

A.L.K.	KIME (Cette fiche n'engage que son auteur. Elle sera améliorée si nécessaire)	Page 1 / 4
Ch-L ORIOU		2014-09

Kime est un terme utilisé dans de nombreux Budo mais que je n'ai jamais entendu en *Kyudo*. Cependant, cela ne veut pas dire que dans l'esprit des sensei de *Kyudo* le sentiment de *Kime* ne soit pas présent surtout si pour eux « le *Kyudo* est un Budo ».

Kime (de *Kimeru* = porter à l'extrême) est le bref rassemblement de la totalité des énergies internes mentales et physiques (*Ki*) pour accompagner le geste sur un seul point. Ce seul point peut être dans le *Hara* ou dans la surface de frappe de la cible (briques cassées, bambou coupé, coup porté, etc.). Le *Kiai* (cris émis par l'attaquant). On parle « d'efficacité pénétrante », *Kikomî*. C'est la « décision ultime », l'« esprit de décision » qui mobilise tout l'être en un seul moment et un seul mouvement. *Kime* manifeste l'union du corps et de l'esprit jusqu'à la fin du mouvement et après. Sans *Kime*, le geste ne peut avoir d'efficacité réelle.

Kime peut être violent. En *Karatêdo*, par exemple *Kime* n'intervient que sur la dernière partie de la trajectoire de la masse qui frappe (main, poing ou pied) au moment où toute la force du corps est tout entière concentrée dans cette masse lancée à grande vitesse. Cette masse est stoppée brusquement à l'impact et l'énergie cinétique est transformée en énergie frappante. Le corps ne s'arrête pas au moment de l'impact mais continue, se prolonge dans la même direction sans qu'il y ait de véritable stade d'arrêt.

Kime peut être plus subtil avec une apparente décontraction venant à la fin d'un mouvement exécuté lentement mais avec une concentration intense. C'est ce qui donne le sentiment que l'expert agit apparemment sans grand effort.

Je vois de nombreux parallèles avec le *Kyudo*.

Savoir que nous possédons une énergie considérable jusqu'à « percer la pierre » que notre vie quotidienne nous a fait oublier est probablement un des apports des Budo pris comme discipline du développement de l'Énergie qui est en chacun (*Ki*) pour notre vie et notre santé. (Voir les éléments ci-dessous et le conte en fin de document)

Je relie personnellement *Kime* et *Yagoro* sans trop savoir encore où cela peut mener.

Hanare et l'instant de la « décision ultime » ou tout se joue dans le tir de tous les jours mais aussi en Tournois et lors des examens.

C'est peut-être cela qui impressionne les sensei et qu'ils demandent aux archers de *Kyudo*.

Kime doit probablement être perceptible dans *Tsurune* qui indique la Vérité du tir (MdK p 20).

Kime doit probablement être perceptible dans *Tekichu* qui indique la Vérité du tir (MdK p 20). Se souvenir des différents *Tekichu* mentionnés par Onuma sensei dans son ouvrage.

Kime doit probablement être perceptible dans *Zanshin*. Quand un tir a été réalisé avec toutes ses énergies (*Kime*), il faut du temps pour se récupérer et revenir à la réalité, se préparer pour la flèche suivante, en réalisant avec grâce et énergie *Yudaoshi*.

Kime se prépare bien longtemps avant l'instant ultime principalement dès l'instant où l'on fait le premier pas pour entrer sur la *Shajo* et passer de *Honza* à *Shai* pour le grand combat avec soi-même grâce à la *Mato*. La posture (*Kamae*), le regard (*Mezukai*), la respiration (*Ikiai*), la concentration dans le *Hara* mais aussi la rondeur, la fluidité, la détermination, etc. favorisent le développement de *Kime*.

Un sensei nous avait dit que les 36 cm de *Mato* étaient les 36 cm du tronc d'un homme. *Mato* était un tireur qui allait tirer sur nous juste après notre tir. Il ne fallait donc pas échouer pour rester en vie. Avec cet état d'esprit, chaque tir de *Kyudo* est « une affaire de vie et de mort ».

J'invite le lecteur à mener ses réflexions avec les informations suivantes et sa recherche.

Ce texte est extrait de Tokitsu K. (1979), « *La voie du Karaté, Pour une théorie des arts martiaux japonais* », Edition Seuil (186 pages). Les soulignements ne sont pas de l'auteur. Lorsqu'il parle ici de « force » il le renomme *Kiai* (harmonie de l'énergie, du *Ki*) plus loin.

