

## Interview de Maître MINAGAWA

*Maître Minagawa répond aux questions préparées par Jean-Louis de Gandt pour une conférence tenue lors du Kangeiko annuel de Shintaido Ile-de-France à Fort-Mahon le 25 janvier 2020.*



Shintaido a de nombreuses disciplines, Mains nues, Bojutsu, Kenjutsu, Karaté ... Selon vous, quel est le «rôle» spécifique du Kenjutsu dans ce programme Shintaido global? Qu'apprend-on avec cette pratique du Kenjutsu?

Le kenjutsu est la pratique la plus essentielle des arts martiaux japonais. Nous pouvons voir l'histoire de Shintaido en suivant les traces de nos anciens maîtres, des mots de sagesse, etc.

Le sabre peut être utilisé comme un outil ou une boussole qui peut nous montrer comment gérer nos vies, il peut nous indiquer la direction à suivre.

En étudiant le kenjutsu, nous pouvons apprendre à être précis, à nous concentrer, à développer l'énergie «Ki» et à apprendre à nous comprendre et à comprendre les autres.

Nous devons d'abord nous calmer, nous écouter, écouter notre voix intérieure, être attentif au présent, prendre en compte l'environnement, et aussi écouter nos adversaires et la nature. Ensuite, nous pouvons apprendre à gérer le temps et l'espace, à nous unir avec les autres à travers le kumite. Ce processus peut nous aider à trouver la joie, la lumière et un sens pour nos vies.

Si nous utilisons une arme dans le mauvais sens, cela peut conduire à des conflits et à la destruction. Lorsque nous utilisons un sabre, nous devons nous concentrer sérieusement sinon nous pourrions nous blesser ou blesser d'autres personnes. Nous devons pratiquer les mouvements précisément et correctement. C'est pourquoi nous pratiquons le Kihon (les techniques de base) à plusieurs reprises, encore et encore.

Maintenant, nous utilisons un sabre en bois, mais si nous utilisons un vrai sabre, nous devrions être extrêmement prudents. Même le sortir et le remettre dans le fourreau est dangereux, nous pourrions facilement nous couper les mains. Même si nous utilisons des sabres en bois ce week-end, notre intention doit être comme si nous utilisions un vrai sabre.

Au Japon, nous avons un mot «Tan ren» 鍛錬 qui signifie formation. Keiko 稽古 signifie pratiquer. Le mot Tan ren vient du processus de fabrication du sabre et est utilisé par les maîtres forgerons qui fabriquent les sabres. Tan signifie frapper / marteler et plier. Ren signifie pétrir, comme pour faire du pain. C'est le processus consistant à frapper et à plier ou à pétrir l'acier pour rendre le sabre pur.

Le mot Keiko signifie littéralement regarder en arrière - la sagesse ancienne - et apprendre d'elle.

Avant de commencer le processus de fabrication d'un sabre, les maîtres forgerons purifient leur corps et leur esprit à travers une cérémonie et en priant pour purifier leur corps, leurs pensées et leur esprit. Le chef-d'œuvre qu'ils créent devient alors un cadeau de Dieu. Au Japon, le sabre représente l'esprit de Dieu. Quand les gens meurent, un sabre est placé sur le corps pour éloigner le mal et protéger l'âme.

Dans la mythologie japonaise, il y a une histoire intitulée "Yamata no Orochi"<sup>1</sup>, qui raconte comment le Japon a été créé lorsque le dieu Susanoo No Mikoto est descendu sur terre du ciel. Il y avait un monstre appelé Orochi, qui avait huit têtes et huit queues. Le dieu a trouvé un vieux couple qui pleurait parce qu'ils étaient obligés de donner une de leurs filles chaque année au monstre. Le monstre avait déjà tué sept de leurs filles et maintenant ils devaient sacrifier leur huitième fille. Susanoo décida de la sauver. Il a demandé au couple de préparer huit tonneaux de saké et de fabriquer huit portails. Il leur a dit de mettre un tonneau devant chaque portail. Le monstre à huit têtes est venu et a bu tout le saké. Il est devenu ivre et Susanoo a pu couper toutes les têtes. Alors qu'il coupait la huitième tête, son épée a frappé quelque chose dans la queue. Il y avait un sabre à l'intérieur du monstre. C'était un sabre très spéciale.

