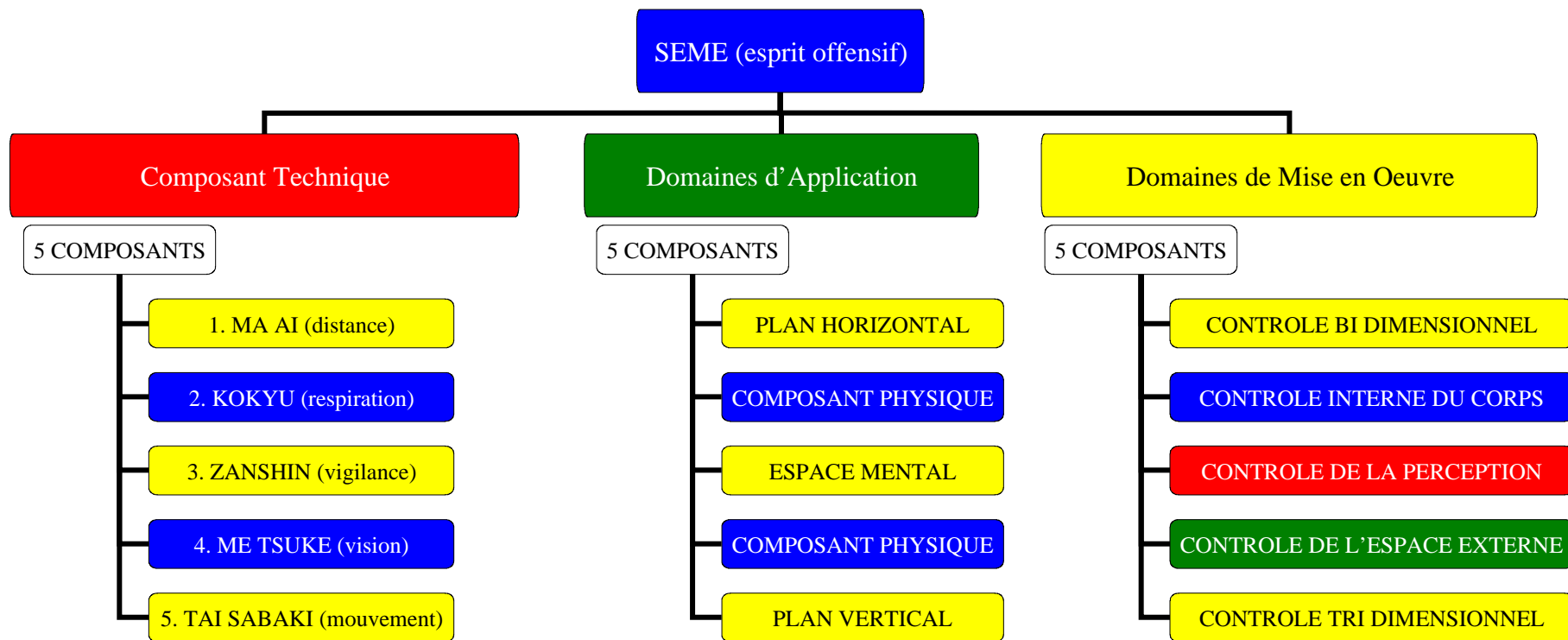


IAI DO – PRINCIPES DE BASE



SEME, l'esprit positif d'offensive (tel qu'illustré ci dessus au cours d'un combat de Kendo) représente à la fois le contenu fondamental et le contenant de tous les autres principes développés dans l'Art du sabre Japonais. SEME est à la fois un état d'esprit (*kinbun*), un objet dématérialisé, et une mise en oeuvre physique et technique.

FONDATEMENTS DU IAI DO (et de tous les Arts Martiaux)



Le Iai Do, comme tous les Arts Martiaux, est structuré autour de la mise en oeuvre du principe de SEME (esprit offensif positif) en tant que vecteur sous-jacent de toutes les actions et composants techniques, voire de comportement.

Seme ne signifie pas un état d'agressivité mais au contraire l'application d'un état de positivité mentale continu en parallèle avec une pression physique et psychologique continue sur l'adversaire (ou sur la situation en cours de déroulement).

