

Le Salut REI

« Karate Do Wo Rei Ni Hajimari, Rei Ni Owaru Koto Wo Wasuruna »

Le premier des 20 préceptes énoncés par Funakoshi Gichin.

Le karaté commence et se termine par « rei », le respect.

Dans un dōjō, le salut est codifié et chacun tient formellement sa place.

Voici, sur les bases de la tradition japonaise comment se déroule le cérémonial du salut dans notre dōjō.

Il y a les élèves, les kōhai, formant une ligne. Selon la couleur de ceinture. La ceinture marron la plus âgée du côté opposé à la porte d'entrée jusqu'au débutant le plus jeune au plus proche de l'entrée.

Proche de l'entrée, formant une ligne perpendiculaire, les nouveaux et les invités. Les sensei invités, au niveau du maître du dōjō.

Face aux invités et formant la perpendiculaire par rapport aux élèves les plus avancés, les sempai du dōjō.

Ils ont au moins un premier dan. Ils ont pour rôle d'être des modèles dans leur comportement et leur travail, d'être le relais entre professeur (sensei) et élève.

En France on pourrait parler de tuteur ou de mentor.

Chaque élève ayant une ceinture plus avancée est le sempai d'un élève qui a une ceinture moins avancée. Les sempai du dōjō le sont pour tous les élèves.

L'élève qui a le plus d'expérience au sein d'un même groupe de couleur de ceinture ou grade est le sempai du plus jeune que lui.

Enfin, face aux élèves, le sensei.

Sensei signifie professeur.

C'est ainsi qu'on nomme toute personne transmettant un savoir.

Il peut être entouré de ses assistants, eux même pouvant tenir le rôle de sensei pour les sempai et les kôhai.

L'élève du dôjô qui connaît les techniques « secrètes », le curriculum théorique et technique du dôjô se tient le plus éloigné de l'entrée, au plus proche d'une sortie de secours.

Le salut est dirigé vers le kamiza. Photo, symbole, etc.. représentant le fondateur et/ou son, ses successeurs.

Dans certains ryû ou kôryû (les anciennes écoles) liées au shintoïsme, une cérémonie a lieu à la mort du fondateur, du sôke, pour que son esprit rejoigne un objet qu'il possédait. Bien souvent c'est son wakizashi (petite épée qu'on reçoit à ses 13 ans quand on suit la voie des samourais) ou son katana qui est choisi.

Le sensei du dôjô est le plus proche du kamiza.

Cette organisation a pour but de garder les techniques avancées le plus loin possible des regards, de permettre aux kohai, sempai et sensei de protéger au mieux le sensei du dôjô et au gardien du curriculum de pouvoir éventuellement fuir.

Chez nous, le professeur principal et celui qui connaît le curriculum est la même personne. Il est donc au centre des autres professeurs.

Dans notre dôjô, le kôhai le plus avancé donne les ordres du salut. Ça peut être le sempai le plus expérimenté ou l'assistant principal du sensei du dôjô.

Maintenant nous allons détailler et expérimenter le cérémonial du salut.

D'abord,

Musubi dachi : talons joints, la tête haute, le menton un peu rentré, comme pour étirer la nuque, comme pour se grandir. On imagine être suspendu à un cheveux relié au ciel. On aspire le nombril, on va chercher à le plaquer à la colonne vertébrale. Les bras le long du corps, les épaules ouverte.

Pour descendre, on recule le pied gauche, orteils flexes, le genou gauche au niveau de la balle du pied. Le pied droit vient s'aligner. On étend les pieds. On s'assoit en laissant l'espace d'une feuille entre les fesses et les

talons. Les femmes laissent l'espace d'un poing entre les genoux, les hommes de 2.

Seiza : Posture formelle du cérémonial du salut.

Le seiza est une façon de s'asseoir qui correspond à un cérémonial. La plupart du temps on s'assoit en tailleur. Le seiza est habituellement plus répandu chez les femmes.

Les samourais s'asseyaient bien plus souvent en tailleur qu'en seiza. A part dans certaines situations comme la cérémonie du thé par exemple ou encore dans un dôjô.

Cette façon formelle de s'asseoir exprime du respect.

Shômen ni rei – ou nommer le fondateur de l'école = Ôtsuka sensei ni rei -

Prononciation : shoomène ni léé.

Il n'y a pas de « R » en japonais, il se prononce « L » .

« ei » se prononce comme un é allongé.

« ni » est une particule d'attribution. Rei signifie respect. Soit « je respecte le fondateur » « je respecte le professeur Ôtsuka »

On s'incline en formant un triangle avec les mains. On amène le front au dessus du triangle.

Sutte (inspire en descendant) / Haite (expire en bas) / Sutte (inspire en remontant)

Sensei ni rei : « j'exprime mon respect au professeur »

Prononciation : Sè n séé.

Sutte/Haite/Sutte.

Sempai ni rei : « je respecte mes aînés »

Otagai ni rei : « je respecte les autres »

Au moment de l'inclaison, tout le monde prononce « yoroshiku onegaishimasu » : une formule de politesse qui signifie « je vous prie d'être indulgent avec moi ». Indiquant que nous allons tous faire de notre de mieux.

Kiritsu : Debout.

Orteils flexes, on se relève droit sur les genoux, balle du pied droit revient au niveau du genou gauche. Le pied gauche rejoint le pied droit.

Position musubi dachi du départ.

Inclinaison du haut du corps : Sutte/Haite/Sutte.

Dans certains dôjô, on commence par un temps de méditation mokuso. Un temps où on calme, on ralentit sa pensée.

Pour certains, qui pensent en arborescence, on va parler de « calmer le singe ». L'image vient du fait qu'on symbolise le fil des pensées comme un singe qui irait de branches en branches. On va ralentir sa progression et contempler la forêt, son environnement.

Pour d'autres, il s'agira d'un ciel et d'observer les nuages passer de plus en plus lentement, jusqu'à la contemplation d'un ciel bleu.

En seiza, on instaure mokuso, par exemple, le temps d'une histoire zen de Dogen : Un disciple se rend chez un professeur célèbre, il s'installent tous les 2 pour boire le thé. Le professeur le sert. Ils commencent la dégustation et l'élève raconte son parcours. Il expose ses expériences, ce qu'il connaît, ce qu'il a appris, etc. Alors le professeur reprend la théière et verse à nouveau du thé dans la tasse pleine. L'élève s'écrie alors « mais qu'est ce que vous faites, je ne peux pas boire ce thé, ma tasse est déjà pleine ». Comme ton esprit, lui répondit le professeur.

Mokuso yame.