Plus tard, ce sabre a été utilisée par Yamato Takeru - un prince japonais légendaire de la dynastie Yamato - pour arrêter un feu qui brûlait dans les champs, en coupant l'herbe. Des générations plus tard, ce sabre a été appelée Kusanagi no Tsurugi. Kusanagi signifie couper l'herbe et Tsurugi signifie le sabre<sup>2</sup>.

Le sabre légendaire Kusanagi-no-Tsurugi, qui provenait de la queue de Yamata no Orochi, ainsi que le Yata no Kagami, un miroir, et Yasakani no Magatama, un bijou incurvé, sont devenus les trois symboles impériaux sacrés du Japon.

Cette année (2019) au Japon, un nouvel empereur a accédé au trône et une nouvelle ère a commencé. Cette époque s'appelle Reiwa. Au cours de la cérémonie, les trois symboles impériaux, le sabre, le miroir et le bijou incurvé ont été remis au nouvel empereur. Ce sont les trois dons de Dieu que seul l'empereur peut posséder.

Ce mythe est très important pour les Japonais car il explique le début du Japon. Le sabre est un cadeau de Dieu, donc lorsque nous utilisons un sabre, nous l'utilisons toujours avec beaucoup de révérence et de respect. Nous le gardons propre et le protégeons. En pratiquant avec un sabre, nous essayons de trouver l'esprit de Dieu. Nous essayons de nous protéger du mal ou des difficultés, et de couper les champs en feux pour trouver la paix et la purification dans le monde.

---

<sup>1</sup> Maître Minagawa nous donne ici une version simplifiée de ce mythe dans le cadre de cette conférence. Pour une présentation plus détaillée, vous pouvez vous référer à la page wikipedia [Yamata no orochi Wikipedia page](#).

<sup>2</sup> En ce qui concerne le sabre légendaire Kusanagi-no-Tsurugi sword, voir la page wikipedia [Kusanagi Wikipedia page](#).

Lorsque Ito sensei et moi avons nommé les techniques du programme Kenjutsu, j'ai suggéré que nous donnions à «San-kajo» le nom de «kusanagi» à cause de l'image de couper l'herbe avec Kusanage -no -Tsurugi.

Le shintaido est un art martial, mais a également d'autres dimensions, méditatives, spirituelles même. C'est ce qui rend Shintaido si difficile à décrire et à expliquer. Comment décririez-vous ce mélange et interaction entre le «martial» et le «spirituel» dans le Shintaido? Peut-être qu'il n'y a pas de réponse unique pour tout le monde; alors c'est quoi pour vous?

Le but des arts martiaux ou de la voie du sabre est d'utiliser une arme pour vaincre les gens, mais notre voie à travers le Shintaido est d'étudier la voie spirituelle. Les arts martiaux visent à utiliser des armes pour se battre. Le mot Hei Ho 兵法 est utilisé. Cela signifie la stratégie de guerre. Si Hei est écrit différemment (en utilisant un autre caractère chinois 平), cela peut également signifier Stratégie de paix 平法。

Hei écrit d'une façon signifie la guerre, écrit d'une autre façon signifie la paix. Par conséquent, il existe deux façons d'étudier les arts martiaux, la voie de la guerre et la voie de la paix.

Il y a deux façons de ne pas avoir d'ennemis. Une façon est de tuer ou de détruire tous vos ennemis. L'autre façon est de devenir amis avec tout le monde.

