

## Le sens de l'étiquette lors du déroulement des examens

Reishiki est un mot japonais que nous traduisons généralement par le mot "étiquette" tout simplement. Et, pour une fois, la simplicité de la traduction est de bon aloi. Reishiki est composé de deux caractères : Rei qui signifie salut, salutation, courtoisie, étiquette ; et shiki qui signifie cérémonial, formalité, rite, règle de l'art, officiel.

Le caractère Rei lui-même est composé de deux radicaux- shimeesuhen d'une part, et Yutaka. Shimesu signifie "montrer ou mettre en évidence" et Utaka "richesse". Ensemble, on peut dire que le caractère Rei signifie "mettre en évidence sa richesse intérieure".

Comme c'est si souvent le cas avec la langue japonaise, d'autres expressions existent et sont employées pour exprimer l'étiquette- Reigi, Reigi-Saho, Rei-ho, Rei-jo, Rei-san, Reishitsu, Gi-rei, etc.... Mais c'est le mot Reishiki qui est le plus couramment utilisé en occident et qui, globalement, exprime le mieux l'étiquette du Budo qui nous concerne ici.

Ce n'est pas le sujet ici de présenter une définition exhaustive du sens de l'étiquette (Reishiki). Il suffit de dire qu'il constitue un aspect technique et éducatif aussi important pour l'évolution du pratiquant que n'importe quelle autre base technique qu'il est appelé à étudier en Aikido (ou en tout autre budo). Dépourvu du concept de Reishiki, les Budo ne sont que des méthodes violentes de combat. La maîtrise de Reishiki est donc une manifestation du plus haut niveau de maîtrise de la discipline. Par ailleurs, Reishiki est peut-être le premier résultat concret que le pratiquant est susceptible de laisser transparaître dans la vie de tous les jours, c'est à dire en dehors du tatami, car en effet, il aura certainement plus l'occasion de faire usage du Reishiki quotidiennement que de ses techniques de combat.

Pour définir une étiquette pour tous les examens de grades, de Brevet d'Etat ou autre, sans parler d'une base pratique de son utilisation dans les dojo lors des entraînements quotidiens, il faudrait distinguer plusieurs situations. De même, il doit être clair que le Reishiki n'est pas quelque chose de figé, une sorte de rituel immuable, dont il suffit de suivre la formule pour bien le faire. Il est "vivant" et aucune exécution "machinale" ne saurait remplacer la véritable compréhension du sens profond de Rei.

Il s'agit plutôt d'un langage sans parole dont l'exécution correcte, dictée par une perception juste des circonstances, permet au pratiquant d'exprimer une attitude, un sens et une compréhension, souple et hautement nuancée, de lui-même et de sa place dans le "maintenant".

On ne peut pas non plus en faire "une tablette de pierre", où est gravé un Reishiki immuable et obligatoire (un danger, toujours présent, qui guette toute idée couchée par écrit!). Il faudrait plutôt définir les "grandes lignes" à respecter et proposer, d'une manière générale, mais néanmoins correcte et convenable, le déroulement du Reishiki au cours des examens.

Le Reishiki fait partie du premier critère "Connaissance Formelle des Techniques".

Les éléments observables doivent être le reflet d'un état d'esprit harmonisé aux principes de l'Aikido {modestie, absence d'agressivité, de l'orgueil, être sans ostentation (shinobu), et ainsi de suite}. Pendant le passage de grade le respect de Uke (Aite) et la concentration font partie du Reishiki.

Il est à noter que dans un dojo, le kamiza constitue le point de référence autour duquel tout est orienté. Ceci est une considération primordiale et déterminante pour toutes les questions qui touchent au Reishiki.

Les différentes situations que l'on rencontre lors des examens sont :

## A) LE CANDIDAT VIS-A-VIS DE LUI-MÊME

Lors des examens, le candidat doit être en mesure de démontrer sa propre compréhension de la notion d'étiquette, par l'assurance qu'il dégage de son exécution du Reishiki dans toutes les situations. C'est-à-dire, au travers de sa perception et évaluation correcte de la situation, il *sait* ce qu'il doit faire, comment il doit le faire, et à quel moment, sans être dirigé ou repris par une intervention de jury. Il ne doit pas non plus avoir besoin de recourir à l'aide quelconque d'autrui (son partenaire, d'autres candidats, etc...) pour être rassuré sur son exécution de Reishiki. Le candidat assume la responsabilité de lui-même, en coordination avec la situation globale de l'examen- il se prend en charge lui-même dans le "maintenant".

