

LE KYUDO : UN ART DES BUDOS ET SA RELATION AVEC LE ZEN



Calligraphie de la première partie du précepte zen : *En dehors il n'est pas de pratique, [Lâcher tout et c'est là.]*
Musō Soseki (Japon, 1259-1351) Encre sur papier. Shōkokuji

Liminaires :

Il s'agit de présenter :

- la manière dont est caractérisé l'esprit de cet art martial au travers des manuels de référence et des textes citant les maîtres de cet art et sa résonance avec le zen
- des idées issues d'une expérience de cette pratique avec toutes les limites qui sont les siennes

Les Références :

Le Kyudo Kyōhon : Manuel de Kyudo : principes du tir (Shahō). Volume 1, 1992 traduit en français en 2004

Le Zen dans l'art chevaleresque du tir à l'arc/ Eugen Herrigel Préfacé en 1953 par DT Suzuki. Dervy Livres, 1970

Kyudo : essence et pratique du tir à l'arc japonais/ Dan et Jackie de Prospero
communiquant l'enseignement de Maître ONUMA Hidearu

Illuminated spirit/ Dan de Prospero. Enseignement de Maître Onuma

Libre de soi, libre de tout/ Shunryu Suzuki. Sully

Kyudo : tir à l'arc zen/ Taikan Jyoji. Courrier du livre

Les arts martiaux ou l'Esprit des Budos/ Michel Random. Budo Editions.

One arrow, one life/ Kenneth Kushner

Zen Bow, zen arrow : the life and teachings of Awa Kenzo/ John Stevens

Autre Avertissement :

La pratique du Kyudo n'entraîne pas nécessairement la pratique du zen ; de nombreux pratiquants du Kyudo ne sont pas de pratiquants du zen

Les maîtres japonais n'évoquent pas directement le zen dans leur enseignement.

1- Rapide présentation des grandes caractéristiques de la pratique du Kyudo :

Le Kyudo se pratique dans un dojo (Cf. illustration)

Un dojo traditionnel est composé d'espaces dont la fonction est précisément assignée :

- Un hall de tir **Shajô** (射場) qui comprend une position haute : le Kamiza¹ ou un Tokonoma², espace où s'installent le maître ou l'enseignant le plus gradé, les juges d'examen. **Kamiza** (上座)

- Une ligne d'assise qui lui fait face : sadamenoza

- Une ligne de base ou de préparation du tir : Honza

- Une ligne de tir où s'effectue le tir : shai

Entre le hall de tir et la ciblerie se découvre un espace ouvert traversé par les flèches : Ya michi

Latéralement, sur la gauche, un chemin menant à la ciblerie pour aller chercher les flèches Yatori michi

- La ciblerie est au fond, à 28 m : Matoba et Azuchi

- Une séance commence et s'achève par le salut : *HaiRei*

¹ Partie surélevée du dojo face à la ligne de tir (Shai), où s'assoient les Sensei

² Le **tokonoma** (床の間) est une petite alcôve au plancher surélevé en *tatami* où l'on expose des calligraphies

- Suit un tir d'ouverture ou de cérémonie *Sharei*
- La pratique du tir Kyudo s'effectue suivant un enchaînement de gestes et de postures immuable : les **Hassetsu**, (Cf. Illustration) qui composent en huit postures tous les gestes que le tireur doit effectuer.

Le Kyudo comme tout art des Budos fait l'objet d'une organisation hiérarchique articulé sur la relation Sempai/Kôhai³ et sur les grades du 1^{er} au 10^{ème} dan avec trois titres : Renshi, Kyôshi et Hanshi

2- L'esprit du Kyudo : le **Rei** (礼)

Au début de la séance, après le salut, HaiRei, se déroule un instant de méditation ; les pratiquants se mettent en seiza sur l'indication de l'enseignant puis, entame ce moment de méditation sous l'injonction « chôshin ». Si nous partons de ce moment et nous interrogeons sur le sens de Chôshin, nous y trouvons l'invitation à harmoniser le cœur et l'esprit, à nous placer dans une disposition de calme et d'ouverture en abandonnant les pensées et préoccupations du quotidien.

Le Kyudo Kyôhon présente le but suprême du Kyudo comme étant :

Shin zen bi (真善美)

Shin est traduit par VERITÉ

Zen par BONTÉ

BI par BEAUTÉ

SHIN, La vérité n'est pas décrite comme un résultat objectif dont on pourrait fournir une description analytique mais plutôt comme le cœur d'une recherche ; elle peut être approchée et saisie intuitivement. Cette vérité présente de nombreux aspects mais s'articule autour de plusieurs éléments : la vérité des postures et des mouvements justes harmonisé par la vérité d'un esprit juste en harmonie avec les autres êtres présents et l'univers entier. Cette vérité doit transparaître dans le tir accompli.

