profitable du kata.

Le Kendō kata doit être abordé de la même manière que les autres composantes de l'apprentissage du Kendō et ne doit pas faire l'objet d'un cérémonial particulier et ne doit pas être un exercice à part (souvent étudié en fin de séance).

Notion de *shu ha ri*

Shu ha ri : Le concept du *shu ha ri* est ancien et véhicule le processus d'apprentissage de la technique d'un art par le kata. Il fut utilisé pour la première fois par Kawakami Fuhaku (1794-1855), fondateur de l'école *Senke*, pour la voie du thé.

Shu, est l'étape où l'on réalise fidèlement le kata, où l'on assimile physiquement le fondamental.

Il faut donc assimiler complètement le fondamental pour passer à l'étape « *ha* ». C'est le début de l'intériorisation de l'étude par une sorte de destruction du modèle pour chercher ce qu'il y a derrière le modèle.

Ha signifie en japonais « destruction ».

Le « *Ha* » est l'étape nécessaire pour arriver à la maîtrise d'un art par le biais du kata.

C'est le niveau qui permet de sentir et de comprendre la nécessité de chaque phase. Tout est acquis pour arriver alors au niveau de *ri*.

C'est l'esprit vide, l'exécution de la technique au moment juste sans avoir à réfléchir, c'est la fluidité. Le terme « *ri* » signifie en japonais « s'écarter, s'éloigner ». C'est un niveau où l'on oublie le kata parce qu'on l'exécute naturellement, on est dans le kata, on est le kata, on fait le kata.



Les représentants des principaux *ryu* de sabre japonais

La création du *Nihon Kendō Kata*

Le *Nihon Kendō Kata* a été, suite aux réunions menées à partir de 1906 par un groupe de représentants des principaux *ryu* de sabre japonais, codifié en préservant les parties les plus représentatives de ces *ryu*. La date officielle est 1912 avec la création du « Kata de Kendō du grand Japon Impérial ». Aujourd'hui le *Kendō no Kata* a été codifié par la ZNKR et approuvé par l'IKF, il en est devenu une synthèse. Il est la référence pour tout kendōka et il est demandé de le présenter lors des examens de grades à tous les niveaux.

Il est constitué de 10 séries dont 7 avec le *Hodachi* et 3 avec le *Kodachi*. Ces séries assurent l'importante liaison entre le Kendō ancien pratiqué avec le sabre et le Kendō moderne pratiqué avec le *shinai*.

Si le Kendō moderne a codifié les parties valables pour les *Datotsu*, la pratique du Kata insiste sur la qualité (netteté et perfection) des mouvements et est sur le plan technique indissociable de la pratique du Kendō au *shinai*. Elle permet son amélioration constante.

Le Kendō Kata est un pont entre l'ancien et le nouveau et fait la transition de la technique de « couper et pousser » (*Zantotsu*) vers « frapper et pousser » (*Datotsu*).

Le Kendō Kata dans le kendō moderne

Le développement constant de la compétition que ce soit au Japon ou hors du Japon laisse planer le risque de voir le kendō moderne dévier vers un kendō sportif.

Malgré la création du *Nihon Kendō Kata*, l'on peut constater que sa propagation n'est pas au mieux. L'on constate surtout que majoritairement le Kendō Kata est utilisé par les pratiquants dans le seul but de passer l'examen de grade.

Inoue Masataka a écrit le livre *Nippon Kendō Kara no Riron to Jissai (La Théorie et la Pratique du Nippon Kendō Kata*, Taiiku sports Shuppansaka, Nov, 1999). Il fait le constat sévère que le *Nihon Kendō Kata* a été mis à l'écart par les pratiquants de kendō et délaissé de l'enseignement, et n'a toujours pas été rétabli ou popularisé. L'enseignement actuel du kata est superficiel et se focalise sur une forme dans laquelle le véritable esprit du kata ne peut jamais être transmis.

Chacun a sa perception du Kendō Kata selon sa lignée de professeurs et son vécu au cours de sa formation de *kendōka*, mais il est important de trouver un lien commun qui permettra la transmission correcte de la culture originelle du Kendō. La manière utilisée pour développer l'essence même du kendō kata est très importante pour le Kendō.