LE KIME OU « DECISION ULTIME » (p. 54 à 63)

En karaté goshin-do, l'efficacité maximale des techniques corporelles est exprimée par l'expression *kimé* qui pourrait être traduit par « décision ultime ». **Le *kimé* recouvre deux notions : perfection formelle d'un geste et degré de force haussé jusqu'à la limite.**

Perfection formelle d'un geste

La première caractéristique intervient non seulement dans les arts martiaux, mais aussi dans les diverses pratiques culturelles japonaises qui comportent un tant soit peu de gestuelle, telles que les danses et théâtres classiques japonais, la cérémonie du thé, la calligraphie, les arrangements floraux, etc. **Au cours du déroulement de telles pratiques interviennent plusieurs moments où la perfection de la forme corporelle est décisive : elle se manifeste par un bref temps d'arrêt dans un mouvement harmonieux qui correspond, pourrait-on dire, à une condensation, du temps rassemblant celui qui fait le geste et, le cas échéant, les autres participants**, soit par rapport à l'espace qui entoure le sujet (la scène pour la danse et le théâtre), soit par rapport aux objets produits (le thé, la forme donnée aux fleurs, la calligraphie).

En de tels moments décisifs, celui qui agit doit se trouver incorporé exactement aux gestes qu'il accomplit et exister complètement dans cet acte, sans distance. Il ne doit alors exister ni pensée, ni dessein, ni même sensation de soi dans l'esprit du sujet agissant le geste, l'espace, l'ambiance, l'objet et le soi doivent former un tout.

Le court arrêt du geste marque un moment extrêmement dense qui concentre le processus de l'expression artistique qui vient d'être réalisée. L'aboutissement de la cérémonie du thé, par exemple, n'est pas seulement l'acte de boire le thé, mais de goûter tout le processus dans son déroulement définissant un temps et un espace.

Degré de force haussé jusqu'à la limite

La deuxième caractéristique du *kime*, la force, est propre au *budo* dont elle rend efficace tous les gestes techniques. **Le *kimé* sera porté à son maximum quand la forme corporelle sera pleinement réalisée, incluant la force haussée jusqu'à la limite. (...)**

Il est connu que la force musculaire maximale que nous déployons dans un état psychique ordinaire n'est pas la limite absolue de notre force musculaire. C'est-à-dire que nous ne pouvons pas utiliser notre force musculaire jusqu'à sa limite dans un état psychique ordinaire. Il existe un seuil psychique qui ne nous permet pas de faire fonctionner nos muscles à la pleine envergure de leur force. S'il nous advient de franchir ce seuil dans une situation particulière, nous déployons une force largement supérieure à celle de la vie quotidienne.

(...) Dans une **circonstance vitale**, par exemple un incendie, ou tout autre danger inattendu, on fait preuve sans s'en rendre compte d'une force largement supérieure à celle qui est habituelle. Au Japon, on a souvent constaté qu'une femme qui avait sauvé au cours d'un incendie des meubles précieux était ensuite, revenue à une situation normale, incapable de déplacer aucun de ceux-ci et s'étonnait d'avoir été capable de les emporter; l'expression populaire japonaise « énorme force de folie sur le lieu de l'incendie » rend compte de ce fait.

Je ferai l'hypothèse que le *kimé* concernant la force haussée au maximum peut être réalisé seulement au-delà de ce seuil, à certains moments choisis de l'exécution des techniques. Le processus d'exécution d'une technique pourra fonctionner comme un stimulus intérieur pour diriger vers le dépassement d'un seuil et, au moment où la forme technique parvient au *kimé*, la force sera haussée au dessus du seuil.

Nous devons donc considérer sous deux aspects l'entraînement répétitif à une technique simple (par exemple à un coup de poing) :
 premièrement, **automatisation de l'exécution correcte d'un geste, tant du point de vue de la forme que de la force** ;
 deuxièmement, **canalisation de la sensation de mouvement corporel qui deviendra un stimulus pour le dépassement du seuil en force**. Je pense qu'il s'agit là d'un processus de création de **nouveaux réseaux psychocorporels** qui ne sont pas formés au cours de notre pratique physique quotidienne. Ce deuxième aspect est souvent ignoré.

Le cri, *kiai*, poussé par celui qui exécute un mouvement, fonctionne comme un stimulus sonore envers lui-même pour créer une condition psychique qui lui permette de franchir ce seuil. En même temps, **l'expiration causée par la contraction abdominale** qui se produit au moment du *kiai* agit comme un stimulus physique interne pour la concentration de force. En effet, la **coordination de la respiration et du mouvement** a un rôle très important en *budo* ; le *kiai* est une sorte de respiration concentrée pour augmenter la force d'un mouvement choisi. En général le cri peut avoir plusieurs fonctions selon qu'il est **dirigé vers soi-même**, vers le ou les adversaires, ou vers les deux à la fois.

L'entraînement pour développer la force en karaté goshin-do doit être orienté vers cette coordination de la respiration et du mouvement en cherchant à dépasser le seuil.

Premièrement (...) la force n'est pas toujours proportionnelle à la grosseur du muscle. Elle comprend aussi la résistance de diverses parties du corps (muscles, os, articulations, système nerveux, entrailles, etc.) quand nous donnons par exemple des coups de poing et de pied, et la vitesse des mouvements. Ce sont là des conditions physiques indispensables pour arriver jusqu'au seuil (**phase ascendante**).

