



**EFNTJ**

Ecole Française de Nihon Taï Jitsu



# FICHES TECHNIQUES

## « Ateliers budo »

## Outils pédagogiques



France et Organisations Satellites francophones



**Edition 2021**

[nihon-tai-jitsu.fr](http://nihon-tai-jitsu.fr)



## SUIVI DES MODIFICATIONS

Version 1.0 : Version initiale - Février 2016

Version 1.1 : Nouvelle identité visuelle – Mars 2018

Version 1.2 : Mises à jours – Septembre 2019

## VALIDATION

Ce document a été élaboré par Monsieur Olivier POUTOIRE et supervisé, contrôlé et validé par Roland HERNAEZ fondateur de la discipline.

Olivier POUTOIRE  


Roland HERNAEZ  
Le Fondateur  


Président de l'EFNTJ  






# TABLE DES MATIERES

<b>LE MOT DU PRESIDENT DE L'EFNTJ .....</b>	<b>5</b>
<b>LE MOT DU FONDATEUR DU NIHON TAI JITSU SENSEI ROLAND HERNAEZ.....</b>	<b>7</b>
<b>PREAMBULE.....</b>	<b>9</b>
1. Le constat :.....	9
2. Les causes :.....	9
3. Un outil pédagogique simple :.....	10
4. Conclusion :.....	10
<b>FICHES BUDO SUR LE THÈME «LE JAPON ET LES ARTS-MARTIAUX» .....</b>	<b>11</b>
Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.1.....	13
Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.2.....	14
Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.3.....	15
Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.4.....	16
Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.5.....	17
Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.6.....	18
Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.7.....	19
Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.8.....	20
Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.9.....	21
Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.10.....	22
<b>FICHES BUDO SUR LE THÈME « LES ARTS-MARTIAUX: GÉNÉRALITÉS » .....</b>	<b>23</b>
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.1.....	25
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.2.....	26
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.3.....	27
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.4.....	28
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.5.....	29
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.6.....	30
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.7.....	31
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.8.....	32
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.9.....	33
Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.10.....	34
<b>FICHES BUDO SUR LE THÈME «LE NIHON TAÏ-JITSU».....</b>	<b>35</b>
Thème « Le NihonTaï-Jitsu»: Fiche budo 3.1.....	37
Thème « Le NihonTaï-Jitsu»: Fiche budo 3.2.....	38
Thème « Le NihonTaï-Jitsu»: Fiche budo 3.3.....	39
Thème « Le NihonTaï-Jitsu»: Fiche budo 3.4.....	40
Thème « Le NihonTaï-Jitsu»: Fiche budo 3.5.....	41
Thème « Le NihonTaï-Jitsu»: Fiche budo 3.6.....	42



Thème « Le NihonTaiï-Jitsu»: Fiche budo 3.7 .....	43
Thème « Le NihonTaiï-Jitsu»: Fiche budo 3.8.....	44
Thème « Le NihonTaiï-Jitsu»: Fiche budo 3.9.....	45
Thème « Le NihonTaiï-Jitsu»: Fiche budo 3.10 .....	46
<b>ANNEXE .....</b>	<b>47</b>

## LE MOT DU PRESIDENT DE L'EFNTJ

Ce document est le résultat d'un long travail de recherches effectué par monsieur Olivier POUTOIRE, professeur club de Saint Jean dans la banlieue de Toulouse, titulaire d'un BEES 1<sup>er</sup> degré, 3<sup>ème</sup> dan Nihon Tai Jitsu FFKDA, 5<sup>ème</sup> dan Nihon Ju Jitsu F.M.NI.TAI. Il a été construit sous forme de fiches questions/réponses afin de servir d'outil pédagogique et de faciliter son utilisation que ce soit par les professeurs mais aussi par tous les pratiquants.