Tenue vestimentaire : Keikogi et Hakama en bon état et propre. Zori compatible avec la pratique d'un budo.

### Montée sur les Tatamis (à titre d'exemple) :

**Le candidat montera sur le tatami, tenant dans la main droite les armes (bokken, tanto, jo) nécessaires (selon le niveau de son passage), des façons suivantes :**

#### SOIT

- Il enlève ses zori face au tatami, monte, se retourne, pose un genou à terre et retourne ses zori ; ensuite il se tourne vers le Kamiza et le salue, en *Tachi-rei* ;

#### SOIT

- Il enlève se zori dos au tatami, monte, se retourne pour *Tachi-rei* face au Kamiza.

#### SOIT

- Il enlève se zori face au tatami, monte, pose un genou à terre et retourne ses zori ; ensuite il se tourne vers le Kamiza et le salue en *Za-rei* (salut en seiza).

#### SOIT

- Il enlève se zori dos au tatami, monte, se retourne, se met en seiza pour faire *Za-rei* face au Kamiza ;

Ensuite le candidat prendra sa place en seiza parmi les autres candidats en ligne, soit au Shimoza, soit au Shimoseki. Ses armes seront disposées à sa droite.

La ligne (seiretsu) des candidats doit être établie par rapport au bord du tatami de façon à laisser derrière un espace suffisant pour le passage aisé des candidats prenant leur place.

*Il est à noter que pendant le passage, tous les candidats en attente doivent garder une posture droite, si possible en position de seiza, sinon en position dite "agura" (en tailleur).*

A la fin de l'examen, le candidat exécutera le même processus inversé pour quitter le tatami.

**B) LE CANDIDAT VIS-A-VIS DE SON PARTENAIRE ;  
C) LE CANDIDAT VIS-A-VIS DU JURY D'EXAMEN ;**

Lorsque le candidat à examiner (Tori) sera appelé par le jury, il se lèvera, ses armes dans la main droite, et prendra place en seiza, face au jury et au kamiza, sur les marques indiquant la distance de 5 mètres du centre de la zone de tatami réservée à l'examen de son groupe (c'est-à-dire Tori et Uke (Aite) sont séparés de 10 mètres l'un et l'autre). Il placera ses armes par ordre de taille (sans pointe, ni tranchant en direction du Kamiza) derrière lui et il attendra son adversaire (Uke/Aite).

Uke (Aite) en fera de même (en face).

*Il est à noter que Tori débutera son examen avec Uke (Aite) choisi, et quels que soient les changements d'Uke (Aite) entre-temps, Tori débutera Buki waza et travail aux armes avec son Uke (Aite) initial et clôturera (lors du Reishiki final) l'examen avec lui.*

Les deux candidats s'avancent, soit en shikko soit en se mettant debout, jusqu'à la marque les séparant de 6 mètres.

Les candidats se tournent ensemble vers le jury, et lui, sollicite le salut. Ensuite, se retournent face à face et se saluent.

L'interrogation commencera à ce moment.

Durant l'interrogation le candidat continuera à faire le mouvement par le jury jusqu'à ce que ce dernier lui en demande un autre.

Lorsque le jury demande un changement de Uke (Aite) au cours de l'examen, les candidats s'arrêteront et se salueront à une distance convenable. Uke (Aite) se mettra dans la position de Tori pour saluer (si tori est en seiza, Uke (Aite) se mettra en seiza ; si tori est debout, Uke (Aite) se mettra debout etc...). Le salut à ce moment sera dépouillé, succinct, mais correct. L'Uke (Aite) qui a ouvert l'interrogation avec Tori se mettra en seiza devant ses armes à la marque de 10 mètres et attendra la suite de son intervention. Le nouvel Uke (Aite) choisi dans la ligne de candidats s'avancera jusqu'à une distance convenable de Tori et le saluera succinctement mais correctement, puis prendra la suite de l'interrogation.

Lorsque la partie de l'examen concernant les techniques à main nue se terminera, Uke (Aite) initial reprendra son travail avec Tori pour Buki Waza.