Le but de l'apprentissage du kata

C'est à partir des expériences du combat réel que les katas de *kenjutsu* ont été codifiés par les fondateurs des *ryu*, il a été intégré la manière dont le corps et l'esprit opèrent pour avoir le maximum d'efficacité dans le combat en *timing* et en distance. Au travers de la répétition constante les pratiquants assimilent les mouvements et l'expérience des fondateurs.

Durant l'ère Tokugawa, l'attitude des guerriers *bushi* envers leurs sabres a vécu une transition de l'utilisation pour tuer (*setsunin-tō*) vers l'utilisation pour préserver la vie (*katsunin-ken*). Au travers de la pratique du kata, les arts martiaux ont évolué et ont permis au guerrier de découvrir une nouvelle voie "Do".

L'apprentissage du Kendō kata est aussi un moyen de contrôler les nombreux problèmes soulevés par le kendō au *shinai* (*tenouchi* incorrect, mauvaises postures d'attaque, lignes de coupes incorrectes (*hasuji*), etc. Malgré cela l'on constate beaucoup de *ippon* réalisés dans des postures incorrectes. Donc, apparemment beaucoup de ces problèmes n'ont pas été résolus comme espéré.

L'enseignement du Kendō Kata.

Il est nécessaire de commencer par les notions de *reiho*, les principes du *rei*, le *shizentai* qui amèneront une posture correcte et une notion du *zanshin* bien plus profonde.

L'apprentissage des *kamae* différents à partir du *shudan* en passant successivement par tous les *kamae* contenus dans le Kendō Kata, tout cet enchaînement de *kamae* doit être exécuté avec un cycle respiratoire en inspiration et aussi en expiration afin de développer la capacité respiratoire.

Il est important d'intégrer dès le début la notion de respiration, même si au commencement ce n'est qu'une expérimentation pour le pratiquant débutant et que celle-ci peut paraître mécanique.

Les déplacements *ayumi ashi* et *suri ashi* doivent être étudiés en relation avec la respiration et les notions apprises pour le *rei* et *shizentai* (position juste) et des déplacements fluides.

Il est également important d'intégrer les deux formes de coupes utilisées dans le Kendō Kata et ceci sous la forme de *suburi*. La première coupe est celle utilisée dans le *Nihonme* et qui représente la coupe avec le sabre, coupe circulaire (*Zantotsu*). La seconde est celle utilisée dans le *Yohonme* qui est une frappe allongée comme avec le *shinai* (*Datotsu*). Le *suburi* est réalisable en avant avec

la frappe allongée et en arrière avec la frappe circulaire et ce en utilisant le déplacement dans plusieurs directions.

Avant d'aborder les premières séries du Kendō Kata, il est utile d'étudier le déplacement à partir d'*ayumi ashi* d'une distance normale jusqu'à une distance de contact des *yokote*, de la distance de neuf pas à partir de *shudan no kamae* ceci en accompagnement avec le souffle et sans quitter le partenaire du regard toujours en ayant un déplacement fluide.

L'étape suivante est préliminaire à l'étude proprement dite des séries officielles et en prenant le schéma du *nihonme* on utilise les sons "Hiiii, Yaaaa, haaa" (« yeiii » ou « Tooo ») afin de développer le *kiai* et la notion de continuité de la respiration.

La première étape étant intégrée le Kendō kata peut être étudié comme suit.

L'apprentissage des principes du Kendō kata tels que décrits ci-dessous doit être le même quelle que soit la série effectuée.

Uchidachi et *Shidachi* se font face à une distance de neuf pas, et gardent une position de *kamae*, chaque partenaire avance l'un vers l'autre en *ayumi-ashi*, et les armes passent de l'état "sensorielles" (*shoku-ha*) à celui de croisées (*kō-ha*) à une distance permettant l'attaque, l'initiative de l'attaque (*sen*) est saisie.

