



# Ecole de JODÔ

## Shintô Musô Ryû



### JODÔ, historique de notre école

La légende veut que le samouraï Musô Gonnosuke se mesura aux meilleurs de son temps et ne fut jamais vaincu jusqu'au jour où il rencontra le célèbre Miyamoto Musashi. Lors de ce duel, Musô Gonnosuke fut vaincu par la redoutable technique à 2 sabres de Miyamoto Musashi.

Après cette défaite, Musô Gonnosuke sillonna le pays pour renforcer sa pratique en étudiant de nombreux styles; finalement, il fut convaincu d'avoir trouvé l'arme idéale, avec un simple bâton un peu plus long (128 cm) qu'un sabre moyen, mais avec l'avantage d'avoir autant de lames que de degrés sur sa circonférence. Musô Gonnosuke adapta et mis en pratique les différentes techniques basées sur les armes qu'il avait étudiées, dont la lance, la hallebarde, le grand bâton et le sabre.

Ainsi naquit le Jojutsu ! Selon la légende, Musô Gonnosuke obtint de Miyamoto Musashi un nouveau duel qu'il remporta cette fois, et ce fut la seule et unique défaite du célèbre Samouraï.

La tradition Shintô Musô Ryû s'est perpétuée depuis sa création (1605) à nos jours; Me Takaji Shimizu transforma, après la 2ème guerre mondiale, le "Jojutsu" en "Jodô" qu'il souhaita développer à travers le monde; cette école a ainsi été introduite en Europe par Me Pascal Krieger, qui après la disparition de Me Shimizu en 1978 suivit l'enseignement de Me Tsuneo Nishioka (décédé en 2014).

### JODÔ, l'étude

Les différents Dôjos européens sont regroupés au sein de la Fédération Européenne de Jodô ([www.fej.ch](http://www.fej.ch)) dirigée par Me Pascal Krieger, et les enseignants agréés de la Fédération dirigent de nombreux stages tout au long de l'année. Le Jodô se pratique à deux, d'un côté le sabre de bois (Ken) qui remplace le sabre original, de l'autre le JO (le bâton) qui sert à la défense, et nous portons l'habit d'entraînement traditionnel composé du *hakama* et de l'*uwagi*.

Le rôle du Ken (*Ushidashi*) peut sembler passif vu de l'extérieur mais il est primordial : c'est lui qui permet au JO d'exercer sa technique de manière réaliste, par des attaques précises et franches; ce rôle devrait normalement être tenu par des pratiquants avancés, sachant s'adapter au niveau technique du JO et favorisant son apprentissage.

La transmission de l'école se fait par l'étude continue des techniques de base (*Kihon Tandoku* et *Kihon Sotai*), et de séries de katas, un peu plus de 60 katas, à exécuter du côté JO et du côté Ken; chaque série se distingue par un thème qui marque une progression dans l'étude technique ou mentale du pratiquant.

L'étude porte sur plusieurs armes et nous apprenons assez rapidement les notions de base du sabre (Ken). Plus tard l'élève commencera l'apprentissage des katas de **Kenjutsu** (*Shintô Ryû Kenjutsu*, 12 katas) et encore du bâton court, le **Tanjo** (*Uchida Ryû Tanjojutsu*, 12 katas); ensuite les plus avancés s'initieront au maniement de la faucille avec chaîne et boule d'acier, le **Kusarigama** (*Isshin Ryû Kusarigama*) et de la matraque de fer, le **Jutte** (*Ikkaku Ryû Juttejutsu*); en parallèle à l'étude du Jodô certains élèves pratiquent aussi le **Iaidô**, l'art de dégainer le sabre.

### JODÔ, au-delà de l'exercice

Le Jodô est une pratique très dynamique qui favorise la prise de conscience de son propre corps dans l'espace et la présence d'un "adversaire" développe la concentration et la vigilance.

L'absence de compétition et le respect des enseignements ont permis de préserver les techniques traditionnelles, dans un esprit de **Budô**, où l'aspect martial n'est pas prioritaire; une pratique assidue permettra aussi à l'élève de développer ses qualités personnelles et de cultiver les valeurs de notre école, Shintô Musô Ryû, qui sont les 5 vertus ou "Gojô" :

**Nin** (bienveillance) **Gi** (justice) **Rei** (étiquette) **Chi** (connaissance) **Shin** (confiance)