Au XVIe siècle, des fusils ont été importés au Japon du Portugal. La voie du Samouraï a été complètement changée. Toutes les années passées à s'entraîner n'avaient plus de sens. N'importe qui, même avec peu de compétences, pourrait facilement utiliser une arme à feu et tuer. Les samouraïs se sont battus au corps à corps avec leurs sabres, face à face avec leur ennemi, mais lorsque les armes à feu ont été introduites, il n'était plus nécessaire d'être proche de l'ennemi.

Donc, à cette époque, la voie martiale s'est divisée en deux directions différentes: une façon était de développer des armes toujours plus efficaces - cette direction a conduit les humains à développer des armes nucléaires et une guerre nucléaire. L'autre façon était plus spirituelle, comment vivre, comment mourir. La méditation ou Zazen est devenue une pratique essentielle dans cette voie. La voie spirituelle des arts martiaux a commencé à se développer.

Suzuki Daisetsu a introduit la culture et la philosophie japonaise à l'Occident. Son livre, «Le Bouddhisme Zen et son influence sur la culture japonaise» a été publié en anglais en 1938. C'est un bon livre à lire si vous souhaitez en savoir plus sur ce sujet.

Carl Jung a dit que nous devons faire une sorte de voyage spirituel. La vie d'un être humain est un voyage spirituel ou un pèlerinage sur terre.

Dans le Bouddhisme Zen, il y a une histoire appelée l'histoire du troupeau de bœufs. Cette histoire décrit le voyage vers l'éveil spirituel. Cela nous rappelle que le seul endroit où nous trouvons la vérité est en nous-mêmes.

Le bœuf symbolise le vrai soi.

Le plan de l'histoire est ceci:

1. À la recherche du bœuf
2. Trouver les traces de sabots
3. Trouver le bœuf
4. Attraper le bœuf
5. Apprivoiser le bœuf
6. Monter le bœuf
7. Oubliant le bœuf, seul l'homme reste
8. Oublier le bœuf et l'homme.
9. Revenir au début et revenir à la source.
10. En route pour la ville, en balançant les bras. (Entrer dans le monde)

L'histoire du troupeau de bœufs montre que l'éveil spirituel est la chose ordinaire qui s'auto-accomplit de la manière la plus extraordinaire. Veuillez trouver l'histoire vous-même et l'étudier. Je crois que c'est cela Hei-ho 平法.

Ainsi, Shintaido en tant qu'art martial étudie la deuxième voie, Hei-ho 平法, la voie spirituelle ou la voie ordinaire.

Kumite: Lorsque nous commençons le kumite, nous devons d'abord relâcher les tensions et nous débarrasser des attachements inutiles. Ensuite, nous pouvons sentir un nouveau flux d'énergie émerger et nous pouvons commencer un nouveau mouvement suivant le flux naturel. Enfin, nous pouvons nous unir avec notre partenaire et les autres. Même si nous étudions comment couper, nous étudions en fait comment transformer le mouvement pour trouver l'harmonie.

Méditation: Par la méditation, nous recherchons le vide. Nous avons besoin de vide dans notre corps et notre esprit pour que de nouvelles choses arrivent. Si nous sommes remplis d'attachements, nous ne pouvons pas recevoir de nouvelles informations. La méditation est très importante lorsque l'on étudie comment se transformer et accepter l'énergie des autres.

Le shintaido est un type d'art martial différent. Il a été créé avec un nouveau concept comprenant 3 formes fondamentales Eiko "hymne de vie", Tenshingoso "cycle de vie" et Meiso Kumite (Wakame) "flux de la nature, suivant les sources d'énergie".

Nous étudions comment utiliser ces trois mouvements de base pour explorer la sagesse des grands maîtres anciens.

Kata: L'étude du Kata est une autre pratique importante. Kata est l'essence de la sagesse du maître qui nous montre un monde de Shin 真 (Vérité), Zen 善 (bonté) et Bi 美 (beauté).

