



## 1. CONNAISSANCES HISTORIQUES

Le fondateur du Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu est Iizasa Choisai Ienao. Il est né il y a plus de 600 ans (1387-1488), dans le village de Iizasa, situé dans la préfecture de Chiba, au sud de Tokyo. Sa contribution à la pérennité de la culture japonaise est indéniable et il a ouvert la voie à plusieurs autres arts martiaux. À l'époque, il n'existait pas d'école d'arts martiaux mais seulement quelques familles qui en conservaient la doctrine. Ienao s'exerça depuis l'enfance à manier le sabre et la lance, pour parvenir à maîtriser les techniques de combat. Au champ de bataille, il ne cesse de se battre mais jamais ne perd, et bientôt sa réputation dépasse les limites de sa province.

Un jour qu'il visitait le temple Katori, il fut profondément touché et décida de s'installer à cet endroit pour y pratiquer et y approfondir les arts martiaux. Puis, à l'âge de 64 ans, il s'installa près du temple Katori, où est encore érigé un monument à sa mémoire. Tous les matins, avant le lever du jour, été comme hiver, Ienao pratiquait l'art du sabre, de la naginata et du yari. Ses exercices se poursuivaient toute la journée et se terminaient par un bain de purification en eau glacée et des prières devant le temple Katori. De retour dans sa demeure, il étudiait, jusqu'à épuisement, des textes religieux et philosophiques. Il poursuivit cette ascèse, dit-on, durant 1000 jours.

Au cours d'une nuit, le dieu du temple Katori (Futsunushi no o kami) lui apparut en rêve sous la forme d'un jeune garçon, assis sur la branche d'un vieux prunier, à l'endroit même où se déroulait la pratique journalière. Le dieu interpella Ienao, lui demandant de s'approcher afin de lui remettre un rouleau du Heiho shinsho (le



## TENSHIN SHODEN KATORI SHINTO RYU



traité divin de la stratégie guerrière), et lui disant : « Chosai, tu seras le maître des escrimeurs de l'Empire ». Après ces mots, le jeune garçon bondit de l'arbre et disparut. À son réveil, Ienao était toujours en possession du manuscrit, le Heiho shinsho, contenant la description de techniques et stratégies martiales. Suite à cette révélation, Ienao prit le nom de « Choisai » et fonda son école de sabre, qu'il nomma en utilisant le terme Katori, pour souligner l'apport du dieu du temple Katori. Afin d'honorer le dieu Futsunushi no o kami, il ajouta également l'expression Tenshin Shoden (transmis des dieux). Puis il adjoint le mot Shinto, qui signifie sabre immaculé, désignant ainsi son art comme le Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu.

Il pratiqua avec acharnement pendant plusieurs années encore. À l'âge de 70 ans, il fut consacré grand professeur de sabre et considéré presque à l'égal d'un dieu. Il fonda une école Son école prospéra et il enseigna à de nombreux disciples. Le légendaire Miyamoto Musashi lui-même figure dans le registre de l'école. Chosai Ienao mourut un 15 avril, à l'âge vénérable de 102 ans. Presque tous les arts du maniement du sabre inventés au milieu de l'ère Ashikaga ont reçu l'influence de son école. Premier descendant de Morichika, le seigneur de Wakasa, il a bien suivi l'enseignement de son père. Il excella surtout dans l'art du maniement de la lance. Depuis lors, ses descendants ont fait de nombreux disciples à travers tout le Japon.