Deuxièmement, quand nous revenons en deçà du *kimé*, il nous faut une solidité physique suffisante pour conserver un état d'équilibre en absorbant les répercussions de la chute de force à l'intérieur du corps, consécutive au retour aux conditions normales après un dépassement de celles-ci (**phase descendante**). (...)

D'après mes recherches personnelles limitées, je peux dire que **le *kimé* est une condition psychique instantanée où ne se trouve aucune conscience de soi, aucune pensée ; c'est-à-dire une sorte de vide psychique qui intègre complètement le moi dans un mouvement corporel choisi. Le moi qui exécute un mouvement pénètre complètement dans ce mouvement et se dissout un très court instant dans ce geste corporel.** (...)

Histoire de Kenkichi Sakakibara (résumé p.62-63)

Kenkichi Sakakibara (1830-1894) était un maître de sabre. En 1887, une démonstration de *kabuto-wari* (*kabuto*, « casque en acier » ; *wari* « couper ») fut organisée pour l'empereur Meiji. Le casque est fabriqué à la main en acier particulièrement résistant, pour parer les attaques de sabre, de lance, de flèches, voire de balles ; en général il est impossible de le couper avec un sabre. Sakakibara, informé un mois avant cette démonstration, essaya de couper quelques casques, mais toujours en vain. Le sabre était chaque fois renvoyé avec un son métallique, la lame abîmée ou tordue. Le jour de la démonstration arriva. **Il avait décidé de se suicider par *hara-kiri* s'il ne réussissait pas**. Il confia son sort au dieu des arts martiaux, en se disant qu'il est impossible d'effectuer le *kabuto-wari* par la simple puissance humaine. Un casque de la plus haute qualité avait été préparé pour cette démonstration. Les deux maîtres qui précédèrent Sakakibara échouèrent, ne laissant aucune trace sur le casque; le sabre du premier rebondit avec un bruit sec, celui du second glissa sur l'armure. Sakakibara salua l'empereur, puis médita devant le casque et, sans cesser de le regarder, leva doucement son sabre, **Lorsqu'il se sentit rempli de *ki*, il frappa, avec le *kiai* « Ei ! »**, le casque resta immobile, mais la lame du sabre l'avait pénétré. Il était coupé sur une longueur de dix centimètres et demi, alors que la lame du sabre ne portait aucune trace.

Conte tiré de « les arts martiaux, toutes les disciplines » Préface J-P. Coche - Ed° Larousse

« Quand vous adoptez une stratégie martiale, il est essentiel que vous ayez une confiance inébranlable dans vos aptitudes. Vous devez posséder une conviction assez forte pour transpercer les murailles, écarter tous les obstacles. Pour vous expliquer ce que je veux dire, je vais vous raconter une vieille histoire qui nous parle d'un jeune couple d'amants.

La jeune fille fut attaquée par un tigre mangeur d'hommes et gravement blessée. Malgré tous les efforts de son amant, elle était dans un état désespéré et elle mourut. Du plus profond de son chagrin, le jeune homme décida de tirer vengeance de ce tigre qui avait tué sa bien-aimée.

Il prit son arc et ses flèches et s'enfonça dans la jungle jour après jour, à la recherche du fauve. Un jour enfin, il vit au loin la silhouette d'un tigre endormi et comprit à l'instant que c'était l'animal qui avait tué la jeune fille qu'il aimait. Il banda son arc, visa avec beaucoup de soin et lâcha la flèche qui s'enfonça très profondément dans le corps du tigre. Le jeune homme se précipita pour voir si le fauve était bien mort. C'est alors qu'il découvrit que sa flèche s'était fichée dans une grosse pierre marquée de rayures dont la forme ressemblait à celle d'un tigre endormi.

A compter de ce jour, sa réputation alla grandissant, tandis que tous les villageois parlaient de sa force, si grande qu'il pouvait transpercer une pierre de sa flèche. Certains voulurent savoir s'il parviendrait à répéter son exploit. Malgré ses efforts, tentative après tentative, les flèches ricochaient, parce qu'il savait qu'il essayait de percer une pierre avec une flèche. Tant qu'il avait cru que la pierre était un tigre, sa volonté de venger sa bienaimée lui avait permis de transpercer une pierre avec sa flèche.

Cette histoire est à l'origine d'un dicton chinois :

"La volonté est assez forte pour percer la pierre".

L'homme de guerre doit posséder une volonté aussi forte, une conviction aussi inébranlable, car cette conviction et cette foi se manifesteront sous la forme d'une puissance véritablement irrésistible. Sans cette conviction, tous vos efforts ne serviront à rien.

Bien sûr, cela n'est pas seulement vrai de la stratégie martiale, mais de toutes les choses de la vie. » (p. 139)