En pratiquant le Kihon, le Kumite et le Kata, nous pouvons recevoir les messages de ces maîtres.

Shintaido a une «relation spéciale» avec la nature. Pourriez-vous commenter cela? Est-ce lié à la culture japonaise? D'où est ce que ça vient? Nous passons ici du temps sur une plage au milieu de l'hiver. Pourquoi fait-on cela?

Pratiquement parlant, Shintaido est un mouvement dynamique et a besoin de beaucoup d'espace. Nous utilisons également la voix et faisons beaucoup de bruit. Le Japon est très peuplé, donc pour ne pas déranger les gens, une plage est un bon endroit pour pratiquer. De plus, il existe de nombreux endroits où séjourner près de la plage, il est donc facile d'organiser un stage.

Kangeiko signifie froid Keiko. La raison pour laquelle nous pratiquons dans un temps froid est parce que lorsque nous sommes confrontés à la grande nature, nous réalisons à quel point nous sommes impuissants et petits. Nous essayons de trouver la nature en nous-mêmes. Grâce à cela, nous pouvons essayer de réveiller notre potentiel endormi. C'est un défi d'essayer de se débarrasser de notre ancien moi et de trouver un nouveau départ.

Le froid est effrayant. Nous avons besoin d'encouragement et de détermination pour résister au froid.

Nous faisons face à nous-mêmes et à nos propres peurs. Nous nous mettons au défi et encourageons la détermination à nous aider à surmonter les difficultés. Nous nous éloignons du bruit et des distractions de la vie quotidienne de la ville pour nous concentrer. Pour cette raison, nous aimons aller dans les montagnes profondes ou les grandes plages et nous unir à la nature.

Les moines des montagnes appartenant au bouddhisme mystique ont commencé la pratique du «Taki Gyo» ou pratique de la cascade il y a plus de mille ans. Ils ont voulu affronter la peur de la nature en se purifiant, en vivant une expérience les rapprochant de la mort.

À partir de là, les gens qui suivent les arts martiaux ont continué à se mettre au défi par temps froid.

Il existe deux façons différentes de lire le mot «nature» en japonais. L'un est lu "Shizen" et l'autre est lu "Jinen". Shizen signifie la nature. Jinen signifie existence ou immobilité. Lors d'un Kangeiko en particulier, nous essayons de trouver la vraie existence, notre propre nature en nous

Je pense qu'il y a aussi un lien avec la nature à travers le shintoïsme.

Dans le shintoïsme, tout dans la nature est un dieu, par exemple les montagnes, les arbres, les rivières sont tous des dieux. Ces dieux nous donnent des bénédictions sous forme de nourriture et de bonheur, mais ils apportent également des catastrophes et des crises. Les gens ont peur des dieux alors ils font des offrandes. Ils offrent de la nourriture des récoltes et remercient les dieux pour leur protection. Il existe de nombreuses cérémonies à travers les étapes de la vie, pour remercier les dieux pour leur protection. Il existe de nombreuses coutumes dans la vie quotidienne. La plupart des maisons ont un autel shinto appelé 'Kamidana' où vivent les dieux qui protègent la maison. La première nourriture de la journée

est offerte à ces dieux. Les agriculteurs et les pêcheurs ont des cérémonies spéciales auxquelles ils participent avant de partir, pour demander aux dieux protection et récoltes ou pêches abondantes.

Le Shintaido est un art martial qui nous aide en fait à mieux nous relier aux autres: Comment diriez-vous que cela se produit? Qu'est-ce qui, dans notre pratique, facilite et améliore notre connexion et notre interaction avec les autres?

Grâce à des techniques d'attaque et de défense en kumite, nous pouvons établir une véritable communication avec les autres. Le Shintaido n'est pas un sport. Ce n'est pas compétitif. Comme il n'y a ni gagnant ni perdant, nous pouvons continuer à faire des kumite sans fin.