Maître Ienao avait dénommé son école TENSHIN SHODEN KATORI SHINTO RYU, mais par la suite, d'autres noms servirent à la désigner. Toutefois, en 1940, il fut décidé de ne plus utiliser que le nom original. Le TENSHIN SHODEN KATORI SHINTO RYU est un témoignage historique de l'héritage culturel du Japon. On le désigne souvent par le terme **KOBUDO, qui signifie ARTS**



**MARTIAUX ANCIENS.**

Il recouvre plusieurs techniques d'armes

japonaises, notamment :

Le KEN JUTSU (techniques de sabre) :



(102 cm)



Bokken (102 cm) et wakisashi (80 cm)

Le IAI JUTSU (l'art de dégainer le sabre et de trancher) :



Le BO JUTSU (techniques de bâton long de 1,8 m) :



Le NAGINATA JUTSU (techniques de fauchard de 2,10 m)





## 2. GÉNÉALOGIE

**Iizasa Choisai Ienao (1387-1488)**



Suivent vingt générations de descendants...



**Maître Yoshio Sugino (1904-1999)**

**Maître Goro Hatakeyama  
(Menkyo Kaiden)**



**Maître Alain Floquet, directeur international  
(Menkyo Chuden)**



Maître **Goro Hatakeyama** fut nommé Menkyo Kaiden (le plus haut grade) par Maître **Yoshio Sugino**, avec qui il a étudié et dont il fut l'assistant durant plus de vingt-cinq années. Il est la référence actuelle.

Maître **Alain Floquet**, le plus ancien disciple non japonais de feu Maître **Sugino Yoshio**, fut nommé Menkyo Okuden par Maître **Minoru Mochizuki** en 1988 et Menkyo Chuden par Maître **Hatakeyama** en 1994. Il est l'initiateur du Katori Shinto Ryu au Canada.

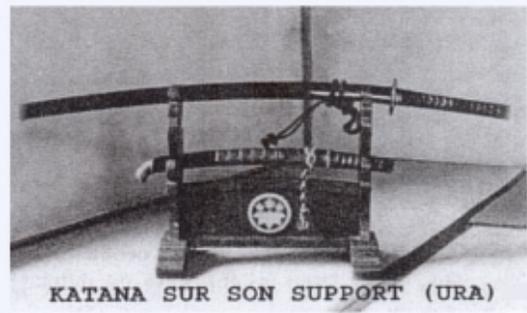
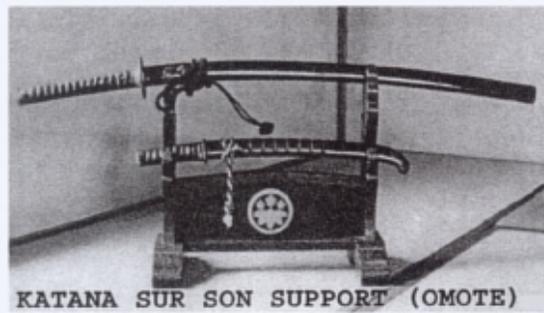
Au Québec, des conseillers techniques sont assignés à la section Kobudo. Ils sont responsables de l'évolution et du développement du Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu au sein de l'AAKQ.



### 3. LES ARMES

Anciennement, le Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu était une discipline regroupant plusieurs arts martiaux. De nos jours, on y pratique surtout le kenjutsu, le bojutsu, le naginatajutsu et le iaijutsu.

