



NITAI



Magazine du Dép. de Nihon Tai-Jitsu de la Féd. Royale Espagnole de Judo et
DA Saison IV N° 7- Annexe Juin 2010

Annexe:

« Voyage au Japon 2010 »

VOYAGE AU JAPON 2010**Carnet de Voyage****29 MARS – 12 AVRIL 2010**

Un voyage au Japon à la découverte des hauts lieux du Budo a été organisé par Philippe Galais pour la FMNITAI et sous la direction de Roland Hernaez Sensei.

Ce voyage articulé autour de 3 étapes principales, Kyoto, Shizuoka et Tokyo avait le double objectif de faire découvrir aux participants une partie de l'immense patrimoine historique et culturel de Japon et la pratique des arts martiaux au sein de trois écoles : le Nippon Seibukan de Kyoto, le Daito Ryu Aikijujitsu Takuma Kai et l'Aikido issu de l'Aikido Yoseikan de Minoru Mochizuki Sensei.

Le groupe de 20 participants (17 ceintures noires de Nihon Tai Jitsu) arrive au Japon au Kansai International Airport (Osaka) le 30 Mars à 08:45 après 12 h de vol... puis transfert à Kyoto où nous allons passer 5 jours.



Kawano Kancho : démonstration dans le Seibukan

Après un rapide déjeuner sur le pouce dans un « convenient store » (petit supermarché très pratique ouvert 24h/24) nous allons visiter le célèbre Kinkaku-ji (pavillon d'Or) avant de rejoindre le dojo de Kawano sensei qui a organisé une démonstration de toutes les écoles du Seibukan de Kyoto dont le Nihon Tai Jitsu. Nous avons ouvert la démonstration après le discours de Kawano Sensei. Puis se sont enchaînés Iaido, Aikido (équipe garçon et filles puis étudiants de grande école), Sambo et karatedo.

La Soirée est passée à la vitesse d'un éclair se clôturant par un Dîner de bienvenue organisé au restaurant en notre honneur par Sensei Kawano et les autres Sensei du Seibukan. Certains ont pu découvrir les propriétés euphorisantes du sake et de la bière japonaise qui coulaient à flot dans les mains de nos hôtes.

Après une nuit de sommeil bien méritée, nous visitons le Nijo-jo (ancien palais shogunal) puis le sanctuaire Heian Jinja, avant pour certains de faire quelques



achats au handycraft center (boutique de souvenir sur plusieurs étages).



Hôtel à Kyoto

L'après midi est consacré à la pratique du Karatedo dans le dojo de Okada Sensei (Nippon Seibukan). Okada Sensei nous a fait travailler le principe de la décontraction dans les techniques avant de nous enseigner un kata de son école. Après 3 heures d'entraînement dans son dojo situé au bord du lac Biwa avec Okada Sensei sous la direction et l'oeil attentif de Kawano Sensei nous rejoignons Kyoto pour un diner de fin de séminaire plus calme que la veille avec Kawano Sensei et Uchiyama Sensei.

Les deux jours suivant sont réservés à la visite de deux sites historiques inévitables, Nara et Himeji.

Entourée de collines boisées, Nara fut la première capitale du Japon en 710 pendant 75 ans. Ce grand centre bouddhiste rassemble des temples disséminés dans un vaste parc. On y achète des galettes qu'on donne aux « messagers des dieux » du lieu, des daims peu farouches et en grand nombre qui vivent en liberté dans le parc. A noter que ces fameux daims dévorent également les plans touristiques de la ville et n'hésitent pas à vous mordre les fesses si vous oubliez de les nourrir ! Les grandes étapes de cette journée ont été le Temple Kofuku-ji "Temple de la Félicité prospère" (pagode à 5 étages datant du 15^e s - 2^eme du Japon), le Sanctuaire Kasuga Taisha (sanctuaire aux 3000 lanternes de fer, de bois ou de pierre), le Temple Horyu-ji (cette pagode est le plus vieux édifice en bois du monde), et le fameux Todai-ji (plus grand édifice en bois du monde abritant la plus grande statue de bouddha en bronze du monde 16m construite en 752).

