

### Le Kyudo enseigné aux collégiens

Au même titre que les autres activités sportives ou artistiques, les arts martiaux (Budo) tiennent une place importante dans les rythmes scolaires et universitaires au Japon. Ils figurent en bonne place aussi bien dans le curriculum obligatoire, que dans les activités périscolaires optionnelles. Si dans beaucoup de collèges ou lycées l'accent est mis sur le Kendo, ou le Judo, pour certains établissements qui ont la chance d'abriter un dojo de Kyudo, ce sera bien sûr cette discipline qui sera favorisée. Ce n'est pourtant pas une discipline "facile", qui n'est surtout pas un défouloir pour le surplus d'énergie que la jeunesse a souvent besoin d'exprimer. D'autres sports suppléent à ce besoin.



Ce reportage a été réalisé lors de la première séance de l'année scolaire 2008-2009 (qui commence au Japon en avril) où le Kyudo était présenté aux élèves de 1ère année (+/- 6ème française) potentiellement intéressés, et où les « anciens » de 2ème et 3ème années (respectivement 5ème et 4ème) reprenaient leur pratique régulière.

Le Kyudo a bien sûr pour les collégiens une dimension d'éducation physique (travail sur une posture correcte), un contenu ludique (dans la recherche du touché de la cible le plus régulièrement possible), et aussi une valeur de challenge (passage régulier d'examen de grades – Kyu puis Dan). Plus tard, s'ils continuent le Kyudo au lycée, ils pourront entrer dans des compétitions, par équipe (généralement de trois) et plus rarement en individuel.

Cependant le Kyudo se singularise par la transmission de valeurs humaines et de comportement social, communes à tous les arts martiaux certes, mais davantage mises en exergue ici. Par



exemple, une des toutes premières leçons – presque instinctive chez les jeunes japonais, mais qu'il est toujours bon de conforter – est de

se déchausser avant d'entrer dans le dojo, et de bien aligner les chaussures : n'est-ce pas plus agréable que de les abandonner « en tas » comme nous le faisons souvent trop "naturellement" en France ?

Au collège de Chofu, le Kyudo est enseigné une fois par semaine dans le cadre des activités obligatoires, et 3 fois par semaine en activités périscolaires de 16h00 à 17h30.

Pour l'accueil des 1ère année, le Maître donne d'abord un petit discours introductif afin de placer le Kyudo dans son contexte culturel, et dans son évolution depuis ses origines les plus guerrières, jusqu'à ses idéaux pacifiques modernes. Ensuite il donne très rapidement l'exemple par un tir de cérémonie exécuté en guise de démonstration de ce qu'il faudra réaliser. Ainsi l'objectif est placé dès le départ à un niveau d'excellence que les collégiens observent avec fascination.

Et les leçons 2 et 3 sont ainsi assimilées dès ce premier contact : savoir écouter, savoir apprendre en regardant (mitori-geiko). Ensuite, dès le premier jour, un cours théorique : les fondamentaux expliqués à partir des graphiques représentant les huit phases du tir (les Hassetsu) qui se construisent l'une sur l'autre, tel le bambou qui croît en poussant chaque nœud en s'appuyant sur le précédent. Puis la mise en pratique avec un exercice en élastique, le gomu-yumi, qui permet de commencer à ressentir les sensations liées à l'ouverture de l'arc et au lâcher, de mettre en place les formes et les mouvements de base, sans les risques liés au maniement d'un arc et d'une flèche.



# budo

## Fédération Française de Kyudo Traditionnel

Pendant ce temps les anciens se préparent, reprennent contact avec le matériel, et en particulier avec le gant (Kaké) qui est un élément important de l'équipement, et le plus personnel. Le soin dans sa prise en main est l'étape ultime de la préparation avant le tir. Ils confirment entre eux la bonne manière de l'enfiler et de fixer la lanière de maintien. Les nouveaux le prendront en main plus tard.

Si chacun est finalement seul en face de sa cible, le Kyudo est cependant une discipline collective où l'harmonie du groupe est essentielle. Un groupe est typiquement composé de 5 archers, qui se préparent tous ensemble dans les étapes du tir formalisé (Sharei).



Ensuite chacun tire à son tour, les autres patientent en position d'attente formelle (Kiza). C'est le « rythme d'examen », qui permet aux juges d'observer chaque tireur individuellement, et, pendant l'entraînement, au professeur d'intervenir sur chacun.

Il s'agit avant tout que les postures soient correctes, et les mouvements exécutés suivant les règles qui respectent l'ergonomie naturelle du corps de chacun. C'est le principal rôle du professeur qui intervient pour permettre à chacun une utilisation optimale de son anatomie dans la recherche du « tir parfait », encore très lointain, mais dont le professeur montre la direction.

La valeur n'attend certes pas le nombre des années. Chacun à son niveau cultive les qualités qu'il possède et exprime déjà sa personnalité dans chacune des phases de son tir. Le Kyudo lui permettra de continuer à développer le meilleur de lui-même : patience, concentration, courage, endurance, considération pour les autres.

Le développement de la considération et du respect est une composante fondamentale de l'enseignement du Kyudo : respect du Maître, respect des autres, respect du lieu et du matériel.

L'entretien du matériel fait en effet partie de la pratique, comme le nettoyage consciencieux des flèches après chaque séance, la remise



en état de l'Azuchi (butte de sable de la cible), la réparation des cibles, le nettoyage du plancher du Dojo.

Dans le Kyudo on dit « Tout commence par un salut, et tout finit par un salut ». Quand tout est nettoyé et rangé, professeurs et élèves se saluent pour se remercier mutuellement de ce qu'a apporté à chacun la séance, et pour se remercier des efforts fournis.

**Claude Luzet, Kyoshi 6ème dan ANKF**