La technique appropriée est exécutée, et le *zanshin* est démontré après l'exécution par le maintien d'une disponibilité autant physique que psychologique. Les armes sont alors croisées à nouveau en *ai-chūdan*, abaissés (sans casser le lien de *kamae*), et chacun retourne à sa position de départ.

Chaque série implique cette répétition à chaque fois que ce soit avec les armes croisées ou non selon la série mais l'on arrive toujours à la situation (*kō-ha*). Les deux partenaires s'engagent en passant de l'intervalle normal (*ningen-no-ma*), où les partenaires se font face à neuf pas, à la distance permettant l'attaque (*zantotsu-kōbō-no-ma*) où les techniques d'attaque et de défense peuvent être réalisées.

Les sept premiers mouvements du Kendō Kata sont constitués des techniques suivantes : 3 *nuki-waza* (1, 2 et 7) ; deux *suriage-waza* (5 – *omote*, et 6 – *ura*) ; *ire-tsuki* (3) ; et *makikaeshi-waza* (4).

Dans les trois mouvements du *kodachi-no-kata* on trouve deux *ukenagashi-waza* (1 – *omote*, et 2 – *ura*) ; et une combinaison de *suriage*, *suri-otoshi*, *suri-nagashi* et *suri-komi* utilisé pour maîtriser l'opposant (3).

Quand les partenaires sont séparés au-delà de la distance d'attaque, ils se déplacent avec *ayumi-ashi* ; cependant, quand la distance est proche, *shidachi* utilise principalement *okuri-ashi*, et en fonction du *waza*, va reculer, glisser ou bouger sur le côté (*hiraki-ashi*). Dans tous les cas, le mouvement est fondamentalement effectué en glissant sur le sol (*suri-ashi*).

Le Kendō kata étant composé entre autres de *nuki* et de *suriage*, il est important de les réaliser en un seul temps. En armure ces techniques sont difficilement réalisables autrement.

Dans la deuxième moitié du XVIII^e siècle, Kashibuchi Ariyoshi a écrit le *Geijutsu bukō-ron* dans lequel il enseigne que le *ma-ai* est la distance dans laquelle l'ennemi peut approcher, et où vous pouvez agir. Il tente de prendre sa position, et vous tentez de réguler votre distance. Cela crée un équilibre (*tsuri-ai*). Les deux sont remplis de *ki*, et recherchent une opportunité. Ceci est appelé “*ki-ai*”. Tous ces éléments que sont *ma-ai*, *tsuri-ai* et *ki-ai* sont évidents dans la configuration du *kata* ; et le moment où l'on approche, à la fois physiquement et psychologiquement, de la distance décisive dans laquelle va se décider la victoire ou la défaite.

Le combat au travers du Kata commence à la distance de neuf pas. Pendant que les partenaires se rapprochent et que cette distance se réduit progressivement, les notions de *ma-ai*, *tsuri-ai* et *ki-ai* prennent plus d'intensité.

La sensation ressentie de danger, pendant que la distance se réduit, est une notion importante dans le *kata*. Elle est même une partie fondamentale de la phase d'exécution. La façon d'être en *kamae* pendant tout le déplacement est très importante, à aucun moment il ne faut laisser paraître une faiblesse dans la posture et le *kamae*.

Yuasa Yasuo a défini les méthodes de pratique du Bouddhisme : *zazen*, où le pratiquant s'assoit dans une contemplation silencieuse (méthode de méditation sereine), et *dōzen*, où le pratiquant médite tout en marchant (méthode de méditation en mouvement). Il pointe aussi le fait que les arts martiaux japonais ont une tradition d'intégration de méthodes de méditation en mouvement pour atteindre de manière graduelle un état de non-pensée (*mushin*).

Percevoir le Sen

Même si le Kendō Kata est codifié, le cœur de l'apprentissage du kata se trouve dans le dépassement des limites prescrites. La progression viendra en cherchant

comment percevoir le *sen* (initiative) au moment où l'on est dans le *ma-ai* d'attaque.