<p style="text-align: center;"><b>KATANA</b></p> <p>Sabre (arme blanche courbe à un seul tranchant) de plus de 60cm. Il est porté glissé dans la ceinture, tranchant dirigé vers le haut. Porté avec un wakizashi, ils forment le <i>daisho</i>. Le katana est une arme de taille (dont on utilise le tranchant) et d'estoc (dont on utilise la pointe).</p>	<p style="text-align: center;"><b>IAITO</b></p> <p>Arme d'entraînement japonaise, qui imite le katana et permet l'étude du iaido et du iaijutsu. Les iaito sont faits, pour la plupart, d'un alliage d'aluminium et de zinc; de densité plus faible que l'acier du katana. Ils ne sont pas affûtés et peuvent être utilisés pour l'étude et l'entraînement avec un danger moindre. Ils ne sont pas adaptés au contact ou à la ou à la coupe.</p>
<p style="text-align: center;"><b>BOKTO (ou BOKKEN)</b></p> <p>Sabre japonais en bois reprenant la taille, la forme et la sensation à l'utilisation du katana. Il sert principalement à l'entraînement.</p>	<p style="text-align: center;"><b>BO</b></p> <p>Très long bâton (6 pi), en bois ou en bambou. Le principe de base du bojutsu est d'accroître la force délivrée lors d'un coup par une des extrémités du bâton, grâce au bras de levier, d'autant plus important que le bâton est long.</p>
<p style="text-align: center;"><b>NAGINATA</b></p> <p>Anciennement, la naginata était un bo auquel on avait ajouté une lame de katana. Cette arme était utilisée sur les champs de bataille pour couper les jarrets des chevaux. C'était une arme également efficace dans le combat à mi-distance contre un guerrier à pied.</p>	<p style="text-align: center;"><b>YARI, WAKISASHI, DAISHO</b></p> <p>Le yari (lance) est une hallebarde de 9 pieds. Le wakisashi (kodashi) est un sabre court. Le daisho désigne l'ensemble du katana et du wakisashi, dérivé des termes daito (sabre long) et shoto (sabre court).</p>

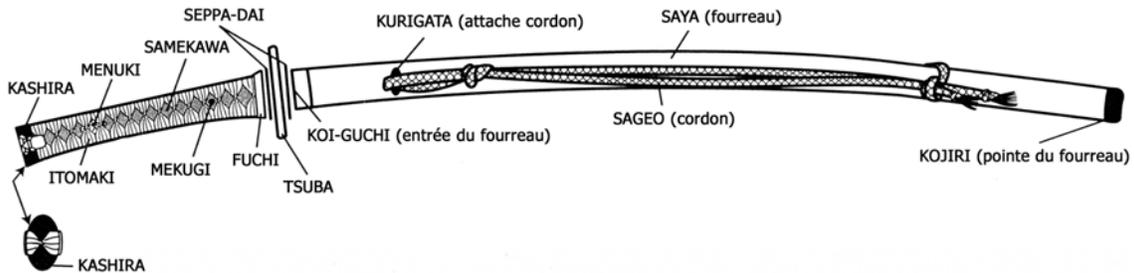


En temps de paix, le katana et son wakizashi sont installés sur le support, la tsuka vers la gauche. En temps hostile, la tsuka est dirigée vers la droite, ce qui facilite le dégainage.