Lors d'un kumite, il faut d'abord ressentir l'énergie «ki» du partenaire. Nous devons étudier comment gérer le temps et l'espace en lisant le timing. Le but n'est pas de se battre mais de se comprendre, ce qui signifie s'unir aux autres.

Nous devons être aussi purs que possible, nous devons donc nous vider. Ensuite, il est facile de donner et de recevoir librement. Grâce à ce processus, nous pouvons nous comprendre profondément. Nous pouvons trouver la joie de vivre au lieu du conflit. Être coupé est important, cela signifie que votre propre ego est coupé.

Il y a 5 niveaux dans la croissance spirituelle des artistes martiaux: Shuchu (concentration) - Toitsu (unification) - Shinten (progression) - Seiketsu (sainteté) - Rakuten (liberté parfaite)

Lors d'une conférence où j'ai rencontré le Dalaï Lama, l'un des principaux moines qui était un organisateur a demandé au Dalaï Lama comment créer la paix au milieu des conflits.

le Dalaï Lama a répondu: «Dans le bouddhisme, nous devons d'abord tout rejeter à l'intérieur de nous-mêmes, puis ce qui reste est la joie et la lumière. Il a dit que nous devrions faire briller la lumière en nous-mêmes, puis diffuser progressivement la lumière à ceux qui nous entourent, puis diffuser la lumière plus loin dans la société ».

Il y a un dicton célèbre de Saicho, un moine du bouddhisme Tendai qui vivait au VIIIe siècle. Il a déclaré: «Ceux qui peuvent s'éclairer eux mêmes ainsi qu'un coin sombre sont un trésor national».

Le Dalaï Lama a déclaré que l'important est la non-violence. Puis j'ai réalisé que c'était Hei Ho 平法 - la stratégie de paix. J'ai réalisé que Shintaido est le chemin de la paix. Je pense que le but du kumite est de vous ramener à zéro, et avec un partenaire de répandre la joie et le bonheur.

Ensuite, il y a une connexion avec Hikari to tawamureru. C'est le Keiko que j'aimerais faire avec tout le monde.

Vous avez mentionné plus tôt que Kangeiko est également l'occasion de nettoyer le passé et d'être ouvert à de nouvelles choses au cours de la nouvelle année. Pourriez-vous nous en

dire un peu plus là-dessus, d'où cela vient, sur l'état d'esprit du passage d'une année à l'autre dans la culture japonaise peut-être?

Shinto incorpore des rituels de purification appelés "Oharai" et Shintaido s'inspire de plusieurs de ces mouvements de coupe. Oharai est un mouvement exécuté par les prêtres shinto lorsqu'ils veulent nettoyer l'espace, appeler les esprits et les calmer. Il est également utilisé pour montrer sa gratitude aux ancêtres ou aux esprits. C'est comme le mouvement Shintaido Kiri harai.

Avant le Nouvel An, tout le monde nettoie sa vie. Cela signifie rembourser toutes les dettes et rendre l'argent emprunté, cela signifie faire un grand nettoyage dans la maison afin qu'il n'y ait pas de saleté ou de poussière nulle part. Les gens cuisinent beaucoup de nourriture spéciale à offrir aux dieux, et aussi pour se reposer et profiter des premiers jours du Nouvel An sans cuisiner. De nombreux invités viennent rendre visite et une nourriture spéciale est offerte.

Au Nouvel An, nous nous régénérons et revenons à l'esprit du débutant d'origine. Ensuite, nous célébrons l'année à venir et demandons santé et bonheur.

Au Japon, vers 23 h 45, les gens se rassemblent dans les temples locaux et participent aux 108 coups de la cloche du temple. Cela représente les 108 péchés humains. Donc, en frappant la cloche, nous demandons à être nettoyés. Ensuite, nous nous rassemblons dans un endroit vaste et attendons que le soleil levant apparaisse à l'horizon. C'est pourquoi les plages et les montagnes sont de bons endroits pour se rassembler.