Le résultat d'une mise en oeuvre correcte de Seme peut être la victoire physique sur l'adversaire, cependant le principe est construit pour faire réaliser à un adversaire potentiel qu'il existe suffisamment de détermination et de confiance en soi face à lui, et mettre en évidence la capacité que nous avons de lui imposer une technique mortelle. Le but est d'orienter l'adversaire vers une décision de choisir une résolution pacifique d'une situation de conflit en cours de déroulement.

Pour arriver à ce résultat, le Iai Do met en oeuvre 5 composants techniques, qui correspondent chacun à un domaine d'application et à un domaine de mise en oeuvre spécifique. Ces composants comprennent 4 composants matériels et un composant immatériel.

IAI DO – ILLUSTRATION DES PRINCIPES DE BASE

COMPOSANTS SPATIAUX

1. MA AI (distance)

3. ZANSHIN (vigilance)

5. TAI SABAKI (mouvement)



REISHIKI (ETIQUETTE) D'UN KATA DE IAI DO

PHASES

1. SHIZENTAI
2. IOI (TEITO SHISEI)
3. TAI NI SHINZA
4. SUWARI/TATCHI KATA
5. HAJIME
6. YAME
7. YATSUME
8. SHIZENTAI

PHASES

1. POSITION INFORMELLE
2. PRÊT (POSITION FORMELLE)
3. ORIENTATION DU CORPS
4. ACTION DE S'ASSEOIR/SE LEVER
5. COMMENCER (L'ACTION KATA)
6. ATTENDRE
7. S'ARRETER
8. POSITION INFORMELLE

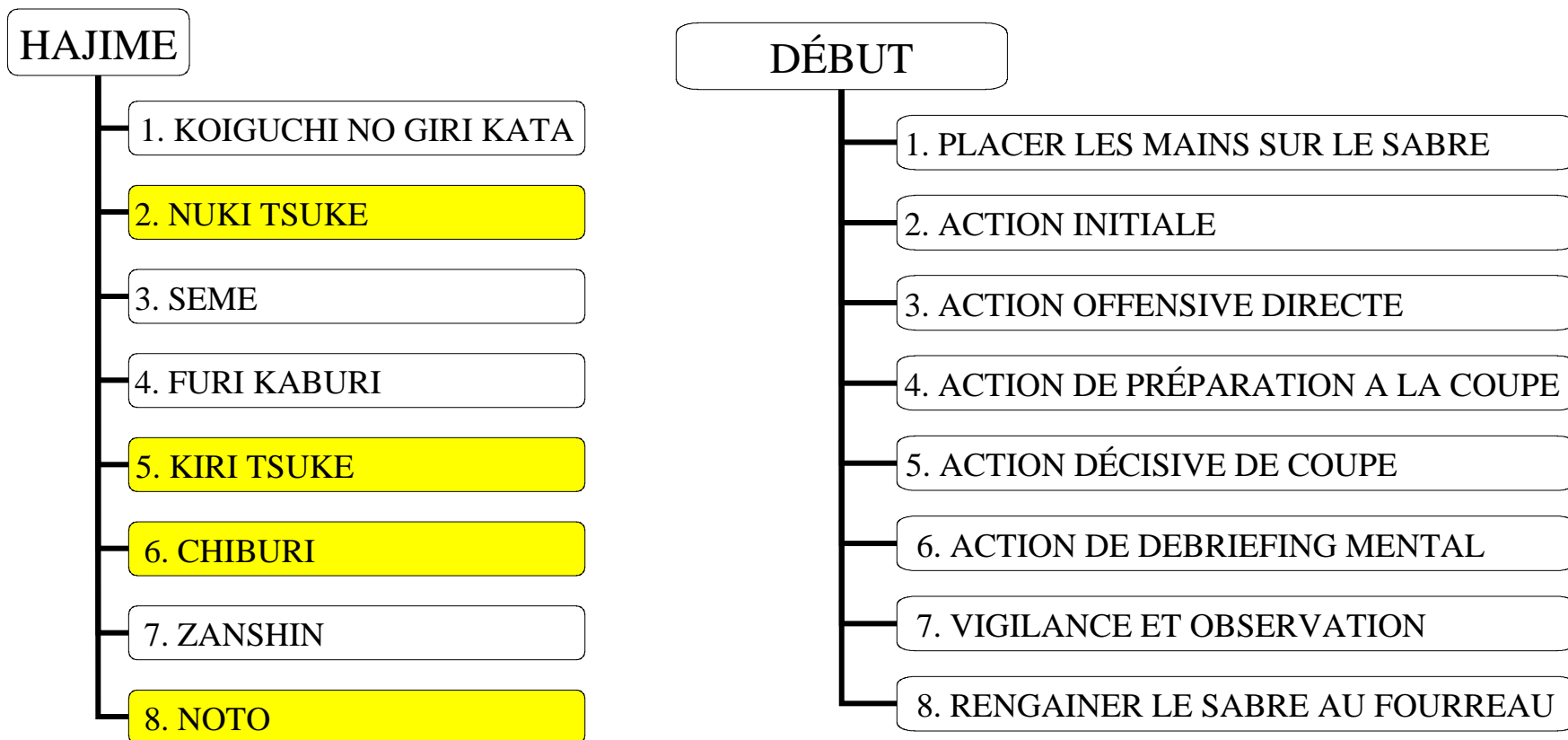
Un KATA (séquence d'actions codifiée) est toujours exécuté dans le cadre de phases de Réishiki (étiquette).