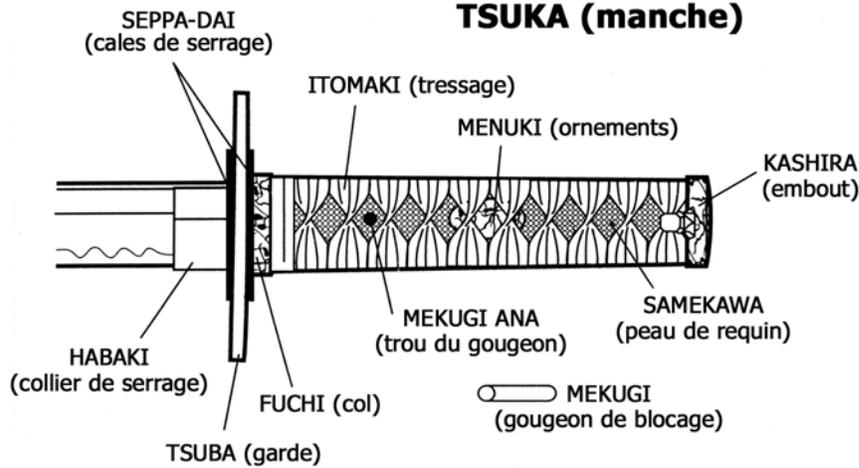


### 4. LES PARTIES DU SABRE

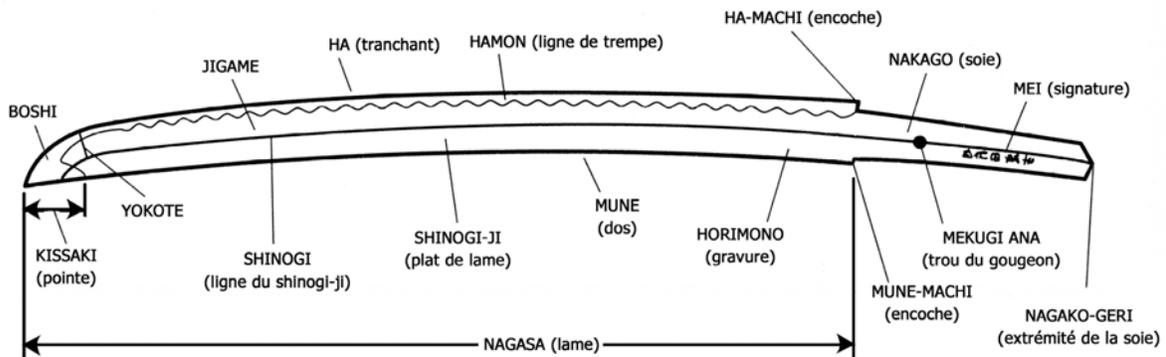
## KATANA



## TSUKA (manche)



## TSUBA (garde)





NOMENCLATURE DES PRINCIPALES COMPOSANTES  
DU SABRE JAPONAIS  
LE KATANA

<b>KASHIRA</b> Pommeau du sabre	<b>SAGEO</b> Cordon passant dans le kurigata	<b>NAGAKO-GERI</b> Extrémité de la soie
<b>MENUKI</b> Pièce ornementale sur chaque côté du sabre	<b>KOJIRI</b> Extrémité du fourreau	<b>MUNE-MACHI</b> Échancrure séparant la lame de la soie du côté du dos
<b>SAMEKAWA</b> Peau de requin ou de raie recouvrant la poignée	<b>HABAKI</b> Collier entourant le talon de la lame	<b>HORIMONO</b> Motif gravé sur la lame
<b>SEPPA-DAI</b> Entretoises (cales) situées de chaque côté de la tsuba	<b>JI</b> Côté de la lame	<b>MUNE</b> Dos de la lame
<b>KURIGATA</b> Attache du sageo sur le fourreau	<b>HI</b> Gorge des deux côtés de la lame	<b>NAGAKO-GERI</b> Extrémité de la soie
<b>SAYA</b> Fourreau	<b>BOSHI</b> Dessin de la ligne de trempe sur la pointe	<b>MUNE-MACHI</b> Échancrure séparant la lame de la soie du côté du dos
<b>ITOMAKI</b> Poignée tressée	<b>JIGAME</b> Partie inférieure de la lame, sous le shinogi	<b>HORIMONO</b> Motif gravé sur la lame
<b>MEKUGI</b> Cheville maintenant la poignée sur la lame	<b>HA</b> Tranchant de la lame	<b>MUNE</b> Dos de la lame
<b>MENUGI ANA</b> Orifice du menuki dans la soie	<b>HAMON</b> Dessin de la ligne de trempe	<b>SHINOGI</b> Arête sur le côté de la lame
<b>FUCHI</b> Virole située sur la poignée près de la lame	<b>HA-MACHI</b> Échancrure séparant la lame de la soie du côté du tranchant	<b>SHINOGI-JI</b> Partie située au-dessus du shinogi
<b>TSUBA</b> Poignée du sabre	<b>NAKAGO</b> Extrémité de la soie	<b>YOKOTE</b> Ligne située à la pointe et reliant le shinogi au ha.
<b>KOI-GUCHI</b> Ouverture du fourreau	<b>MEI</b> Signature sur la soie du sabre	<b>KISSAKI</b> Pointe du sabre
		<b>MONO UCHI</b> Tiers de la lame situé vers la pointe



## 5. CONNAISSANCE DU REI-SHIKI

L'étiquette est indispensable dans tous les arts martiaux. Le pratiquant doit démontrer le « salut » traditionnel avec le Iaito.