## TAI BUKI WAZA

### Note concernant le concept de Ri-ai :

En aikido le concept de Ri-ai existe sous deux formes. Plus habituellement dans le Budo, le terme Ri-ai est employé pour désigner la "logique de construction technique". Il est utilisé ainsi dans le deuxième critère d'examen. En revanche, un deuxième sens, ni très éloigné, ni contradictoire, existe pour les pratiquants d'Aïkido. Ri-ai, dans ce deuxième sens, indique "l'unité fondamentale qui lie toutes les techniques entre elles". Ainsi, un mouvement en Tachi waza est relié par son principe à un mouvement en Ushiro waza, ou en Ken, ou en Tanto, ou en Jo, ou en Atemi waza.

Cependant l'introduction d'un élément nouveau (l'arme) demande une légère adaptation dans le Reishiki. Non pas dans son sens profond mais plutôt dans son expression technique. Il faut prendre en considération le fait qu'on ait une arme en main.

-----

### TANTO DORI :

Aïte se munira de son tanto, soit en s'accroupissant le dos droit, soit en posant un genou à terre, soit à partir de la position seiza. Un salut à l'arme n'est pas demandé. Ensuite il s'avancera jusqu'à la marque des 6 mètres. Durant ce temps, tori se tiendra en attente dans une posture correcte sur la marque de 6 mètres et pourra, si cela s'avère nécessaire, se tourner vers le Shinoza et discrètement arranger son Keikogi. Dans tous les cas, il ne se "baladera" en soufflant comme un bœuf (à l'inverse des mœurs "sportives"). *En revanche, il s'agit de savoir qu'un Reishiki bien géré constitue un moyen efficace de rythmer sa prestation.* Les deux adversaires se saluent en Tachirei, Aïte tenant le Tanto en position de Sageto, et l'interrogation continue.

En Tanto Dori le désarmement de l'adversaire est obligatoire. Pour rendre l'arme à Aïte, Tori tiendra le Tanto dans le creux de sa main, tranchant vers le haut et la pointe vers lui-même. Aïte reprendra l'arme, faisant preuve de contrôle sur lui-même, et sans précipitation, pour rétablir la distance correcte et des conditions d'attaque convenables.

A la fin du travail de Tanto Dori, Tori rendra l'arme à Aïte et tous les deux reprendront une distance correcte pour Tachirei (succinct). Aïte remettra le tanto à sa place.

### JO DORI :

Aïte se munira du Jo soit en s'accroupissant le dos droit, soit en posant un genou à terre, soit à partir de la position seiza. Un salut à l'arme n'est pas demandé. Ensuite il s'avancera jusqu'à la marque des 6 mètres. Durant ce temps, Tori se tiendra en attente correcte sur la marque de 6 mètres. Dans tous les cas, il ne se "baladera" pas en soufflant comme un bœuf (à l'inverse des mœurs "sportives"). Les deux adversaires se saluent en Tachirei, Aïte tenant le Jo dans la main droite, la pointe vers le bas et l'interrogation continue.

En Jo Dori, le désarmement de l'adversaire est obligatoire. Pour rendre l'arme à Aite, Tori tendra le Jo des deux mains. Aite reprendra l'arme, faisant preuve de contrôle sur lui-même, et sans précipitation, pour rétablir la distance correcte et des conditions d'attaque convenables.

A la fin du travail de Jo Dori, Tori rendra l'arme à Aite et tous les deux reprendront une distance correcte pour Tachirei (succinct). Aite remettra le Jo à sa place. Dans le cas où le jury souhaiterait interroger le candidat sur le Jo Nage Waza- Tori gardera simplement le Jo et Aite pourra saisir l'arme à la main nue pour la poursuite de l'examen. Lors de ce changement, aucun salut (Rei) n'est nécessaire. Cependant, à la fin de l'interrogation Jo Dori - Jo Nage Waza, Tori rendra l'arme à Aite, Ils feront Tachirei (succinct) et Aite remettra l'arme à sa place.