Himeji-jo (château d'Himeji) est l'expression la plus parfaite de l'architecture de château du début du XIV^e siècle au Japon. Ce château, dit du « Héron blanc » est classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Il comprend 83 bâtiments, avec des dispositifs de défense très élaborés et d'ingénieux systèmes de protection édifiés au début de la période du shôgunat. C'est un chef-d'œuvre de construction en bois qui associe un véritable rôle fonctionnel à un grand attrait esthétique, par l'élégance de son aspect et ses murs de terre blanchis, et par la subtilité des relations entre les masses des bâtiments et les multiples plans de ses toits. Nous avons eu la chance de pouvoir admirer la beauté de ce château encore plus mise en valeur par la finesse de la couleur rose des cerisiers en fleurs.



Araki Sensei durant la réalisation d'une technique



Photo de groupe au dojo de Sensei Araki

Nous rentrons en début d'après midi pour trois heures de Keiko avec Araki Sensei (Daito Ryu Aikijujitsu Takuma Kai) avant un repas tous ensemble. Nous avons, à travers de nombreuses techniques, travaillées sur le placement du corps, du hara et l'utilisation des poignets dans les techniques de suwari et tachi waza.

Le lendemain, dernière visite de Kyoto avant le départ pour Shizuoka. Nous en profitons pour visiter notamment le Kyomizu Dera dédié à la déesse Kannon aux onze têtes dont la terrasse sur pilotis offre une superbe

vue sur les toits de Kyoto, puis le Quartier de Gion avant de flâner librement dans Kyoto... jusqu'à l'heure du Shinkanzen.

Arrivée à Shizuoka dans la soirée. Cette ville est la 5^e plus grande ville du Japon. Anciennement nommée Sunpu elle a été dirigée notamment par Takeda Shingen puis Tokugawa Ieyasu. C'est une ville d'étape sur la Tokaido, célèbre route qui rejoint Edo à Kyoto. Connue pour la qualité de son thé vert, les cultures de fraises et de wasabi. Pour nous c'est surtout la ville natale de Minoru Mochizuki où il installa son dojo en 1931, le Yoseikan (littéralement « maison de l'enseignement de la droiture »).



Festival de Shizuoka

Surprise, nous sommes attendus à la gare par Sato san qui nous accompagnera partout durant tout notre séjour à Shizuoka jusqu'à notre départ 5 jours plus tard sur le quai du Shinkanzen pour Tokyo. Il nous guidera le premier jour dans cœur du Shizuoka Sakura no matsuri le lendemain. Ce festival « des cerisiers en Fleur » est organisé à la mémoire des défilés conduits par Ieyasu Tokugawa, fondateur du Shogunat d'Edo au 17^e siècle.

2 Journées d'Excursion en car avec Norio Sugiyama durant lesquels nous découvrons le plateau du Nihon Daira et sa célèbre vue sur

le Mont Fuji (3776 m) malheureusement complètement bouchée par les nuages ce jour là... le Kunozan Toshogu (Temple et tombeau de Ieyasu Tokugawa), Château de Kakegawa, Mt. Minobu Dîner et karaoke dans un petit restaurant familial.

Dernière journée à Shizuoka, shopping et après midi au Onsen (bain traditionnels japonais dans des sources naturelles d'eau chaude).