Ce travail a été supervisé, contrôlé, et validé par Roland HERNAEZ, fondateur de notre discipline, BEES 2<sup>ème</sup> degré, 9<sup>ème</sup> Dan Nihon Tai Jitsu FFKDA, 10<sup>ème</sup> Dan Nihon Ju Jitsu du Nippon Seibukan de Kyoto (Japon), 10<sup>ème</sup> Nihon Ju Jitsu F.M.NI.TAI, HANSHI.

Je tiens à féliciter Olivier pour le travail accompli et son implication pour le développement de notre discipline.

Président de l'EFNTJ

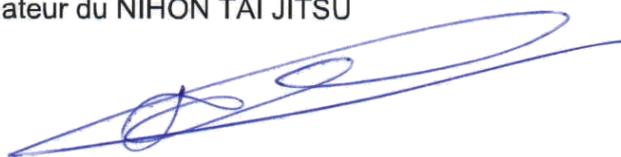




## LE MOT DU FONDATEUR DU NIHON TAI JITSU SENSEI ROLAND HERNAEZ

Le projet de créer l'outil Pédagogique  
"ATELIER BUDO" vient de se concrétiser grâce  
aux recherches d'Olivier POUTOIRE. Ce domaine  
constitue un élément de base pour notre discipline.  
L'aspect culturel rejoint l'histoire et je  
ne puis que féliciter l'auteur de ce document -  
Chaque pratiquant quelque soit son niveau  
y trouvera matière à réflexion et richesse  
dans l'étude des ARTS MARTIAUX Traditionnels -

Roland HERNAEZ  
Fondateur du NIHON TAI JITSU





# PREAMBULE

## 1. Le constat :

Pour un pratiquant d'arts-martiaux et en particulier un Nihon Taij-Jitsuka, il est important d'avoir une certaine connaissance de l'historique et de l'esprit du Budo. Afin de comprendre l'étendue des difficultés que pouvaient rencontrer nos gradés face à la préparation de cet atelier, il m'a été demandé de travailler sur ce problème. J'ai proposé un questionnaire et un QCM répartis en trois thèmes (Japon et Arts Martiaux – Arts Martiaux : Généralités – Le Nihon Tai Jitsu), à plus d'une quarantaine d'élèves de tous niveaux afin d'avoir une première estimation sur leurs acquis. Le résultat fut surprenant.

 *L'analyse ci-dessous ne s'appuie que sur les réponses des élèves ayant participé au test, il ne s'agit pas d'une généralité.*

### Les Kyu

N'ayant pas d'atelier de ce type lors des passages de grade, il en résulte qu'ils n'ont que très peu de connaissances sur l'histoire de notre discipline et quasiment aucune sur les deux autres thèmes.

### Les ceintures noires

Comme il y a cet atelier aux passages de grade des ceintures noires, un travail de recherche est fait, mais bien souvent trop tardif aux vues des connaissances à acquérir. De ce fait, leurs connaissances sont bien souvent approximatives sur les trois thèmes.

## 2. Les causes :

Il ressort de cette observation que les élèves appréhendent énormément cet atelier et par conséquent :

-  Soit ils décident de faire l'impasse sur le Budo, car ils pensent que leurs lacunes sont trop importantes et qu'ils n'auront jamais le temps d'y remédier.
-  soit ils se perdent dans leurs recherches et finissent par se noyer devant l'étendue du sujet.

*Une remarque significative fut récurrente dans les réponses des élèves questionnés :  
« Il y a tellement d'informations et de questions possibles qu'on ne sait plus où chercher et quoi retenir »*

### **3. Un outil pédagogique simple :**

L'idée de ce document est de pouvoir répondre à ceux qui pensent ne pas pouvoir combler leurs lacunes, à ceux qui ne savent pas où chercher mais également aux professeurs qui peuvent s'appuyer dessus afin de préparer au mieux leurs élèves à cet atelier.

Divisé en trois thématiques, il pose la question, donne une réponse simple mais également des éléments de recherches pour ceux qui voudraient approfondir le sujet.

Cet outil est fait de façon à ce que la plupart des réponses se retrouvent dans l'une ou l'autre des fiches, et ce, même si le professeur décide de modifier la question d'origine.