### **TACHI DORI :**

Tachi Dori n'est demandé qu'à partir du 3<sup>ème</sup> Dan. Aite se munira d'un Bokken soit en s'accroupissant le dos droit, soit en posant un genou à terre, soit à partir de la position seiza. Un salut (Tachirei) à l'arme est acceptable (mais pas obligatoire) vu le symbolisme attaché au Ken. Ensuite il s'avancera, tenant son arme dans la main droite en Sage-to, jusqu'à la marque des 6 mètres. Durant ce temps, Tori se tiendra en attente correcte sur la marque de 6 mètres. Dans tous les cas, il ne se "baladera" pas en soufflant comme un bœuf (à l'inverse des mœurs "sportives"). Les deux adversaires se saluent en Tachirei, Aite (Uchidachi) tenant le Bokken toujours en Sage-to dans la main droite. Ensuite il passe le Ken sur le côté gauche (Tei-to), il dégaine et il assume son Kamae. L'interrogation continue.

En Tachi Dori, le désarmement de l'adversaire est obligatoire. Pour rendre l'arme à Aite (Uchidachi) Tori tendra le Bokken des deux mains, le tranchant vers le haut et le poignet vers l'adversaire. Aite reprendra l'arme, faisant preuve de contrôle sur lui-même, et sans précipitation, pour rétablir la distance correcte et des conditions d'attaque convenables.

A la fin du travail de Tachi Dori, Tori rendra l'arme à Aite (Uchidachi) et tous les deux reprendront une distance correcte. Aite (Uchidachi) rengainera en Tai-to et passera le Ken sur le côté droit en Sage-to pour saluer Tori en Tachirei (succinct). Aite (uchidachi) remettra le Bokken à sa place.

### **TACHI Tai TACHI :**

Tachi Tai Tachi n'est demandé qu'à partir du 4<sup>ème</sup> Dan. Tori (Shidachi) et Aite (Uchidachi) se muniront d'un Bokken soit en s'accroupissant le dos droit, soit en posant un genou à terre, soit à partir de la position seiza. Un salut (Tachirei) à l'arme est acceptable (mais pas obligatoire) vu le symbolisme attaché au Ken. Ensuite ils s'avanceront, tenant leur arme dans la main droite en Sage-to, jusqu'à la marque des 6 mètres. Les deux adversaires se saluent en Tachirei, tenant le Bokken toujours en Sage-to dans la main droite. Ensuite ils passent le Ken sur le côté gauche (Tei-to), ils dégainent et ils assument son Kamae. L'interrogation continue.

Si lors du travail du Tachi il y a un désarmement de l'adversaire Tori (Shidachi) rendra le Ken à Aite (Uchidachi) selon les critères définis par le Reishiki pour

Tachi dori dans la mesure du possible. Aite reprendra l'arme, faisant preuve de contrôle sur lui-même, et sans précipitation, pour rétablir la distance correcte et des conditions d'attaque convenables.

A la fin du travail de Tachi tai Tachi, Tori (Shidachi) et Aite (Uchidachi) reprendront une distance correcte. Ils rengaineront en Tai-to pour se saluer en Tachirei (succinct). Ils remettront les armes à leur place.

## TANINZU GAKE

Taninzu Gakje aura lieu à la fin des interrogations de Tai Buki Waza. L'Uke (Aite) initial du candidat (Tori) y participera, secondé par un ou plusieurs autres Uke (Aite) choisis parmi les candidats en attente. Les adversaires approcheront du côté Uke (Aite), salueront Tori en Tachirei succinctement et commenceront leurs attaques. A la fin du travail, tous les Uke (Aite) se rangeront du côté Uke (Aite) pour saluer Tori en Tachirei succinctement. L'Uke (Aite) initial se mettra à sa place en seiza et terminera le Reishiki final avec Tori pour clôturer l'examen.

### D) LE JURY D'EXAMEN VIS-A-VIS DES CANDIDATS E) LE JURY D'EXAMEN VIS-A-VIS DE LUI-MÊME ;

Le Jury conduira l'examen en Keikogi et Hakama.

L'ouverture de la séance d'examen commencera par un salut formel en seiza entre les candidats et le jury (au Kamiza). Ensuite, le Jury prendra place à la table. Il est attendu de lui qu'il maintienne une tenue qui reflète la dignité et le respect envers la discipline pratiquée, le dojo, les candidats et, plus particulièrement, envers la responsabilité dont il est investi. Les saluts aux candidats seront faits à partir de la position assise. Il prendra soin à poser les questions aux candidats de façon audible et prononcée avec une élocution conforme à la phonétique de la langue japonaise.