Shizuoka c'est aussi et surtout 4 soirées de pratique intense de l'Aikido avec Washizu sensei, l'un des deux derniers assistants de Minoru Mochizuki Sensei. Grosse émotion pour la plupart de pénétrer et de se retrouver dans « le » Dojo de Minoru Mochizuki Sensei. Dans la bonne humeur et sous le regards amusé et bienveillant de Washizu Sensei devant nos difficultés à exécuter certains mouvement qui paraissent si naturels entre ses mains, nous travaillons de très nombreuses techniques dont une série de sutemi (sa spécialité !) et d'étranglements, et des défenses contre deux adversaires. Nous repartirons heureux et comblés, la tête pleine de techniques, mais surtout le corps plein de sensations et en mémoire les précieux conseils de Washizu Sensei : travailler décontractés, sans force et sans temps d'arrêt... des mouvements somme toute fluides et naturels.



Sensei Washizu

Après la corvée des valises qui commencent à sérieusement prendre du poids et du volume, nous quittons le jeudi matin Shizuoka pour Tokyo. Sayonara de Sato san que nous saluons tous et remercions chaleureusement avant de « l'abandonner » seul sur le quai, grand moment d'émotion...



Dojo Yoseikan

Nous arrivons 1h30 après à Tokyo station, au milieu de l'effervescence de cette gare immense et fourmillante de milliers de voyageurs en transit... Quelques stations de Métro plus tard, nous découvrons notre Ryokan, dernière demeure de notre voyage. Plus d'entraînement de prévu pour ces 4 derniers jours, mais de nouvelles découvertes culturelles en perspective.

Dès midi nous nous dirigeons vers le Temple Senso-ji dédié à la déesse de la miséricorde

Kannon et quartier d'Asakusa (rue avec de très nombreuses boutiques de souvenir, attention à la valise et le porte monnaie !) puis le Marché Amayeko. Tout va très vite ensuite, le Temple Sensakuji avec le célèbre Cimetière des 47 Ronnins, le quartier de l'électronique d'Akihabara, les gratte-ciel de et petits bars de la Golden Gay de Shinjuku by night, le Musée d'Edo (histoire de Tokyo - reconstruction du village d'Edo du 16è s), le tout ponctué du traditionnel bain du soir dans le O Furo du Ryokan (il n'y a pas de salle de bain individuelle).



Dernière journée à Tokyo avec le Sanctuaire Meiji Jingû (sanctuaire shintô le plus important de Tokyo, havre de paix au cœur d'un bois) et ballade dans le quartier adjacent « branché » d'Harajuku puis celui de Shibuya.



Pour notre dernière journée au Japon, nous visitons KAMAKURA. En 1185, Kamakura devint la nouvelle capitale du Japon suite à une décision du Shôgun Minamoto no Yoritomo. Le gouvernement de Kamakura domina le Japon pendant plus d'un siècle jusqu'en 1333. Les collines boisées de Kamakura abritent de nombreux temples bouddhiques et son fameux grand bouddha. Nous retrouvons un couple d'amis japonais qui nous avait été présentés par Maître Hernaez il y a une dizaine d'année et qui seront nos guides pour la journée. Après les visites du Grand Bouddha de Kamakura

(DaiButsu), du Temple Hase Dera dédié à la déesse Kannon à 11 têtes, nous faisons une halte à la plage (5 min à pied du Grand Bouddha !). Après le déjeuner nous allons au temple pour un défilé dans le cadre du festival de Kamakura avant d'avoir la chance de bénéficier d'une séance d'initiation au Zen dans un Dojo de Zen ainsi qu'une initiation à la cérémonie du Thé dans la pièce consacré à cette discipline de la maison de nos hôtes. Nous terminons cette magnifique journée par un dîner à Kamakura dans un restaurant de tepanyaki (plaque chauffante) avant de rejoindre Tokyo, bain, valise, nuit de sommeil, réveil tôt, métro, Narita Express, avion, métro, boulot, dodo... la tête pleine de souvenirs.

Philippe Galais

5^e Renshi dan Nihon Tai Jitsu - 6^e dan Nihon Ju Jitsu

Brevet d'Etat français d'Educateur sportif 2^e degrés

Membre des commissions techniques française et mondiale