

# Éléments techniques fondamentaux du kenjutsu

par Stéphane Gaiffe

<http://aikidobesancon.over-blog.com/article-29407790.html>

## *Les différentes gardes (kamae)*

La garde, ou kamae en japonais, est une position correspondant au début ou à la fin d'une coupe. C'est logiquement une position d'attente en début de combat. Les gardes se font à gauche (hidari) et à droite (migi), de manière symétrique à l'exception de la position des mains sur la poignée (tsuka) qui ne varie pas.

### Les cinq principales gardes sont :

- **seigan no gamae** : l'escrimeur est de face, le sabre pointé devant lui ; si l'on poursuit la courbe de la lame, la courbe passe entre les deux yeux de l'adversaire, le sabre est ainsi à une hauteur moyenne (chūdan) ; cette garde permet de frapper d'estoc (tsuki) ou bien de changer de garde pour effectuer une coupe (« armer » le coup) ;
- **hassō no gamae** : le sabre est tenu lame vers le haut, la poignée (tsuka) au niveau de l'épaule ; il est prêt à frapper en diagonale vers le bas (kesa giri) ;
- **jōdan no gamae** : le sabre est tenu au-dessus de la tête (position haute, jōdan), lame pointant vers le haut, prêt à frapper de haut en bas (shōmen) ;
- **gedan no gamae** : le sabre est tenu pointe en bas, la poignée au niveau du bassin (position basse, gedan), prêt à frapper en diagonale vers le haut (gyaku kesa giri).
- **waki no gamae** : le sabre est tenu horizontalement, au niveau du ventre, la pointe dirigée sur le côté ;

Pour la garde à gauche (hidari waki no gamae), le pied gauche est reculé, et du fait de la position des mains sur la poignée (tsuka), le poignet droit couvre le poignet gauche ;

pour la garde à droite (migi waki no gamae), le pied droit est reculé.

La garde la plus usitée en kashima est **Mu Kamae**, une garde basse qui donne l'impression de ne pas être prêt mais qui permet de jaillir dans toutes les directions.

L'orientation du plan de la lame (hasuji) est capitale. Lorsque l'on est en garde, le sabre doit pouvoir couper sans qu'il soit besoin de faire pivoter la lame ; la lame est déjà dans le plan de coupe lorsque l'on est en garde.

## *Les différents coups*

### **Les cinq principaux coups sont :**

- **tsuki** : coup d'estoc ; l'inclinaison de la lame dépend des conditions :
  - si l'adversaire est en armure avec un gorgerin, il faut faire pénétrer la lame sous le gorgerin puis la tourner afin de le soulever ;
  - - si l'on pique à la gorge (non protégée), on peut incliner la lame afin de la faire ressortir par une coupe horizontale au lieu de lui faire faire « marche arrière » ;
  - - si l'on tient la lame horizontale, cela fragilise grandement la préhension et le risque de se faire désarmer est important ;
- **shōmen** : coupe du haut vers le bas (men désignant la tête) ; la coupe part d'une garde jōdan no gamae et arrive à une garde chūdan (plus basse que la garde geidan no gamae) ;
- **kesa giri** : coupe en biais de haut en bas, tranchant de la base du cou aux côtes flottantes de l'autre côté ; on parle parfois de yokomen (« côté de la tête ») ;
  - soit elle part d'une garde hassō no gamae, et arrive à une garde proche de gedan no gamae,
  - - soit elle part d'une garde jōdan no gamae, le coup ayant alors la forme d'une virgule ;
- **gyaku kesa giri** (« kesa giri inversée ») : coupe diagonale de bas en haut ; elle part d'une garde gedan no gamae, elle exige un remplacement pour reprendre une garde (par exemple hassō no gamae) ;
- **yoko guruma** (« roue latérale »), ou do giri (coupe de la cuirasse), ou encore ichimonji (le sabre a un mouvement similaire au pinceau écrivant le kanji ichi) : coupe horizontale au niveau du ventre ; elle se fait d'une garde waki no gamae, et en fin de coupe, il suffit de faire pivoter les poignet pour avoir la garde waki de l'autre côté.

## *Les parades et contres*

La notion de parade est très différente de la notion européenne. En effet, en kenjutsu, on ne cherche pas à bloquer la lame (à l'exception des techniques d'arrêt : domaru waza ou uchi dome), car cela l'émuuserait et risquerait de la briser, ou bien on risquerait de la lâcher. La défense consiste plutôt à « recevoir » la lame de l'adversaire (ukeru), c'est-à-dire à esquiver le coup tout en mettant sa lame au contact de celle de l'attaquant, afin de la contrôler et que celui-ci ne puisse pas frapper à nouveau ; **les deux lames glissent l'une contre l'autre.**

Dans l'idéal, l'esquive-parade permet de se replacer et de contre-attaquer.

### **Parmi les techniques élémentaires, citons :**

- **kiri kaeshi** (contre-coupe), ou **uke nagashi** (recevoir et continuer) : contre une coupe venant d'en haut (shōmen, éventuellement kesa giri) ou un coup d'estoc (tsuki), mouvement consistant à monter les mains et orientant la pointe de la lame vers le bas, pour laisser glisser la lame de l'attaquant contre la lame levée (la lame protège l'avant-bras) tandis que l'on fait un pas de côté, ce qui permet de frapper ensuite en une coupe diagonale (kesa giri) ;

- **maki otoshi** (renversement en rouleau) : contre une coupe venant d'en haut (shōmen) ou une attaque d'estoc (tsuki), on recule d'un pas en contrôlant la lame, puis on écarte la lame par un mouvement de rouleau (maki) ce qui crée l'ouverture pour frapper (mouvement proche d'un « contre-de-sixte » ou d'un « contre-de-quarte » de l'escrime française) ;
- **kiri otoshi** : en partant d'une garde hasso, lorsque l'adversaire coupe, on effectue un coupe par-dessus à 45 ° de sa coupe ou du plan de sa lame (hasuji) ; s'il attaque shomen ou tsuki, on coupe en kesa giri ;
- **kiri age** : en partant d'une garde basse (gedan), lorsque l'adversaire coupe, on remonte son sabre selon une trajectoire diagonale, mais contrairement à une coupe gyaku kesa giri, c'est le flanc de la lame, ou le dos, qui intercepte la coupe.

Dans la logique japonaise, les termes ci-dessus ne décrivent pas une forme mais plutôt un principe de combat (de même qu'un kanji peut avoir plusieurs sens). Par exemple, maki otoshi peut s'exécuter en écartant la lame avec un mouvement de coupe plutôt qu'un mouvement d'enroulement et la coupe peut même servir à écarter la lame et à frapper dans le même mouvement (forme dite i to i shin, « un sabre, un corps »).

On peut travailler les contre des contres. Par exemple, un mouvement maki otoshi écarte la lame de l'attaquant par un mouvement de rouleau ; celui-ci peut alors continuer le mouvement circulaire et passer sous la lame de l'adversaire se placer de manière à la frapper (tsuki). L'adversaire peut alors tenter d'écarter la lame de l'autre côté (vers sa droite)...