Le principe d'intégrité qui est élaboré au 4.2.3 du document "**Modalités d'Organisation et de déroulement des Examens de Grade d'Aikido**", dans son esprit, s'applique également au Jury examinateur.

Le jury doit se souvenir que les examens, dont il assure le déroulement, ne sont pas des "éliminatoires". Le but est, plutôt, d'établir une évaluation objective du niveau de pratique du candidat au sein de la discipline dans un sens plus large. C'est-à-dire, un Aikido qui est, aujourd'hui, pratiqué dans tous les pays du monde et qui possède une énorme variété de "styles" qui lui sont propres, inhérents et qui constituent sa richesse unique parmi les différents Budo actuels.

Pour clore la séance d'examen, le Jury se mettra au Kamiza pour un salut formel avec les candidats. **Les délibérations auront ensuite lieu à huis clos.**

**Pour un 3<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> dan, les trois critères d'évaluation peuvent être appréhendés à travers cette notion de fluidité :**

**1<sup>er</sup> critère : La connaissance formelle des techniques**

- aucune hésitation dans l'exécution des techniques demandées
- Une grande variété de techniques : techniques fondamentales, variations, variantes.

→ FLUIDITE

**2<sup>ème</sup> critère : La construction des techniques**

- distinguer les trois phases de construction pour les lier entre elles
- exécuter des variations à partir des différentes façons de réaliser chaque phase (henka waza)

→ FLUIDITE

**3<sup>ème</sup> critère : L'intégrité**

On retrouve dans le 3<sup>ème</sup> critère tous les principes qui contribuent à développer la fluidité.

**De aï** : la façon de rencontrer le partenaire (pression, extension)

- **Ki musubi** (être en phase avec son partenaire)
- **Irimi** (détermination, orientation, prise d'angle, contrôler le centre, l'intérieur)
- **Unité du corps, centrage** (engager le corps dans le sens de l'action)

**Ma aï** : distance/temps pendant l'exécution

- **Ki nagare** (conduire l'énergie, conduire le partenaire à partir d'un contact ou d'une saisie)

**Zanshin** : Continuité entre les techniques : présence, shisei, concentration

**Metsuke** : la vision, le regard

**Reishiki** : le respect de l'étiquette contribue à créer les conditions d'une pratique fluide

*(Connaissance du Reishiki : 1<sup>er</sup> critère / Respect du Reishiki : 3<sup>ème</sup> critère)*

## Annexe 3

### Les critères d'évaluation aux 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> Dan

Pour un 3<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> dan, la notion de fluidité peut-être considérée comme un critère déterminant. La fluidité n'est pas un processus, mais un résultat. C'est la conséquence de la mise en œuvre dans la pratique des principes structurants de l'Aikido

#### La fluidité peut se décliner de la façon suivante :

- **Liberté d'expression** : connaissance et maîtrise du répertoire variété et facilité dans la pratique
- **Adaptabilité** : pratique maîtrisée et contrôlée quel que soit le partenaire saisir les opportunités offertes par Uke (Henka waza)
- **Non-opposition** : prendre et garder l'ascendant sur le partenaire sans jamais s'opposer à lui.
- **Puissance** : imposer et maintenir un rythme à l'intérieur du mouvement, développer de la puissance sans mettre de force inutile (kokyu)

Raideur, blocage, choc arrêt, rupture, saccade... vont à l'encontre de la "fluidité"

#### Le niveau d'exigence sera différent d'un grade à l'autre.

**1<sup>er</sup> dan** : Reproduire des formes techniques, des schémas ; disposer des "outils constitutifs" de la pratique. La "fluidité" n'est pas demandée.

**2<sup>ème</sup> dan** : manifester une compétence dans le maniement des outils ; commencer à introduire de la fluidité dans la construction des techniques : la fluidité est balbutiante.

**3<sup>ème</sup> dan** : le cadre de la fluidité est posé, les éléments sont en place, mais pas forcément maîtrisés

**4<sup>ème</sup> dan** : les éléments sont maîtrisés, la fluidité est accomplie.

Autrement dit, la progression s'organise autour de "KATA / WAZA"

KATA, c'est la forme, la reproduction des schémas, l'acquisition des outils

→ **1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> dan**

WAZA, c'est l'application, sortir des schémas pour s'adapter aux situations

→ **3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> dan**