Les fiches sont notées par niveau de difficulté (étoiles) afin de pouvoir classer chaque question par grade par exemple.

Avec nos plus jeunes pratiquants, cet outil doit être plus ludique. Il peut servir pour leur créer des QCM, les fiches pouvant être données selon le niveau afin de se constituer un cahier Budo, voir même faire l'objet de recherches avec les parents. Quelle que soit la manière, il semble important qu'ils aient eux aussi un « Atelier Budo ».

### **4. Conclusion :**

Il est important que tous les pratiquants du Nihon Tai-Jitsu aient un certain bagage historique et culturel des arts martiaux traditionnels dès les premiers kyu. Avec l'aide de cet outil, introduire l'Atelier Budo dans nos passages de Kyu peut être un moyen de lisser les connaissances sur plusieurs années, afin d'obtenir des résultats plus conséquents lors des passages.

**Fiches Budo sur le thème**  
**«Le Japon et les arts-martiaux»**





## Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.1

### ***L'évolution des techniques martiales des guerriers japonais se caractérise par 3 termes, lesquels ?***

Réponses :

- Le Bugei « pratique guerrière », le Bujutsu « techniques de la guerre », et le Budo « voie de la guerre ».

Réponses plus détaillées :

- Dans le Bugei, les techniques sont étudiées et codifiées en méthodes de combat. Elles sont classées en 18 arts : les Bu-gei ju-happan, en vue de leur enseignement. Emergences des « Ryu » (écoles).
- Le Bujutsu désigne spécifiquement les applications pratiques de techniques martiales à des situations de combat réel (expérimentées sur les champs de bataille). Ces techniques de combat sont développées à partir des Bugei anciens.
- Budo est un terme moderne et fait référence à la pratique des arts martiaux comme à un mode de vie. C'est également la création des arts martiaux traditionnels. Les Arts Martiaux s'imprègnent de philosophie, obligeant parfois à accorder une prédominance plus spirituelle que physique.

Niveau de difficulté : ★★★★★☆



## Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.2

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Daimyô » ?***

Réponses :

- Daimyô est un titre de noblesse donné au gouverneur le plus puissant du japon féodal.

Réponses plus détaillées :

- Le **daimyô** gouvernait un fief ou un clan « *han* », et n'était que nominalement inféodé à l'empereur. On peut traduire Daimyô par « *grand nom* », ils étaient les plus nobles après le shogun.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.3

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Rônin » ?***

Réponses :

- Dans le Japon médiéval, les rônins étaient des samouraï sans maître.

Réponses plus détaillées :

- Les **rônin** sont d'anciens samouraï exclus de la société japonaise féodale, soit à la suite de la mort de leur seigneur, de leurs propres fautes ou de leur défaite au combat. Pour vivre, ils devenaient alors **fermiers**, **prêtres bouddhistes** vivant d'aumônes voire parfois **mercenaires** ou **bandits**. Certains rônins ont transmis leur connaissance martiale en tant que **maître d'arme**, moyennant finance, ce qui a eu pour conséquence de développer les arts martiaux jusque-là réservés aux guerriers.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.4

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Samouraï » ?***

Réponses :

- Samouraï signifie « celui qui sert ». Le samouraï est au service d'un seigneur.

Réponses plus détaillées :

- Le samouraï est uni à un seigneur par un code qui exige une loyauté absolue : le « *bushido* »
- En devenant samouraï, ils obtenaient le droit de porter le « *Daisho* » (les deux sabres : *katana* et *wakisashi*). Leur symbole est celui de la fleur de cerisier (*Sakura*), car ils considéraient la vie comme belle et courte, tout comme ces fleurs de cerisier.
- En 1876, une loi interdit aux samouraïs de porter en public leur katana, véritable emblème de leur supériorité sociale. La même année, l'État Impérial, cesse de verser leur rente aux samouraï. Pour nombre de bushi qui avaient soutenu l'empereur, c'en est trop. La révolte éclate en 1877.
- En 1878, les samouraï perdront tous leurs privilèges de caste et disparaîtront à jamais.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.5

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Bushi » ?***

Réponses :

- Bushi est un terme qui prend ses racines en chine et veut dire guerrier.