Il existe 4 phases préalables au début de l'action du Kata proprement dite (HAJIME).

Il existe 3 phases postérieures à la fin de l'action du Kata proprement dite (6 à 8)

ZANSHIN (la vigilance constante) doit être réalisée de manière continue et durant **toutes** les phases d'étiquette.

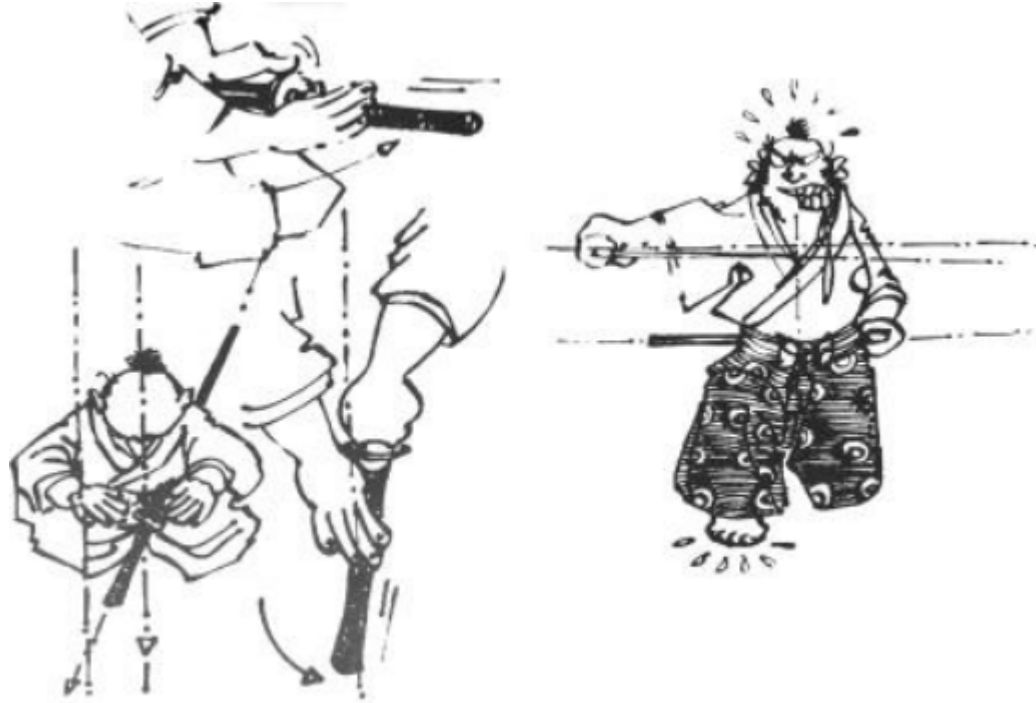
COMPOSANTS INTRINSÈQUES D'UN KATA DE IAI DO



Un KATA (séquence d'action codifiée) se compose toujours de 8 phases, qui sont décomposées en **4 phases principales** (en jaune ci dessus) et 4 phases secondaires (actions intermédiaires). Un Kata peut inclure plusieurs répétitions des phases principales ainsi que des phases secondaires (par exemple dans le cas d'une stratégie envers plusieurs adversaires). Les phases principales sont toujours liées à l'utilisation directe ou indirecte du sabre contre l'adversaire (utilisation de la lame ou bien de la poignée du sabre).