Le Kyudô Kyohon fournit trois indices du tir vrai :

Yumi no sae (弓の冴え) la limpidité de l'arc

Tsurune, Le son de la corde qui frappe l'arc au moment du décocher

Tekichu, le bruit de la flèche perçant la cible

Soit deux caractéristiques auditives et une saisie visuelle

³ **Kôhai** Personne moins expérimentée.

Il y a trois niveaux de Tekichu :

Toteki : la flèche est dans la cible (résultat de la technique)

Kanteki : la flèche transperce la cible (énergie du corps et énergie spirituelle)

Zaiteki : la flèche existe dans la cible. Unité archer, arc, cible

ZEN, La BONTÉ : Maitrise de soi, bienveillance qui prend appui aussi sur l'esprit

équanime : **Heijoshin** (平常心). L'esprit de tous les jours est un esprit ouvert et attentif. L'importance de la courtoisie est soulignée comme étant essentielle dans le Kyudo ainsi que l'attention portée aux autres. De même, il faut aussi savoir conserver sa sérénité au sein de la compétition et ne pas jalouser la réussite d'autrui.

BI, La BEAUTÉ : la qualité d'un tir réussi est manifeste et cette manifestation procure un sentiment esthétique. Cette recherche du Beau dans le Kyudo appartient à ce raffinement propre à la culture japonaise et participe aussi de cette esthétique du zen qui valorise à la fois l'authenticité et la simplicité, le dépouillement et la force de la présence. C'est un Beau simple et puissant qui tire son énergie de l'exaltation de la simplicité. C'est un travail d'épure et de simplification qui donne sa force esthétique au résultat. Ce dépouillement est présent dans la pratique du Kyudo où on fait la chasse au geste inutile. Chaque geste a une fonction et chaque fonction concourt à la réussite du tir. Cette beauté s'exprime en particulier dans le tir de cérémonie (sharei).

Dans le Sharei (射礼) les mouvements des archers sont harmonisés par la concentration à chaque étape et un esprit serein ; ils s'effectuent en rythme avec les autres tireurs du sharei. Un tir très réussi et raffiné apparaît d'une grande simplicité. « Ce n'est que ça » pourrait-on penser, ça n'a pas l'air très compliqué. Et pourtant, c'est saisissant. La qualité spécifique de cet art martial est d'effacer toute la complexité technique, toute la recherche, tous les doutes pour ne plus laisser transparaître que l'essentiel, pur et simple : l'expression du tir.

Le Rei (礼) : salut et étiquette

C'est un terme très présent dans l'enseignement du Kyudo. Rei désigne le salut mais aussi, plus généralement, l'étiquette. On va insister sur l'attitude juste qui est basée sur des valeurs telles que le respect des aînés, Sempai, et la confiance totale dans le Maître, le Sensei.

La bonne manière d'aborder l'apprentissage c'est de s'imprégner, de délaiser ses préjugés sur ce qu'on croit être bien ou mal et de rentrer dans le sillage des Sempai. AU début de l'enseignement, on ne touche pas un arc, on se contente de regarder. L'enseignement par le regard s'appelle *Mitori geiko* ; il est recommandé à tous les stades de l'apprentissage.

Sur le dojo, on est attentif à son comportement ; on adopte une posture droite et un comportement discret. Rapidité, efficacité, pas de bavardage inutile. On fuit la dispersion, on mobilise son attention. On témoigne son respect à l'enseignant mais aussi à travers lui à la lignée des maîtres et à l'esprit de la pratique ; cet esprit est souvent rappelé par la présence de calligraphies installées dans le Kamiza. Dans le club où je pratique, il y en a deux : « Shin, la vérité » et une autre composée de deux idéogrammes dont la traduction est « la joie vient de la pratique ».

Dans un texte de présentation du REI, Osagawara Kiyonobu souligne la dimension d'implication et l'esprit de reconnaissance qui doit habiter le pratiquant.

Pratiquer est une chance qui justifie ce sentiment de reconnaissance. Aussi, quand on salue, on ne se contente pas de s'incliner machinalement et de se redresser. On dédie son respect à l'objet auquel le salut est adressé.

1 Le *rei* :

Ce qui est exprimé par le terme *rei*, c'est la pratique d'une attitude ouverte aux autres, humaine et naturelle. Cette pratique doit s'exercer dans la vie de tous les jours, et non être une apparence.

Avancer par la gauche, reculer par la droite, place d'honneur..., ces mots n'ont de valeur que si l'on est attentif à leur signification profonde. Si on ne pense à pratiquer le *rei* que lors des examens ou pendant les *sharei*, il dégénère en une forme faite de bric et de broc, rigide et sans vie. Il n'est plus qu'un simulacre, et l'ensemble du tir une forme dépourvue d'émotion. Pour exprimer le *rei*, il faut réunir trois choses : l'attention, un objet et la sincérité du sentiment.