### **Premier salut (début de l'exercice) :**

Partir de la position debout, le talon du pied droit dans l'arche du pied gauche, le torse légèrement tourné vers la gauche. Dans cette position, le IAITO est tenu à la verticale en avant du corps, à 45 degrés, la main droite est placée sous la SAYA à la hauteur de la TSUBA. Le pouce et l'index entourent la TSUBA et les trois autres doigts entourent la SAYA. La main gauche est placée au niveau du MONO UCHI, les doigts sont droits et collés. La distance du corps au IAITO est de 10 cm environ. Avancez de trois pas en débutant par la droite. Le pied droit en avant, déposez le genou gauche au sol et déplacez légèrement le pied droit vers la droite. Placez le IAITO horizontalement en avant au niveau des épaules et saluez. Placer le IAITO à la verticale, le KOJIRI (la pointe du SAYA) au sol. Avec la main gauche, saisissez la SAGEO et lissez-la jusqu'au bout en gardant l'extrémité dans la main, puis repliez-la trois fois. Placez la SAGEO regroupée près de la TSUBA et retenez-la avec les doigts de la main droite. Avec la main gauche, ajustez votre OBI afin de ménager un espace pour y insérer le IAITO. Le IAITO toujours en position verticale, saisissez la SAYA au niveau du MONO UCHI avec la main gauche et guidez le KOJIRI vers le trou préparé dans le OBI. Placez la main gauche au niveau de la TSUBA, le pouce sur la TSUBA, la main droite revient se placer à plat sur l'intérieur de la cuisse droite. Amenez la TSUKA au niveau de votre menton puis étendez le bras vers l'avant et sur votre gauche (*le bras doit être complètement déplié*). Ramenez la TSUKA au niveau de votre menton puis étendez votre bras vers l'avant et sur votre gauche une deuxième fois. Placez le IAITO au niveau



normal (*la KASHIRA devrait être devant au centre de votre corps au niveau du nœud de votre OBI*) dans le OBI puis avec la main droite, agrippez la SAYA au niveau de la TSUBA et saisissez la SAGEO avec la main gauche. Défilez jusqu'au bout en laissant tomber le cordon entre votre corps et la SAYA. Étant placé en arrière de la SAYA, agrippez le bout de la SAGEO et placez-le (*en avant gauche*) sous votre OBI. Demeurez en position *IAI-GOSHI* (*position basse, agenouillé et accroupi sur les talons, orteils pliés*).

**Deuxième salut (fin de l'exercice) :**

De la position debout, le talon du pied droit dans l'arche du pied gauche, le torse légèrement tourné vers la gauche. Détachez le bout de la SAGEO sous votre OBI et tirez vers votre arrière en le laissant tomber entre la SAYA et votre corps. De votre main droite, saisissez la SAYA au niveau de la TSUBA et placez votre main gauche par dessus la SAYA en vous assurant d'avoir la SAGEO entre la SAYA et votre main. Sortez votre SAYA avec la main droite et laissez-la glisser entre votre main gauche jusqu'au début du MONO UCHI. À ce point la main gauche se ferme sur la SAYA et dans cette position, le IAITO est tenu à la verticale en position 45 degrés devant le corps, la main droite sous la SAYA à la hauteur du TSUBA. Le pouce et l'index entourent la TSUBA et les trois autres entourent la SAYA. La main gauche au niveau du MONO UCHI, les doigts droits et collés. La distance du corps au IAITO est de 10 cm environ. Avancez de trois pas en débutant par la droite. Le pied droit en avant, déposez le genou gauche au sol et déplacez légèrement le pied droit vers la droite. Placez le IAITO horizontalement en avant au niveau des épaules et saluez. Replacez le IAITO en position verticale, à 45 degrés, puis relevez-vous. Quittez le tatami en marche arrière, en commençant par reculer le pied droit.