NUKI TSUKE

- HAJIME
1. KOIGUCHI NO GIRI KATA
 2. NUKI TSUKE
 3. SEME
 4. FURI KABURI
 5. KIRI TSUKE
 6. CHIBURI
 7. ZANSHIN
 8. NOTO



A gauche, la phase Koiguchi No Giri Kata, immédiatement suivie (voir à droite) par NUKI TSUKE

L'action complète inclut SAIA BIKI (voir à droite, l'action de la main gauche) ainsi qu'une coupe horizontale (KIRI) accomplie par le moment d'inertie de la lame

KIRI TSUKE – COUPE FRONTALE

HAJIME

1. KOIGUCHI NO GIRI KATA
2. NUKI TSUKE
3. SEME
4. FURI KABURI
5. KIRI TSUKE
6. CHIBURI
7. ZANSHIN
8. NOTO

Le mouvement du sabre est toujours d'arrière en avant et **jamais** du haut vers le bas = TOUJOURS 'frapper'

Le point d'impact de la lame sur la cible est Mono Uchi, qui se trouve à une distance d'approximativement 30% du bout de la lame (le Kissaki).

Le mouvement est quelque peu similaire au geste du pêcheur à la ligne au lancer ou à la mouche.

Voir çï dessous de droite à gauche



6- sabre horizontal

5- coupe (Kiri Oroshi)

4- frappe (Men Uchi)

3- Furikaburi

2- Seme

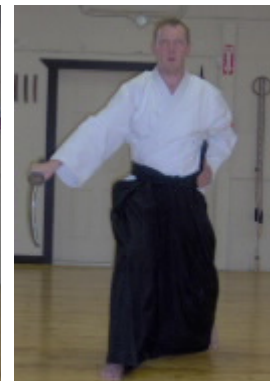
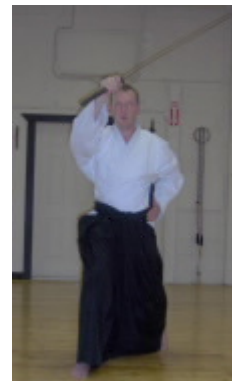
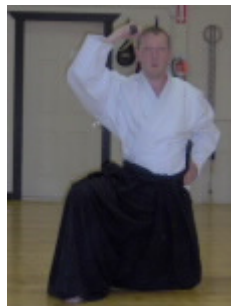
1- Début

KIRI TSUKE commence par une action de frappe suivie d'une action de coupe par moment d'inertie

Par exemple on frappe ici le sommet du crâne (Men Uchi) puis on continue l'action de coupe au travers du corps

CHIBURI

- HAJIME
1. KOIGUCHI NO GIRI KATA
 2. NUKI TSUKE
 3. SEME
 4. FURI KABURI
 5. KIRI TSUKE
 6. CHIBURI
 7. ZANSHIN
 8. NOTO



1- soulever le sabre après Kiritsuke 2- étendre le bras 3- fléchir le bras 4- passer à 45% 5- finir l'action

Exemple de SHODEN CHIBURI (Omori Ryu) dans le style traditionnel Muso Shinden Koryu

NOTO



1- joindre les mains (vue de côté) 2- tirer la main gauche 3-tirer encore (étendre bras droit) ('viser' Kashira) 4-avancer le coude 5-placer la main

HAJIME

1. KOIGUCHI NO GIRI KATA

2. NUKI TSUKE

3. SEME

4. FURI KABURI

5. KIRI TSUKE

6. CHIBURI

7. ZANSHIN

8. NOTO



6-retour final de lame



7-Pouce gauche Tsuba



8-main droite Kashira

Exemple de YOKOGURUMA NOTO (Omori Ryu) dans le style traditionnel Muso Shinden Koryu