C'est seulement lorsque que l'on fait face à son objet avec sincérité que le salut peut devenir quelque chose de vivant.

In Les bases du tir. Osagawara Kiyonobu

Cette présence à soi et aux autres dans le salut se cultive à toutes les phases du tir de manière à lui donner vie. Cela s'appelle « le corps animé de vie » (*Seikitai/Jittai*) à l'opposé de l'exécution machinale du « corps sans vie » (*Shikitai/Kyotai*)⁴.

On retrouve aussi dans la pratique sportive occidentale les notions de discipline, de respect et d'état d'esprit positif. Dans un Budo toutefois, ces notions ne sont pas liées à la seule performance mais à une manière d'être et de progresser sur la voie.

La voie n'a pas de limites et la pratique est son alpha et son oméga. Il n'y a pas de terme à la Voie, pas de sommet à atteindre, mais une pratique toujours renouvelée, actualisée.

⁴ KK Page 30, §1

Dans le Kyudo, on dit « Un tir, une vie ». L'avant et l'après n'ont pas d'importance, c'est la présence dans ce moment particulier, inédit qui manifeste le tir pour lui-même et auquel on doit s'abandonner et donner tous ses efforts.

Comme dans la méditation, la notion de présence est essentielle. Dans la méditation, immobile, on essaie d'être présent à soi et à ses respirations, de ne pas bloquer les pensées pour laisser l'esprit fluide, tout en prenant conscience de celles-ci pour les voir s'apaiser et entrer dans une forme de paix et de simple présence. Le Kyudo n'est pas une méditation et contraste avec celle-ci par le fait qu'il n'est pas immobile. Mais il consiste en autre manière d'installer la présence à soi, présence à ce qu'on fait et présence aux autres (dans le Sharei : Omae et ochi). Ce qui est banni et contraire à la pratique, c'est d'exécuter les gestes et postures de manière mécanique ; ou bien de ne pas se soucier de son environnement et des autres. Cette présence à soi et aux autres est incarnée par le rythme (Maai) ; elle s'appuie sur le rythme de la respiration qui accompagne chaque geste et chaque posture. Le rythme est la manière d'habiter ensemble l'espace et le temps du tir. C'est ici et maintenant. Au final, l'état à rechercher dans le tir c'est Mushin, c'est-à-dire, l'esprit vide, une adéquation complète à ce qu'on fait au-delà des pensées et des émotions.

Tir et Technique :

Un apprentissage de la technique est absolument nécessaire pour exécuter les gestes et postures ; celle-ci se perfectionne tout au long de la pratique ; il existe de nombreux traités et les détails sont parfois d'une complexité étonnante. Toutefois, à aucun moment, les maîtres de la pratique ne leur accorde une importance particulière. Dans les stages internationaux qui ont lieu une fois par an en Europe en présence des haut gradés du Japon (Hanshi Hachidan) Il est frappant de constater qu'ils se concentrent sur des explications fondamentales et simples qu'ils nous invitent à imiter et à maîtriser. Ils sont capables de répondre à toutes les questions de détails les plus pointus mais, au bout d'un moment, ils se mettent à rire et nous disent de ne pas nous égarer dans les détails. Et à ce moment, ils vont longuement nous parler de l'esprit dans lequel nous devons tirer en attirant notre attention sur notre manière de progresser sur la Voie.

Dans son ouvrage sur le Kyudo, l'américain Kenneth Kushner parle de la différence qu'on lui a enseignée entre Ji et Ri.

Ji fait référence à l'aspect technique des arts. Ri peut être traduit par les vérités essentielles ou les principes sous-jacents. La maîtrise technique n'est pas la maîtrise complète. Ne s'appuyer que sur les techniques signifient qu'on ne sait pas dépasser la technique. Ji est lié à l'habileté et Ri à l'inspiration.

Quand on apprend les formes fondamentales, le Kihontai (基本体) on distingue les stades d'avancement dans la pratique caractérisés par le triptyque Shin gyô sô (真行草)

Shin, 真 désigne la vérité formelle de la posture et des gestes

Gyo (行), la vérité en mouvement, Appliquer la vérité (la forme dans l'action)

Sô (草) Harmonie avec la nature, l'environnement, la liberté de tout accorder

Pour cela, l'archer doit réaliser concrètement en lui l'union des trois principes essentiels:

Sanmi ittai (三位一体)⁵

Ceux-ci sont :

- la stabilité du corps : *Karada no Antei*
- La stabilité de l'esprit et du cœur : *Shinki no Antei*
- La stabilité dans l'usage de l'arc : *Yumi no Antei*

Il est très important de construire cette unité essentielle et c'est le but des Hassetsu bien pratiqués, c'est-à-dire l'exécution correcte des huit phases du Kyudo.