Avec le sabre long (*tachi*), l'attaque est exécutée après avoir vu l'opportunité (*ki wo mité*), avec le sabre court (*kodashi*) la pression avant la contrattaque et faite pour influencer et forcer l'attaque d'*Uchidachi (irimi)*. La recherche de cet instant est très importante et donne à l'apprentissage du kata une autre dimension.

Dans la première explication officielle du kata qui a été faite quand l'ensemble a été formulé, il est mentionné que les numéros 1, 2, 3 et 5 sont gagnés par *sen-sen-no-sen*, et les 4, 6, et 7 par *go-no-sen* ; mais aucune référence n'est faite au *kodachi-no-kata*.

Le professeur Mitsuhashi explique l'utilisation de ces deux variétés de *sen* pour atteindre la victoire.

Il a enseigné à l'Ecole Normale Supérieure de Tokyo et à l'Université Keio, et était un membre actif de l'Académie Japonaise du Budo.

« Depuis les temps anciens, l'opportunité d'atteindre la victoire a été exprimée avec le terme "*sen*". Dans le Nippon Kendō Kata, les deux variations *sen-sen-no-sen* et *go-no-sen* sont utilisées pour avoir l'avantage, et ces principes sont insufflés dans les formes de référence. *Sen-sen-no-sen* consiste à gagner par l'anticipation (avant que la technique de l'adversaire ne commence), alors que *go-no-sen* consiste à obtenir la victoire par un mouvement réflexe conditionné. Particulièrement dans les sports où le résultat est décidé en un instant, il n'y a pas d'autre manière de gagner en dehors de l'utilisation d'un mouvement réflexe ou d'anticipation. Bien sûr, aucun des deux n'est nécessairement exclusif, et il y a des moments où ils sont si proches qu'il est impossible de les différencier. Il y a aussi des occasions où ils sont coordonnés. Bien que la relation entre les deux soit variée, le principe de base est toujours axé sur l'anticipation ou le réflexe. Dans le kendō, *sen-sen-no-sen* sert à gagner au travers d'une perception vive des intentions de l'opposant, et *go-no-sen* au travers d'une réaction réflexe. » Professeur Mitsuhashi.

Sakudo senseï écrit à ce sujet : « C'est un concept assez compliqué à saisir, mais pour démontrer son propos il explique le raisonnement des katas 1 et 6 dans lesquels il catégorise les chances de victoires observables et les chances de victoires psychologiquement nuancées.

En ce sens, il est normal de classer les techniques en *shikake-waza* (attaque), *ai-uchi* (attaque simultanée) et *ōji-waza* (contre-attaque). Dans *shikake-waza*, on obtient la victoire par l'anticipation (*sen-sen-no-sen*), tout comme on l'obtient par une action réflexe (*go-no-sen*). De la même manière, il y a *sen-sen-no-sen* et *go-no-sen* dans *ai-uchi* et *ōji-waza*. Si quelqu'un ne peut déterminer la

perspective importante, elle ne pourra pas être comprise simplement en regardant le *kendō*. Les partenaires doivent être capables d'observer l'esprit de l'autre et, dans le but d'interagir sur ce plan, les points essentiels doivent être étudiés avec attention durant l'entraînement quotidien. C'était l'argumentation du professeur Mitsuhashi. »

Quelques explications du *Nihon Kendō Kata*

Au sujet des *kamae* :

- *Shudan no kamae* : l'articulation du pouce gauche doit être au centre et la pointe légèrement dirigée vers l'œil gauche de l'adversaire.

- *Hidari jodan* : l'articulation du pouce gauche doit être au centre du front et la pointe du sabre légèrement en biais.

Concernant les *kamae Hasso* et *Waki*, ils ne se prennent pas dans le *kendō* actuel en armure.

- *Hasso* : se prend en commençant par la prise de *jodan* et en redescendant légèrement à droite à environ une distance d'un point de la bouche, le sabre n'est pas droit mais légèrement en oblique vers l'arrière et la main gauche est placée au niveau du plexus, le tranchant est dirigé vers l'adversaire.

