

[Kokoro no Yoi](#) | [Principes du tir](#)  
[Sanmi Hittai](#) | [Seisha Hitchu](#) | [Shaho](#) | [Pratique constante](#)

## **Recommandations pour la pratique du kyudo**

L'expression correcte de la forme de tir de kyudo est ce qui donne de la substance au kyudo et l'empêche de n'être qu'une idée désincarnée. En même temps une partie de l'apprentissage d'une discipline qui s'exprime concrètement dans la forme physique, c'est de pratiquer avec une intention et un esprit droits. Ainsi les formes prennent-elles du sens et deviennent l'expression des idées sous-jacentes qui les animent. C'est pourquoi il faut baser votre entraînement sur une compréhension qui vous aidera à orienter vos énergies vers une pratique correcte du kyudo.

La liste de huit principes ci-dessous n'a pas la prétention d'être la liste complète de tout ce qui est important dans le kyudo. Une telle liste est impossible à établir. Mais je pense néanmoins que si vous gardez les points suivants à l'esprit vous serez capables de pratiquer avec l'attitude mentale et spirituelle correcte.

La vérité ultime du kyudo se comprend dans l'union de l'esprit, du corps et de l'arc, ou " [Sanmi Ittai](#) " (les trois essentiels en un seul corps).

[Seisha Hitchu](#) (le tir vrai ne manque jamais le but) est une vérité. Si le tir est en accord avec le Shaho (la Loi du Tir), la flèche percera la cible sans faute.

Le [Shaho](#) est une loi naturelle immuable, pas une invention humaine arbitraire. En conséquence; le tir doit être en accord avec les principes naturels.

Une [pratique constante](#) avec un esprit et un mental purs est la seule manière de comprendre le kyudo. Rien ne peut la remplacer.

Le kyudo doit être un équilibre entre " Sha " (le tir) et " Rei " (la courtoisie, le respect mutuel et la bienséance).

Le progrès dans le kyudo est un cheminement naturel. L'enseignement et la pratique doivent être en accord avec cette progression naturelle.

La tradition du kyudo est l'héritage des maîtres passés et le guide pour le développement futur. En conséquence la pratique doit toujours suivre la tradition et la structure qu'elle impose.

Il n'est pas possible d'être jamais parfait en kyudo, mais il ne faut cependant jamais s'arrêter de s'entraîner. C'est l'ardeur à pratiquer constamment qui donne au kyudo son sens de Voie de la Vie.