Réponses plus détaillées :

- Avant la période Edo, on utilise deux termes pour parler des hommes d'armes : « *mono no fu* » et « *bushi* »
- Après la période Edo, le bushi « *guerrier gentilhomme* », fait partie de la classe supérieure des guerriers. Les bushi les plus riches sont nommés daimyô. Le bushi se distingue donc du samouraï par son appartenance à la classe supérieure des guerriers.
- Il provient du mot chinois « *wushi* ».
- Les bushi sont au sommet de la hiérarchie sociale à quatre échelons surnommée « *système shi-no-ko-sho* » de l'époque Edo.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.6

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Hagakure » ?***

Réponses :

- Le Hagakure caractérise le Bushido comme un code qui régit la vie du Samourai.

Réponses plus détaillées :

- Le Hagakure signifie littéralement « *à l'ombre des feuilles* » ou « *caché dans le feuillage* » c'est un guide pratique et spirituel.
- Le Hagakure « *livre secret des Samourai* », fut écrit aux environs de 1700 par un moine guerrier Yamamoto Tsunetomo. Cet ouvrage exalte le Bushido en onze volumes.

Niveau de difficulté : ★★★★★☆



## Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.7

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Bushido » ?***

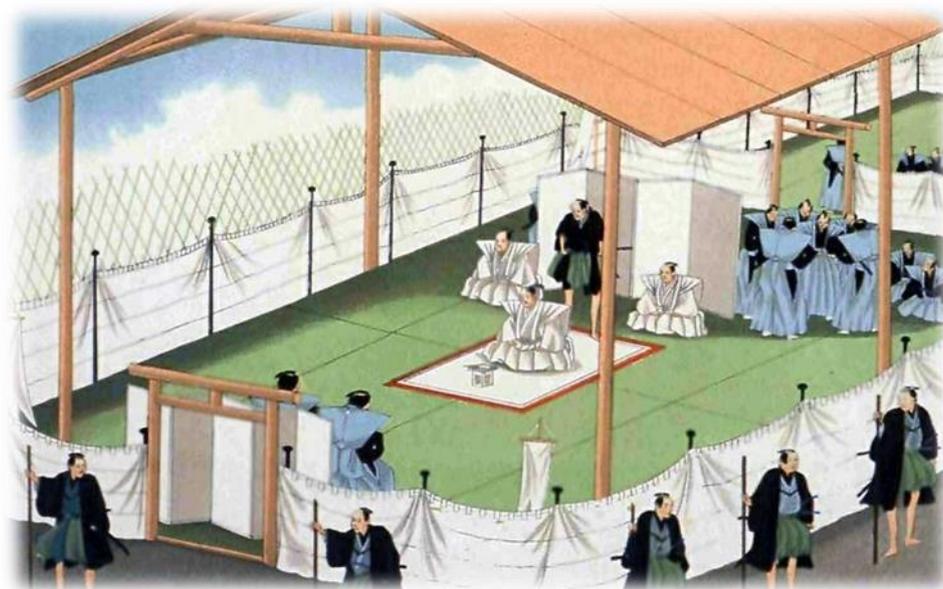
Réponses :

- Le Bushido est le code d'honneur des samourai.

Réponses plus détaillées :

- Le 1<sup>er</sup> ouvrage parlant du Bushido est le Hagakure de Yamamoto Tsunetomo
- On retrouve dans le Bushido des préceptes : **Bouddhiste**, (l'endurance stoïque, le respect du danger et de la mort), **Shintoïste** (le culte religieux de la patrie et de l'empereur) et **Confucianiste** (pour la culture littéraire et artistique)

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.8

### Qui est « Nomi no sukune » ?

#### Réponses :

- Célèbre combattant japonais que l'on dit être à l'origine du Sumo.