- *Waki* : à partir du *shudan no kamae* la *tsuba* vient au niveau de la bouche et descend tout en reculant le pied droit. Il faut un mouvement ample, le poignet de la main gauche n'est pas fléchi et se place sur la hanche droite à peu près à un poing latéralement par rapport au centre. Le tranchant est dirigé en oblique ni à l'horizontale ni vers le sol de manière à ce que *Uchidashi* ne distingue pas le sabre qui est caché derrière *Shidachi*.

Ipponme :

Uchidashi doit être extrêmement concentré, il ne doit laisser percevoir aucune faille dans son *hidari jodan* qui est légèrement en biais, *Shidachi* attaque sans armer son sabre dans le dos, l'attaque de *Shidachi* se lance directement de *migi jodan* ; pour exécuter le *nuki*, *Uchidashi* ne laisse pas redescendre son sabre dans le dos. Ceci est primordial dans l'*ipponme*.

Nihome :

Uchidachi force la pointe de l'arme adverse pour que, lorsqu'il arme, le sabre de l'adversaire revienne pour créer l'ouverture qui permette d'attaquer *koté*.

Uchidachi doit arrêter sa coupe sous l'avant-bras de *Shidachi*, si l'on coupe jusqu'en bas *Shidashi* ne peut exécuter correctement le *koté* en réponse.

Cette forme de *koté Nuki koté* est très difficile à réaliser en armure car le déplacement latéral et le retour au centre sont d'une grande difficulté dans la dynamique. Il n'y a pas de *Zanshin* proprement marqué mais celui-ci est démontré par *Uchidachi* en reculant et reprenant le *ma-ai*.

***Sanbonme* :**

L'attaque d'*Uchidachi* se situe au niveau du plexus solaire, au milieu de l'estomac.

L'on ne présente pas le sabre dans l'attaque avec la lame tranchant vers le bas car de cette manière l'on ne peut profiter de la courbure du sabre et de ce fait *Shidachi* peut aisément dévier le sabre d'*Uchidashi*.

Il faut attaquer en orientant le côté tranchant vers la droite de manière à utiliser la courbure et contourner ainsi le blocage du sabre.

Cela oblige *Shidachi* à faire un déplacement arrière en couvrant et absorbant (*nayashi*) le sabre d'*Uchidachi*, les mains seules ne suffisent pas à contrôler le sabre d'*Uchidachi*.

La main gauche de *Shidachi* reste au centre. *Shidachi* absorbe le *tsuki* d'*Uchidachi* et renvoie le *tsuki* en prenant le centre de manière très forte.

***Yohonme* :**

Habituellement l'on fait des grands pas mais sur ce kata, car on doit gérer différemment la distance.

Contrairement à *Ipponme* l'attaque de *men* se fait en projetant vers l'avant le sabre et l'on va couper jusqu'au niveau du menton. Cette façon de frapper apprend à attaquer vers l'avant pour éviter de produire des attaques qui rebondissent sur le *men* adverse. Il faut garder cette image de *yohonme* dans l'attaque du *men* en armure.

***Gohonme* :**

Uchidachi donne une coupe pour trancher la tête jusqu'au menton, il doit pour cela arriver dans la distance et couper sur un seul pas du pied droit. *Shidachi* recule des deux pieds sans que les talons touchent le sol (idem dans l'*Iponme*) afin de pouvoir reavancer rapidement, tout cela en exécutant le *Suriage*. Malgré

le recul de *Shidachi* le *Suriage* doit être fait en avançant les mains pour aller à la rencontre du sabre d'*Uchidachi*.

***Ronppome* :**

Shidachi prend le *gedan* et dans la distance, il remonte son sabre en *chudan* et cela doit se faire avec une respiration très forte ce qui oblige *Uchidachi*, qui ne peut résister, à reculer.

Uchidachi prenant le *Jodan* dans le recul, *Shidachi* menace directement le poignet gauche avec la possibilité de toucher le poignet ou de frapper *tsuki*.

Shidachi continue à projeter son *ki* ce qui oblige *Uchidachi* à reprendre le *chudan* en reculant à nouveau et sous la pression constante à lancer une attaque de *koté*.

Shidachi saisit l'opportunité qu'il a créée en exécutant sur l'attaque d'*Uchidachi* un *Suriage koté*.