## 6. LES KIAI

L'école Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu enseigne trois kiai :

AI

préparation

IA E

détermination

TO

finale

*Kiai* est un terme japonais, utilisé dans les *budo*. Il est composé des kanji

- 気, qui se lit « *ki* », et désigne l'énergie interne, l'âme, l'esprit, la volonté...
- 合, qui se lit « *ai* » (contraction de « *awasu* »), réunir.

Le *kiai* est un cri particulier : l'air est bloqué au niveau de la gorge ou de la glotte par la contraction des muscles. Anatomiquement, ce mouvement, s'il est bien contrôlé, peut provoquer la contraction simultanée de la plupart des muscles du torse et de l'abdomen, ce qui peut amortir les coups reçus par le pratiquant. La maîtrise du *kiai*, le *kiaijutsu*, demande une bonne connaissance et un bon contrôle de l'appareil respiratoire et des muscles de l'abdomen. Le *kiaijutsu* développe donc la force, la durée et la maîtrise de la respiration.

(Encyclopédie Wikipedia)



## 7. LES KAMAE

## TERMINOLOGIE – KENJUTSU

POSITIONS DE BASE	ATTAQUES DE BASE
SEIGAN NO KAMAE	TSUKI
MIGI JODAN NO KAMAE	MATA ZUKI
HIDARI JODAN NO KAMAE	O GAZUMI
MIGI GEDAN NO KAMAE	AI GAZUMI
HIDARI GEDAN NO KAMAE	AIZUKI
IN NO KAMAE	MAKI UCHI MEN
SHA NO KAMAE	OMOTE YOKO MEN UCHI
SHIN NO KAMAE	URA YOKO MEN UCHI
SUWARI MIGI GEDAN NO KAMAE	OMOTE DO UCHI
WAKI TORI	OMOTE DO UKE
KOSHI NO KAMAE	URA DO UCHI
	SHIMESU
KO GASUMI	KESA GIRI
TE URA GASUMI	KUBI GERI (OMOTE & URA)
TORI (TACHI & SUWARI)	KOTE GIRI
	SURI GIRI
HANETE OU HANERU	ASHI GIRI
KUBI UKE	KIRI AGE – KESA AGE
KABUTE	FURI OROSHI
HOTSU NO TACHI	OKACHI DACHI
TATE JI <i>MONJI</i>	KEN OTOSHI
NEVARI	TSUKA UCHI
SASU	NODO TSUKI
JUJI	SUGETSU TSUKI

## KEN ET IAI

**TATE SHIMONGI** (sabre vers le haut)

**NE VARI** (contrôler le sabre, le neutraliser)

**TACHI VARI** (prendre le centre)

**AI GOSHI** (position basse, agenouillé et accroupi sur les talons, orteils pliés.)

**HANETE** (chasser la lame par en dessous)



**TERMINOLOGIE – BOJUTSU**

<b>POSITIONS DE BASE</b>	<b>ATTAQUES</b>
MIGI SEIGAN NO KAMAE	TSUKI
HIDARI SEIGAN NO KAMAE	TSUKI OTOSHI
MIGI CHUDAN NO KAMAE	MATA ZUKI
HIDARI CHUDAN NO KAMAE	MEN UCHI
YO NO KAMAE	URA MEN UCHI
MIGI SUWARI GEDAN NO KAMAE	OMOTE YOKO MEN UCHI
HIDARI SUWARI GEDAN NO KAMAE	URA YOKO MEN UCHI
SHIGOITE = SHIGO KU	OMOTE DO UCHI
JODAN UKERU	URA DO UCHI
O SAETE	OMOTE SUNE UCHI
HIDARI JORAN NO KAMAE	URA SUNE UCHI
HIKI ZUE NO KAMAE	IN NO MARU
SHA NO KAMAE	SHIMESU
KUBI NO KAMAE	O SAETE
TATE BO NO KAMAE	MATA ZUKI
TAME TE MATSU (sha vers l'avant)	SHIKI ZUE NO BO
GEDAN KAMAE NO BO	TATE NAMI NO BO
KAKAMI KAMAE NO BO	ABARA
DENKO KAMAE NO BO	MATE AGE
IN NO KAMAE NO BO	KOMAITE OU OSAETE GURUMA
KOBUTE	AI-SUKI (MATA)
BO NO GEDAN	
HIKI ASHI	