#### Réponses plus détaillées :

- C'est suite à la victoire de Nomi no sukune contre Tahema-no-Kuehaya, qui se disait l'homme le plus fort du Japon, que le sumo se sépare de l'ensemble des luttes japonaises et devient un art de corps à corps à part entière.
- Il est vénéré notamment dans le temple près du Kokugi-Kan de Tôkyô (l'arène nationale du sumo) comme le saint patron des sumotori.

Niveau de difficulté : ★★★★★



## Thème «le japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.9

***Pouvez-vous donner la définition précise du mot « Shogun » ?***

Réponses :

- Shogun veut dire « Général ».

Réponses plus détaillées :

- Shogun est l'abréviation de Sei-i-tai shōgun, que l'on peut traduire par « grand général pacificateur des barbares ».
- Le plus long shōgunat est celui de la famille Tokugawa (1603 à 1867)
- En 1867, bien qu'aidé par des officiers français comme le capitaine Jules Brunet, le dernier shogun Yoshinobu Tokugawa abdique rendant ainsi formellement le pouvoir gouvernemental à l'Empereur. Ses derniers partisans sont définitivement balayés lors de la guerre civile du Boshin de 1868-1869 (littéralement « *guerre de l'année du dragon* »).

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème «le Japon et les arts-martiaux»: Fiche budo 1.10

**Que pouvez-vous dire de l'influence des «navires noirs» sur le Japon féodal ?**

Réponses :

- Avec l'arrivée des bateaux à vapeur de Matthew Perry en février 1854, le Japon va s'ouvrir aux étrangers.

Réponses plus détaillées :

- Les navires noirs surnommés ainsi à cause de la couleur de leurs coques sont des canonnières américaines qui vont mettre fin à deux siècles d'isolement (Sokoku).
- Sur une période de 15 ans, le prince impérial **Mutsuhito** est contraint d'ouvrir le Japon aux influences étrangères et s'oppose ainsi directement à la politique passiste et isolationniste du shogunat. Il voit là un moyen de reprendre le pouvoir exécutif qui repose entre les mains du **Bakufu** (gouvernement militaire). Cette situation amènera le Japon à une guerre civile.

Niveau de difficulté : ★★★★★☆



*Fiches Budo sur le thème*

*« Les arts-martiaux: généralités »*





## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.1

### *Pouvez-vous donner l'origine des arts-martiaux ?*

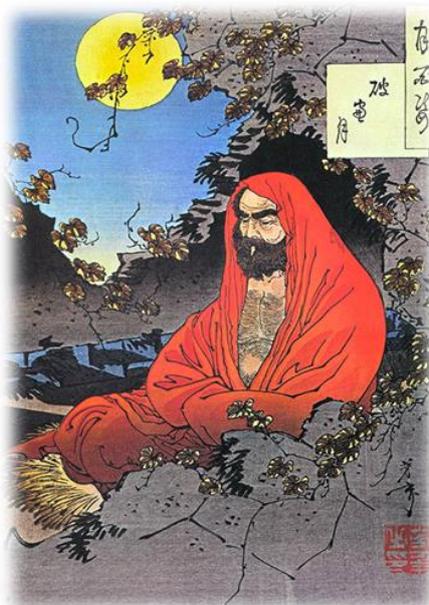
#### Réponses :

- Les arts martiaux prendraient leur origine en Inde. C'est par le biais de Bodhidharma qu'ils arrivent en Chine.

#### Réponses plus détaillées :

- On retrouve des traces de formes codifiées d'arts martiaux dans la Grèce antique, l'Egypte et Babylone
- Les arts martiaux asiatiques ont leurs origines en **Inde** et remonteraient à l'an 527 de notre ère. A cette époque, un jeune moine, du nom de **Bodhidharma**, voyage jusqu'en Chine, et s'installe au monastère de **Shaolin**. Il enseignera à ces moines bouddhistes des techniques de combat corps à corps inspirées de la lutte animale afin de renforcer leur condition physique.

