



Quel que soit le niveau du tireur, le tir peut toujours être amélioré.

© Photos Dominique Guillemain d'Echon

Très pratiqué au Japon, où il est classé au premier rang des arts martiaux « classiques », le Kyudo est encore très peu connu du reste du monde. Lié au confucianisme et au bouddhisme zen, il développe l'esprit autant que le corps. Entrez dans la voie de l'arc

## L'art de tirer "avec ses os"

**S**on origine remonte aux techniques guerrières des samourais et aux rituels, religieux ou laïques, de la même époque, où l'arc occupait une fonction importante.

Aucun peuple n'a eu avec l'arc une relation de spiritualité semblable à celle des Japonais. Les aspects utilitaires de l'arc, qui à l'origine était un instrument de chasse, puis une arme de guerre, ont toujours été relégués au second plan, loin derrière son esthétique et sa nature spirituelle. L'arc japonais (yumi) n'a pas d'équivalent dans le monde. Sa longueur exceptionnelle (2,21m pour la longueur standard), la simplicité de sa forme, l'équilibre parfait de ses cour-

Car la pratique du kyudo se distingue des autres formes d'archerie en cela que les valeurs esthétiques, morales et spirituelles y prennent le pas sur le fait d'atteindre ou non la cible. C'est en cela que le tir à l'arc devient la Voie (Do) de la réalisation intérieure, le chemin qui conduit à une meilleure connaissance de soi, l'apprentissage de la maîtrise de ses émotions et du mental, remise en cause à chaque flèche.

La différence fondamentale avec le tir à l'arc occidental réside en la notion que chaque tir peut être amélioré, quel que soit le niveau où l'on se trouve, quelle que soit la précision avec laquelle la flèche touche la cible. »»

### Les arcs en bambou utilisés aujourd'hui sont toujours fabriqués selon des méthodes ancestrales

bes, en font un objet d'une extraordinaire beauté. Comparé à l'arc occidental, plus court, l'arc japonais nécessite une ouverture plus grande pour obtenir une performance équivalente. Cette forme de tir, dictée par la forme même de l'arc, apporte une dimension esthétique incomparable à l'acte de tirer – ou plutôt d'ouvrir l'arc : au moment de la pleine extension, le corps de l'archer, l'arc et la flèche forment une figure circulaire d'une grande beauté.

C'est ainsi que les arcs en bambou utilisés aujourd'hui sont toujours fabriqués selon les méthodes ancestrales : leur longueur et leur poignée placée de façon asymétrique ont été conservées en dépit de leur côté peu pratique et au détriment de leurs performances techniques.

### La Fédération de Kyudo Traditionnel

En France, quelque 350 pratiquants sont regroupés au sein de la Fédération de Kyudo Traditionnel-FFKT, créée en 1979, et reconnue par l'ANKF (All Nippon Kyudo Federation – fédération de kyudo japonaise) qui envoie chaque année une délégation de maîtres japonais animer un stage européen regroupant les pratiquants de quelque 15 pays d'Europe. Les grades (dan) et titres sont délivrés par les maîtres à cette occasion.

C'est ainsi que le nombre d'enseignants occidentaux augmente régulièrement, permettant à cette discipline encore confidentielle de se développer peu à peu. À l'initiative de pratiquants passionnés, de très beaux dojos traditionnels commencent à se construire en France, permettant de pratiquer dans des conditions optimales propices au recueillement et à l'organisation de grands rassemblements d'archers. L'enseignement du kyudo est strictement bénévole, et donc gratuit. Les Japonais tiennent beaucoup à ce don de transmission, qui devrait permettre de perpétuer l'esprit du kyudo au plus près de la voie que des générations de maîtres ont tracée.

Dominique Guillemain d'Echon

Fédération de Kyudo Traditionnel – FFKT - 35 avenue Jean Jaurès - 34170 Castelnau-le-Lez - tel 04 67 79 69 95 - www.ffkyudo.com

## La Voie de l'honnête homme

Sous l'influence du Confucianisme s'est développée la référence aux valeurs de « Vérité », « Bonté » et « Beauté » (Shin, Zen, Bi), ainsi qu'aux principes de « l'Étiquette » (Rei), c'est-à-dire à la façon de se comporter vis-à-vis des autres, mais aussi vis-à-vis de soi-même. Le kyudo, qui trouvait ses origines dans la « Voie du guerrier » devint alors la « Voie de l'honnête homme ».