A ce stade, il est intéressant d'évoquer Zanshin.

Zanshin (残身 / 残心)⁶ est la dernière phase des Hassetsu, après la décoche.

Il y a deux manières d'écrire Zanshin en japonais : la première est « laisser le corps exprimer le maintien de la posture » ou Zanshin extérieur (残身) ; la deuxième est « laisser le cœur exprimer la partie spirituelle », ou Zanshin intérieur (残心).

Ainsi, le tir n'est-il pas complètement terminé après la décoche ; il reste encore quelque chose.

Le Kyudo Kyohon dit : « en termes d'esprit, c'est l'énergie spirituelle rémanente ; exprimée en termes de forme, c'est l'action rémanente du corps. »

Zanshin en fait, existe tout au long des phases du tir ; à l'issue de chaque action, il y a un expir et ce moment est celui de l'accomplissement du geste qui vient d'être effectué et la préparation de celui qui vient. Chaque mouvement doit se poursuivre en esprit et en forme⁷. C'est ce qui donne fluidité et unité tout au long du tir.

Pour achever cet aperçu

Pour achever ce rapide aperçu des principes du Kyudo et de son esprit, on peut récapituler quelques éléments que l'on peut identifier comme étant en connexion avec la pratique zen de la méditation et, le cas échéant, en résonance avec les enseignements de Maître Dôgen qui nous rassemblent ici autour de Yoko :

Il y a **l'esprit du débutant**. (Shoshin, le cœur du commencement dans *Bendowa*) et ce rapport spécifique au temps qui n'est pas que le temps linéaire

Mushin : Il s'agit d'une pratique qui vise aussi à se déprendre du petit moi pour faire émerger un tir vrai. Il procède de Mushin, un esprit libre. Dan de Prospero cite Onuma sensei qui souligne que « pour conserver un esprit solide et fluide, nous devons expérimenter l'état

⁵ Page 24

⁶ Page 72

⁷ Kyudo Kyôhon, p. 31

de conscience appelé *mushin*, esprit vide ; cela ne signifie pas absence de pensée mais simultanéité et concordance de la pensée et de l'action : il n'y a rien entre la pensée et l'action et rien de plus ni de moins. C'est par la respiration que l'on arrive à *mushin*. C'est en se concentrant sur la respiration que l'on arrive à intégrer progressivement dans la vie quotidienne la conscience de sa respiration. C'est ce qui nous permet aussi d'éviter la colère et d'être emporté par nos émotions. »

Il y a aussi Le **lâcher-prise** : Hanare, le lâcher, est une séparation. Il ne doit pas être déclenché mais résulter de l'achèvement du tir. Il est l'issue de la parfaite exécution des Hassetsu et du mûrissement intérieur, de l'énergie spirituelle.

On trouve aussi un rapport détaché à la technique : le laisser faire et la confiance en soi, en l'arc et en la voie. Il se passe quelque chose dans le tir et on progresse dans la voie sans s'obstiner à vouloir toujours atteindre la cible. Et puis aussi apprendre à penser que nous ne maîtrisons pas tout et que nos meilleurs efforts ne trouvent pas nécessairement le succès. Il y a quelque chose qui nous échappe et que nous devons intégrer, un quelque chose auquel il faut s'abandonner, qui est la pratique de la Voie. Là aussi, cette pratique aussi est sans but, *mushotoku*.

C'est une pratique indéfinie, valable en soi et pour soi: le polissage de la tuile.

Elle mobilise une résolution sans faille, une « foi » pour reprendre un de nos débats récents.

Dans **Libre de soi, libre de tout** Shunryu Suzuki cite Dôgen:

« Il faut 99 échecs pour atteindre la cible ». Ceci, pour dire que l'échec n'est pas vraiment un problème. Concluons par la dernière phrase de Shunryu Suzuki dans l'ouvrage cité plus haut :

« Si vous comprenez la pratique véritable, alors le tir à l'arc ou d'autres activités peuvent être zen. Si vous ne comprenez pas comment pratiquer le tir à l'arc dans le vrai sens, même en pratiquant avec acharnement vous n'acquerrez qu'une technique. Cela ne vous aidera en rien. Peut-être atteindrez-vous la cible sans viser, mais, une fois privé d'arc et de flèches, vous ne serez plus capables de rien. Mais si vous comprenez l'essentiel de la pratique, l'art du tir à l'arc vous aidera, même sans arc ni flèches. Seule une pratique juste vous permettra d'obtenir ce genre de pouvoir ou de capacité. Maître Dôgen dit que pour avoir une pratique juste, il faut un bon maître et être bien guidé, sans quoi vous ne comprendrez pas le zen. Juste poursuivre la pratique correcte ou pratique fondamentale, c'est le point le plus important.»