Niveau de difficulté : ★★★★★



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.2

### *Que pouvez-vous dire sur « Morihei Ueshiba » ?*

#### Réponses :

- Né en 1883 et décédé en 1969, il est le fondateur de l'Aïkido.

#### Réponses plus détaillées :

- Une profonde ferveur religieuse poussa maître Ueshiba à devenir adepte d'une secte shinto l'Omoto Kyo. On retrouve ses principes de paix et non-violence dans l'Aïkido.

En 1931 Il fonde le Kobukan dojo situé à Tokyo il est surnommé Jigoku dojo, « *le dojo de l'enfer* ». Le 15 août 1945, la Fondation Kobukai est démantelée par le général MacArthur qui rend illégale la pratique des arts martiaux. En mars 1967 démarre la construction de l' *Aikikai Hombu dojo* sur un terrain proche de l'emplacement où se tenait le Kobukan dojo.

- Il pratiquera le sabre et le jujitsu mais c'est sa rencontre avec maître **Sokaku Takeda** du Daito-ryu qui sera la plus marquante. Il enseignera d'ailleurs les techniques de cette école à Maître **Minoru Mochizuki** qui en recevra deux Menkyo, le « Goshinyo no te » et le « Hiden ogi no koto ».

- Il nommera son enseignement Aikijujutsu puis Aikibudo et enfin en 1942, Aïkido.

Après la seconde Guerre Mondiale, l'Aïkido fut l'un des premiers arts martiaux à recevoir l'autorisation des américains d'être à nouveau pratiqué en raison de sa tendance pacifiste et religieuse.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.3

### **Que pouvez-vous dire sur «Gichin Funakoshi» ?**

#### Réponses :

- Né en 1883 et décédé en 1957, il est considéré comme le « père » du Karaté do.

#### Réponses plus détaillées :

- En 1922, Funakoshi fut sélectionné par les fonctionnaires d'Okinawa pour représenter l'Okinawa-te lors d'une démonstration de budo organisée par le Ministère japonais de l'Éducation, Jigoro Kano qui était dans l'assistance, lui propose d'enseigner au Kodokan. Il ne retourna jamais à Okinawa.
- En 1924, il changera la signification du mot To-de « *mains des Tang* » (mélange des formes locales de combat qui donnera naissance à la méthode appelée Okinawa-te) pour Karate-do « *la voie des mains vides* », le mot vide se référant au Zen japonais.
- En 1935 débute la construction de son dojo que ses étudiants nommeront « Shotokan » (*la maison de shoto*, pseudonyme sous lequel Funakoshi écrivait ses poèmes). On parlera ensuite du style Shotokan.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.4

### *Que pouvez-vous dire sur «Jigorō Kanō» ?*

#### Réponses :

- Né en 1860 et décédé en 1938, il est le fondateur du Judo.

#### Réponses plus détaillées :

- Il créa le Kobudo KenkyuKai, association de recherche dans les arts martiaux classiques pour que ses élèves hauts gradés apprennent les arts martiaux traditionnels. Il invitera maître Funakoshi à démontrer son art au Kodokan (Kodo veut dire « *apprendre* » et kan veut dire « *lieu* »). Il a également œuvré pour que les arts martiaux japonais se développent hors de son pays. En Europe, et particulièrement en France, c'est son élève, Minoru Mochizuki, qui enseignera le Judo mais aussi l'Aïkido qu'il a appris auprès du maître Ueshiba.
- Le Judo est le premier art martial japonais à avoir obtenu une reconnaissance internationale, et le premier à avoir intégré les Jeux olympiques.
- Jigoro Kano fut le premier membre asiatique du Comité International Olympique (CIO), il était en revanche opposé à l'intégration du Judo aux Jeux Olympiques, chose qui n'est arrivée qu'après sa mort.

#### Niveau de difficulté :



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.5

### ***Que pouvez-vous dire sur «Minoru Mochizuki» ?***

#### Réponses :

- Né en 1907 et décédé en 2003, il est le fondateur du Yoseikan.