« Lorsqu'un archer tire, son attitude doit être vraie ». C'est ainsi que l'archer, à travers son tir, révèle sa vraie nature. Cette mise à l'épreuve permanente doit conduire le pratiquant vers la bienveillance et l'harmonie. « Lorsque le tir échoue, il ne devrait y avoir aucun ressentiment envers ceux qui ont réussi... », peut-on lire dans les « Annales de l'Étiquette » citées dans le manuel de kyudo rédigé par la fédération japonaise de kyudo (ANKF). « On doit atteindre la cible, mais sans désirer l'atteindre », a-t-on coutume de dire au débutant.

En effet, on se rend compte souvent qu'à force d'essayer de toucher la cible, on perd la relation avec soi-même, et par delà, avec le véritable but du kyudo. Le kyudo enseigne l'attitude juste envers le désir. Il met l'accent sur l'importance de la maîtrise de soi et la relation harmonieuse avec notre environnement, quelles que soient les circonstances. Ainsi la flèche transperçant la cible sera la conséquence in-



**On doit atteindre la cible sans désirer l'atteindre.**

éluctable d'un tir « parfait », emprunt de dignité et d'esthétique, exécuté en harmonie avec la respiration, respectant la beauté de la forme de l'arc.

## L'art du lâcher-prise

Le tir de cérémonie, pratiqué depuis les temps les plus anciens par les archers les plus expérimentés, fait partie intégrante de la pratique du kyudo. Il permet à chacun de vivre dans sa chair les valeurs enseignées par cette discipline : bienveillance, courtoisie, respect de l'autre, vigilance, dignité, confiance en soi, détermination. Toutes ces notions, d'abord quelque peu abstraites, se révèlent rapidement à l'élève assidu.

Arriver à la maîtrise du mental et de la technique nécessite un entraînement intense et régulier. C'est par la répétition du mouvement et en assistant à des tirs exécutés par des maîtres que le pratiquant, doucement, acquiert les gestes justes et le placement correct de son squelette qui lui permettra d'ouvrir l'arc sans crispations, avec l'énergie de son « hara ». En s'appuyant sur l'architecture de son corps parfaitement ancré dans le sol, l'archer pourra petit à petit exécuter les différentes phases du tir en se libérant des tensions excessives pour arriver à tirer « avec ses os ». Il utilisera l'énergie et non la force, la flèche sera lâchée d'une manière naturelle, « comme la goutte de rosée au bout d'une feuille qui, au moment voulu tombe naturellement à terre ».

Ce lâcher-prise si difficile à réaliser représente l'essence même du kyudo. Vu de l'extérieur, c'est une explosion d'énergie, partant du centre du corps de l'archer, qui caractérise le lâcher « juste », et qui n'a rien à voir avec la force physique. L'expression « Un tir, une vie » exprime bien cette tentative de l'archer de s'unir à chaque flèche avec l'Absolu. ■

Dominique Guillemain d'Echon

## Agenda

### La Fédération de Kyudo

**Traditionnel – FFKT** propose un stage d'initiation au Kyudo du samedi 6 au vendredi 12 août 2005, au Centre Zen de la Falaise verte, en Ardèche. Ce stage est destiné aux personnes de tout âge désirant découvrir le kyudo et commencer la pratique de cet art dans le cadre exceptionnel d'un vrai dojo traditionnel en plein air.

### Renseignements et inscriptions :

Centre de La Falaise Verte -  
La Riaille 07800  
St Laurent-du-Pape  
tel : +33 (0)4 75 85 10 39 -  
www.falaiseverte.org  
e-mail :  
falaise.verte@wanadoo.fr

## L'hommage d'un grand photographe

« Le Kyudo ne consiste nullement à poursuivre un résultat extérieur avec un arc et des flèches, mais uniquement à réaliser quelque chose en soi-même... » écrit Eugen Herrigel dans « Le Zen dans l'art chevaleresque du tir à l'arc ». Ce précieux petit ouvrage, journal d'une initiation d'un Occidental à l'arc japonais, en dit bien plus long que n'importe quel livre théorique. Écrit dans les années 30, il reste aujourd'hui encore un modèle inégalé de précision et mais aussi de poésie tant sur l'enseignement du zen que sur celui du kyudo. Le célèbre photographe Henri Cartier-Bresson, disparu l'an dernier, citait ce livre comme une référence absolue et ambitionnait de se servir de son objectif comme le ferait un archer, avec concentration et détachement.

« Le zen dans l'art chevaleresque du tir à l'arc », d'Eugen Herrigel, éd. Dervy.