**TERMINOLOGIE – NAGINATAJUTSU**

<b>POSITIONS DE BASE</b>	<b>ACTIONS OFFENSIVES</b>
SEIGAN NO KAMAE	ICHIZUKI
MIGI CHUDAN NO KAMAE	MEN UCHI
HIDARI CHUDAN NO KAMAE	OMOTE YOKO MEN UCHI
HIDARI GEDAN NO KAMAE	URA YOKO MEN UCHI
JODAN UKERU	OMOTE DO UCHI
IN NO KAMAE	URA DO UCHI
O SAETE	OMOTE SUNE UCHI
HIDARI JODAN NO KAMAE	URA SUNE UCHI
YAMA MEGURI	MATA AGE
YOKO JUMONGI : Naginata à l'horizontale, pointe vers l'arrière.	SHIMESU
	KESA GIRI
	KUBI GIRI
	KATA GIRI
	KOTE GIRI
	KOTE AGE
	ASHI GIRI
	KIRI AGE
TATE JUMONGI : Naginata à la verticale.	





## 8. LES KATA

### PROGRAMME DES PREMIER ET DEUXIÈME DAN

#### 1<sup>er</sup> DAN (kirikami shoden)

- 4 Ken (kiri komi, uke dachi)
- 2 Bo (Seri ai no bo, Sune kujiki no bo)
- 6 Iai dont un avec iaito

#### 2<sup>e</sup> DAN (kirikami chuden)

Le programme du 1<sup>er</sup> Dan, plus :

- 4 Bo (uchi komi et uke dachi) : Sayu no bo, Kasa hazushi no bo, Hane tsurube no bo, Tate nami no bo
- Sayu no bo, Kasa hazushi no bo, Hane tsurube no bo, Tate nami no bo
- Tous les iai *Katori* (11), dont 4 avec iaito
- 1 Naginata : Itsutsu no naginata (kiri komi)



## 9. LES GRADES

### TITRES ET GRADES YUDANSHA KOBUDO

TITRES	ÉQUIVALENCES	
KIRI KAMI SHODEN	1 <sup>er</sup> Dan	切紙初傳
KIRI KAMI CHUDEN	2 <sup>e</sup> Dan	切紙中傳
MOKUROKU SHODEN	3 <sup>e</sup> Dan	目錄初傳
MOKUROKU CHUDEN	4 <sup>e</sup> Dan	目錄中傳
MENKYO SHODEN	5-6 <sup>e</sup> Dan	免許目錄
MENKYO CHUDEN	6-7 <sup>e</sup> Dan	免許中傳
MENKYO OKUDEN	7-8 <sup>e</sup> Dan	免許奥傳
MENKYO KAIDEN	9-10 <sup>e</sup> Dan	免許皆傳

Reconnaissance des compétences et du niveau d'un pratiquant en fonction des accréditations d'aujourd'hui et des diplômes anciens. Maître Hatakeyama décerne des titres et des diplômes selon la tradition japonaise d'origine.



10. LA COMMISSION TECHNIQUE

RAYMOND DAMBLANT MENKYO SHODEN

EDMOND WARWZYNIAK MENKYO SHODEN

PIERRE ROUSSEAU MENKYO SHODEN

RICHARD PROULX MOKUROKU CHUDEN

JEAN PRIEUR MOKUROKU CHUDEN

DANIEL COURCHESNE MOKUROKU CHUDEN

STEVE LEBLANC MOKUROKU CHUDEN

JOSETTE LANTEIGNE MOKUROKU SHODEN

