

STAGE D'INITIATION

Centre de la Falaise Verte, août 2008

Depuis 5 ans, la Fédération de Kyudo Traditionnel propose chaque année au mois d'août un stage d'initiation destiné aux personnes n'ayant jamais – ou très peu – pratiqué l'archerie traditionnelle japonaise. Si le Kyudo se développe depuis quelques années en France de manière importante (+ de 500 pratiquants dans la FFKT en 2008 contre 150 en 1997), de nombreuses régions restent dépourvues d'enseignants. Ce stage a notamment pour but de répondre à la demande de personnes ne disposant pas de dojos à proximité de chez elles et désirant découvrir notre discipline.

Le magnifique kyudojo de la Falaise Verte est un lieu privilégié pour s'initier au Kyudo : retiré dans les montagnes ardéchoises, au cœur d'une nature parfumée et sauvage, toutes les énergies propices à la méditation, à la concentration et à l'effort sont là pour aider les participants à « franchir le seuil » de cet art martial exigeant et direct.

Cette année, 22 stagiaires furent pris en charge par une équipe de la FFKT. Dominique Guillemain d'Echon, Renshi 5e dan ANKF, dirigeait le stage, entourée de Thierry Guillemain d'Echon, Renshi 5e dan ANKF, Régine Graduel, Renshi 5e dan ANKF, Jean-Claude Tramier, 5e dan ANKF, Loïc Kérisit, 4e dan ANKF et Stéphane Louise, 3e dan ANKF.



C'est un vrai challenge que de conduire en 5 jours des néophytes n'ayant jamais touché un arc à tirer leur première flèche dans la cible placée à 28m.

L'enthousiasme des participants – qu'ils soient élèves ou enseignants – est gage de réussite.

C'est en faisant partager la joie que nous procure la pratique que l'on peut le mieux animer les énergies qui sommeillent en chacun.

Les séances de za-zen, proposées par Taikan Jyoji, maître des lieux, furent suivies chaque matin par quasiment tout le monde.

Dès le premier soir, on présenta le dojo, et la façon de s'orienter dans cet espace « sacré » : le « lieu où l'on pratique la voie » impose respect et attitude juste.

Parmi les différentes formes d'étude du Kyudo, « mitori geiko », l'enseignement par le regard, est capital pour les débutants : les journées commencèrent toutes par un tir de cérémonie, différent chaque jour, exécuté par les enseignants.

On ne peut comprendre la façon d'ouvrir l'arc japonais sans avoir auparavant admiré cet arc millénaire qui a conservé cette forme si particulière de par sa longueur et son asymétrie. De même, la prise en main de l'arc ne se fait qu'après avoir réalisé « à mains vides » les différents « hassetsu » (étapes du tir) qui conduisent au lâcher de la flèche.

Les premiers jours furent consacrés à la répétition des gestes d'ouverture de l'arc, (Toshu Renshu), exercices réalisés ensemble sur un rythme donné par un instructeur.

Le corps s'imprégnant petit à petit du geste juste, tout le monde se confronta plus concrètement à la sensation du lâcher avec les exercices pratiqués avec les bandes élastiques (gomu yumii). Au soir du premier jour de pratique, le déroulé du tir complet était assimilé par tous, et la qualité d'écoute et de concentration des stagiaires nous laissait espérer une belle progression en perspective.

La pratique du kyudo comprend de multiples facettes : le tir en lui-même, mais aussi le travail en groupe, qui comprend les déplacements, et l'attention aux autres qui permettra de faire naître l'harmonie et la beauté du tir de cérémonie. L'initiation au Taihai (postures et mouvements de base) menée en

parallèle à l'apprentissage du geste du tir, permet à tous dès le premier jour de se familiariser avec l'arc, objet inhabituel qui doit devenir extension de



soi-même dans chaque mouvement. Les entraînements des 2e et 3e jours furent intensifs : ouvrir l'arc à vide, apprendre à encocher une flèche, et surtout mettre le gant (gake) : on rentre alors dans le vif du sujet. Les mains se contractent, les premières grosses résistances se révèlent. Difficile de faire confiance à l'encoche de son gant !

Les makiwara (botte de paille de riz) sont installées dans le dojo. On explique la procédure pour se placer devant elles avant d'effectuer le tir. Il faut beaucoup de courage pour ouvrir l'arc à fond les premières fois. Accompagné par les sensei, chaque participant répète le geste, d'abord jusqu'à Daisan (début de l'ouverture), puis jusqu'à Kai (pleine extension), sans lâcher.

Le soir du 3e jour, tout le monde lâchera sa première flèche, accompagné par les sensei jusqu'au Zanshin. L'émotion est partagée : tous les archers vous le diront, l'impact du premier tir a des résonances profondes dans le cœur de ceux qui en font l'expérience.

Le 4e jour fut consacré au tir d'entraînement devant la makiwara.

Assisté par les enseignants, chacun tirera plusieurs flèches, essayant d'appliquer les corrections, de se rappeler les recommandations données avec parcimonie pour que tout se passe bien. Minimum d'informations et pourtant déjà tant de choses à assimiler !

Alternant avec la pratique debout, les stagiaires sont initiés au tir en Za-sharei (tir de cérémonie à plusieurs archers de forme agenouillée). Les exercices de Taihai répétés les premiers jours reviennent à l'esprit : marcher, se relever, tourner sur les genoux, enchaîner le tir. Le puzzle commence à se mettre en place dans les têtes. Les exercices faits séparément prennent tout à coup un sens. Pour clore le 4e jour, tout le monde effectuera un tir en Za-sharei (tir à 5 archers) devant les makiwara. Pratiquer ensemble devient possible. Une grande attention règne sur le dojo, le désir de faire de son mieux pour réaliser ce que l'on est venu chercher est palpable.

Vendredi 8 août, dernier jour du séminaire, qui se terminera à midi : Charles-Louis Oriou, Renshi 6e dan ANKF et Président de la FFKT, nous a rejoint pour assister au « tir d'examen » qui clôtura le stage. Les enseignants sont devenus silencieux, et spectateurs : ce matin, ce sont les stagiaires qui, seuls, montreront ce qu'ils ont appris durant ces journées de travail intensif.

Il s'agit de donner le meilleur de soi-même, en gardant son esprit tranquille, et la maîtrise de ses émotions. « Heijoshin », l'état d'esprit de tous les jours, est un élément capital de la pratique du Kyudo. Les sharei commencent dans une atmosphère silencieuse, attentive et chargée d'émotion.

Avec une belle présence et beaucoup de sérénité, les archers défilent devant nous et tirent leur flèche avec détermination. Moment précieux où, comme l'écrivait plus tard une participante, « la sincérité rayonne dans le dojo ».

Le kyudo est une aventure passionnante pour ceux et celles qui s'y engagent, et communiquer notre passion est aussi important que de développer son tir... Le faire dans le cadre d'un tel stage avec des débutants aussi motivés est un vrai bonheur. Certains continueront, d'autres pas. Mais dans tous les cas, ces quelques jours nous auront permis à tous de repousser un peu plus loin nos limites et d'approfondir notre compréhension les uns des autres, et n'est-ce pas l'essence même du kyudo ?

Dominique Guillemain d'Echon, Renshi 5e dan ANKF