

La Feuille de chou

de la Falaise Verte



Informations saisonnières de la pratique du Kyûdô au Dôjô de l'Esprit Direct

Automne 2025

Héraclite l'obscur (544 av J.C.) a écrit : « A l'arc (on donne) le nom de vie, mais son œuvre (donne) la mort. » Il s'avère que cela m'arrive de lire les philosophes grecs, ils sont fascinants. Parfois on oublie que l'arc est une arme de guerre ou de chasse. Les films du japonais Kurosawa le montrent parfaitement.

J'ai eu la chance de pratiquer le kyudo en tant que disciple-à-la-maison (*Uchi-deshi*) du Maître Saïtô senseï, 10^{ème} dan Hanshi, jusqu'à sa mort. Le kyudo que j'enseigne à la Falaise Verte, plus précisément au Dôjô de l'Esprit Direct provient directement de son enseignement. Saïtô Senseï pratiquait la méditation Zen dans un temple vicinal. Il mélangeait Zen assis, immobile, et Zen debout (*Ritsuzen*) : kyudo, qui n'a, à part le décoché, pas la fulgurance des autres arts martiaux. Tous les mouvements se font dans la lenteur, dans la conscience du geste et son exécution.

Lorsque je m'occupe d'une personne, il arrive que je donne des explications au compte-goutte car la personne n'est pas encore prête à recevoir de nouvelles instructions ou recommandations. Une grande partie de la pratique du kyudo passe par l'observation (qui se dit : *mitori geiko*), une attention soutenue à la gestuelle en cours d'exécution. Reproduire ce qu'on voit, ce qu'on observe. Tous les grands sportifs pratiquent l'observation de ce que font les « anciens » dans le sens de « ceux qui ont l'expérience ». Il s'agit d'une pratique importante qui existe chez tous les sportifs de haut niveau.

L'apprentissage exige que l'on emmagasine les informations verbales afin d'acquérir un nouveau mouvement (ou geste) et d'améliorer un geste déjà acquis mais perfectible. Tant que le langage mental continue de guider ce que nous nous mettons en tête, le geste technique à acquérir demeure en phase de formation. Il en va de même en ce qui concerne la méditation Zen. Les conseils, aussi bons soient-ils, ne permettent pas d'approfondir son zazen. Seule la pratique assidue permet d'accéder à sa Nature profonde, par petites touches.

La lente exécution des huit phases du tir (*hassetsu*) permet de pratiquer l'union de soi et du geste. Quand on élève l'arc (*Uchiokoshi*) on tente d'être UN avec l'action d'élever l'arc. Puis



Enseignement pendant Kanchûgeiko 2023 à la Falaise Verte



Association de Kyudo de la Falaise Verte

278 chemin de la Riaille 07800 Saint Laurent du Pape

04 75 85 10 39 / zen@falaiseverte.org

www.falaiseverte.org

La Feuille de chou de la Falaise Verte



Informations saisonnières de la pratique du Kyûdô au Dôjô de l'Esprit Direct

Automne 2025

on n'y arrive ou pas, du moins pas tout de suite. Mais étudier la Voie, Voie de l'arc en l'occurrence, correspond à explorer ces subtilités. Ce sont là des subtilités de soi-même. Dans ce sens, pratiquer le kyudo revient peu à peu à réaliser sa Nature profonde.

Je connais des personnes, dans le kyudo ou ailleurs aussi, qui parlent beaucoup, qui donnent beaucoup d'explications. On devrait toujours garder en mémoire les paroles du fondateur de la Voie, Lao-Tseu ; « le sage ne parle pas, celui qui parle ne sait pas ». Rappelons que Hui-Neng, le Sixième Patriarche du Zen (638-713) était illettré. Ce qui ne veut pas dire inculte.

Le Troisième Patriarche du Zen (Seng-t'san) aurait dit : « La grande Voie n'a rien de difficile, il faut éviter de choisir ! ». En d'autres termes quand on s'engage dans une activité, il faut aller à fond dans cette Voie ! Tout d'abord on reçoit les informations verbales. Puis, petit à petit, on les met en pratique en suivant les instructions de l'enseignant (*sensei*) sans penser, et cela est très important, à interpréter mentalement par soi-même ces instructions.

Et à un moment donné il faudra « laisser le corps mûrir, particulièrement au moment du « *hanaré* » (décoché) ». C'est en procédant intentionnellement de cette manière qu'on se perfectionne, que le corps apprend ce qu'il doit faire ou pas.

Postface :

Les examens de *Renshi* sont un véritable barrage et nombreux sont ceux qui piétinent devant. Taikan Jyoji a un enseignement profond du kyûdô qui donne à la Falaise Verte une place spéciale dans le kyûdô français. Et ceux qui l'ont suivi, comme moi, sont en mesure d'en peser la valeur. Le titre de *Renshi* ne fait pas tout.

François Cavalier

Kanchûgeiko 2026, stage de Kyûdô d'hiver

Du lundi 16 février au dimanche 22 mars
Session de Kyudô d'hiver dirigée par Taikan Jyoji.

Assisté par François Cavalier.

Participation aux frais : 420 € dont un acompte de 150€ à régler avant le début du stage.

Inscription au plus tard le lundi 02 février 2026.

Haïku

une pie vagabonde
aux aguets du Tsuruné
ouf, j'ai toujours mes plumes

Igor

T. Jyoji

Tsuruné : Bruit de la corde lors du décoché



Renseignements et inscriptions auprès de La Falaise Verte
Association de Kyudo de la Falaise Verte

278 chemin de la Riaille 07800 Saint Laurent du Pape

04 75 85 10 39 / zen@falaiseverte.org

www.falaiseverte.org