***Nanahonme* :**

Pour le *Nuki do*, lorsque l'on pratique en *Bogu* l'on exécute le *do* sur le pied droit.

En pratiquant le kata, *Nuki do* se fait différemment, lorsque l'*Uchidachi* arme sur le pied gauche, préalablement l'on déplace le pied droit tout en gardant le *kensen* devant et sur la coupe d'*Uchidachi* (sur le pied droit), *Shidachi* exécute le *Nuki do* en passant le pied gauche devant le pied droit ayant au préalable défini l'angle de déplacement.

C'est la seule fois dans le *Kendō kata* et particulièrement pendant le *Nanahonme* où *Uchidachi* perd un instant du regard le *Shidachi*.

Concernant la respiration dans le *kendō kata* nous devons utiliser seulement deux respirations pour chaque série.

Conclusion

L'étude du Kendō Kata permet de faire le lien entre le Kendō ancien (utilisation du sabre) et le Kendō moderne (utilisation du *shinai*).

Cet aller et retour constant de l'ancien vers le nouveau permet de garder un lien précieux avec l'art martial qui est le cœur du Kendō et évite de ne pas aller simplement vers une voie sportive.

Le Kendō peut être le chemin vers un développement personnel « *Do* » et le Kendō Kata y contribue.

Techniquement, il démontre les changements qui sont survenus à cause de l'utilisation du *Bogu* et des formes modernes.

Par exemple, les déplacements qui aujourd'hui dans la forme sportive sont matérialisés particulièrement par le *suri ashi* et *fumi komi* et anciennement *ayumi ashi okuri ashi (hiki, tsugi, hiraki)*.

Les déplacements se sont adaptés en fonction du revêtement de sol.

Sur Sol divers : " Comme la marche (Musashi) " - *Okuri-ashi*

Sur Plancher : " Utilisation du glissement *suri-ashi* " - *Ayumi-ashi – okuri-ashi (hiki, tsugi, hiraki)* - Développement du *fumikomi-ashi* en tant qu'extension.

De même que le déplacement et la frappe comme action unifiée, frapper avec *suri-ashi* et *fumikomi-ashi* en sont les deux modèles typiques. *Suri-ashi* et *fumikomi-ashi* ne sont pas deux entités séparées. Dans le Kendo Kata on utilise ces diverses formes de déplacements, mise à part le *fumikomi-ashi*, bien que dans le Kendō Kata ancien (vidéo d'époque : "Takano Sasaburo et Nakayama Hiromichi") le *fumi komi* est présent.

Les pratiquants de *kendō* ont de nos jours une grande explosivité et une grande confiance dans la puissance de leur *fumikomi-ashi* et de leurs attaques de *men*, et peuvent penser que *fumikomi* et *suri-ashi* sont deux entités séparées.

Toutefois, il est clair qu'ils ne doivent pas être traités séparément. Une grande ouverture pour tous ceux qui ne peuvent plus frapper le *fumi komi*.

Fumikomi-ashi est en fait une extension du *suri-ashi*. Nos prédécesseurs ont pensé que cette méthode était une façon de se déplacer rapidement, puissamment et librement dans un *dōjō* en intérieur avec un sol en bois.

Dans le Kendō Kata, il est exprimé également la notion de recherche d'opportunité [d'attaquer] (*ki-wo-mite*) qui permet à terme de développer son *geiko*.

Le Kendō Kata permet la transition de *zantotsu* vers *datotsu* en accord avec la notion de *shinai*-sabre.

Zantotsu / Datotsu

Zantotsu – couper en tirant le sabre.

Datotsu – couper en poussant le sabre.

Enfin, le Kendō kata permet entre autres tout cela mais il est nécessaire d'avoir une pratique parallèle avec le *bogu* afin d'avoir une meilleure compréhension de l'évolution du Kendō de l'origine jusqu'à nos jours.

Sources :

Jigoro Kano, père du Judo -Editions Budo -Michel Mazac

Nihon Kendō Kata – réflexion sur l'enseignement – Masao Sakudo Senseï