Le Kangeiko est la cérémonie traditionnelle du monde Keiko qui se tient au début de l'année.

Et pour conclure, vous pourriez peut-être nous dire votre propre définition de Daiwa (si vous ne l'avez pas encore fait avant l'interview), qu'est-ce que cela signifie pour vous, aujourd'hui, maintenant, à mi-chemin de ce Kangeiko?

Ma propre définition de Daiwa s'exprime dans le kata les huit coupes du diamant qui cristallise mes 50 ans de pratique du Shintaido.

Tout d'abord, je me suis demandé comment expliquer ou introduire le sens de couper avec un sabre aux occidentaux. Je voulais expliquer qu'il ne s'agissait pas de blesser ou de tuer des gens. J'ai buté là dessus pendant longtemps.

Dans le Kenjutsu, il y a une expression «Satsu Jin Ken» qui signifie le sabre qui tue. Il y a aussi une expression «Katsu Jin Ken» qui signifie le sabre libérateur. Si vous ne coupez pas sérieusement avec le sentiment de Satsu Jin Ken, vous ne pouvez pas accéder à la coupe libératrice de Katsu Jin Ken.

L'expression finale est «Ka-Satzu Jizai»

Jizai signifie être soi ou libéré. Cela signifie que les coupes Satsu et Katsu sont les mêmes, il n'y a pas de dualité entre elles. S'il n'y a pas de dualité entre les coupes Katsu et Satsu, alors vous avez atteint la liberté de Ka Satsu Jizai. Tel est l'objectif du Kenjutsu.

Je pense que Tenshinken fixe un objectif pour le Shintaido Kenjutsu.

Il est très difficile d'enseigner comment couper et aussi comment être coupé avec le sentiment «Tenshinken» (Ichi ka jo ou Kirioroshi no kumite). C'est une coupe libératrice que j'ai expérimentée de la part de mon maître, et je réfléchis à la façon de transmettre ce sentiment depuis très très longtemps. Tenshinken signifie vérité universelle ou vérité céleste.

Pendant que je faisais des recherches sur les arrangements Tenshingoso, j'ai visualisé les 5 éléments que sont l'air, le feu, l'eau, le vent, la terre. Je pouvais incarner quatre éléments mais je ne pouvais pas incarner le cinquième élément «feu». C'était très difficile. Pendant la méditation dans le mudra «Kon go I», j'ai soudainement compris comment montrer le feu.

C'était la rencontre de Tenso et Shoko, comme des silex frappés pour faire du feu. La direction de l'énergie ki dans Tenso monte, et la direction de l'énergie ki de Shoko descend et avance, donc ensemble les mouvements sont comme frapper des silex ensemble. En faisant le mouvement tenso, j'ai ressenti le sentiment de recevoir la grâce du ciel et cette lumière m'a pénétré. Elle a rencontré la lumière à l'intérieur de moi et a fait une étincelle. Cette position est Shoko ou «Kon Go I» (le mudra de diamant). Soudain, Tenshingoso, Eiko et Wakame se sont tous cristallisés dans le kata des 8 coupes du diamant.

Le feu peut tout brûler pour créer des diamants ou du cristal, donc couper avec ce sabre signifie brûler toutes les choses inutiles pour nous rendre comme du cristal brillant. C'est pourquoi j'ai appelé le mouvement Diamant.

Il y a huit coupes mais huit signifie aussi l'infini. Plus il y a de coupes, plus un diamant brillera. Si nous continuons à faire de nombreuses coupes, nous serons conduits à Hikari to tawamureru.

Toutes mes techniques martiales, toutes mes expériences spirituelles, et mon apprentissage sont unifiés dans ce mouvement. J'ai compris que même les personnes qui ne peuvent pas bien bouger peuvent le faire par un mouvement intérieur ou un travail d'image.