#### Réponses plus détaillées :

- Il fut l'élève de grands maîtres Japonais tels que Jigoro Kano, Kyuzo Mifune, et Morihei Ueshiba qui lui proposera même de devenir son successeur.
- Il était probablement le maître d'Arts martiaux le plus gradé au monde :  
*10ème Dan d'Aikido, 8ème Dan de Judo, et de Katori Shinto Ryu, 7ème Dan d'Iaido et 5ème Dan de Kendo.*
- En 1931 il ouvre son propre dojo qu'il nomme **Yoseikan Dojo**, C'est à partir de ce moment qu'il commence à développer son propre style d'Aikido au sein du Yoseikan « *maison de l'enseignement de la droiture* ».
- En 1951 il fait partie de la délégation culturelle du Japon pour la réunion de l'UNESCO à Genève, comme expert délégué par le Kodokan. Il fera plusieurs démonstrations d'Aikido Jujutsu en France, en Suisse et en Tunisie.
- Il resta en Europe jusqu'en 1954, spécialement à Paris, où il enseigna l'Aikido Jujutsu, à un groupe de personnes parmi lesquelles figurait Jim Alcheik qui ensuite le suivit au Japon.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.6

**Comment expliqueriez-vous la différence entre les termes « Jutsu » et « Do » ?**

Réponses :

- « Jutsu » signifie « technique », il représente l'efficacité dans l'étude des arts martiaux alors que « Do » qui veut dire la « voie » a une connotation plus spirituelle.

Réponses plus détaillées :

- Quand on parle du « Do », l'art martial s'oriente plus vers l'esthétisme, l'éducation physique et morale des pratiquants. Sous l'influence de groupements religieux, souvent imprégnés de philosophie, certains budo peuvent accorder une prédominance plus spirituelle que physique.
- Le Ju-jutsu des samouraï n'était pas uniquement composé de techniques d'attaques et de défenses mais également de techniques de retour à la vie, les Kuatsu.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.7

**Pouvez-vous donner le nom de 4 écoles de Karaté ?**

Réponses :

- Le Shotokan, le Wado ryu, le Shotokaï et le Kyokushinkai.

Réponses plus détaillées :

- Le Shotokan, « *l'école de la maison de Shoto* », est l'école de Gichin Funakoshi, c'est son fils Yoshitaka qui fut à l'origine du Kumite dans ce style.
- Le Wado-ryu, « *l'école de la voie de la paix* » est un style créé par Hironori Otsuka qui apprit le Karaté avec Gichin Funakoshi, ainsi que le Shindo Yoshin-ryu Jujutsu.
- Le Shotokaï est une association fondée en par les disciples de Gichin Funakoshi, il ne devient un style de Karaté à part entière qu'en 1957 sous l'égide de Shigeru Egami.
- Le Kyokushinkai, « *l'école de l'Ultime Vérité* » est un style créé en 1964 par Masutatsu Oyama à partir du Goju-ryu et de quelques éléments du Shotokan.

Niveau de difficulté : ★★★★★



## Thème « Les arts-martiaux : généralités » : Fiche budo 2.8

### *Pouvez-vous citer le nom de 4 écoles de Ju-jutsu ?*

Réponses :

- Le Yoshin ryu, le Daito ryu, le Hakko ryu, Kito ryu ju-jitsu ou encore le Tenshin shino ryu.

Réponses plus détaillées :

- Le Yoshin ryu, « *l'école de l'esprit du saule* » de Shirobei Akiyama base son enseignement sur le « *céder pour vaincre* » qui fut à l'origine du Ju-jitsu et certainement du Judo moderne (école Jigoro Kano).
- Le Daito ryu dont les origines sont controversées. Certains affirment que Minamoto no Yoshimitsu (samourai du clan Minamoto durant l'époque Heian) en serait le fondateur alors que des historiens mettent en doute cette version. On peut toutefois affirmer que la pratique actuelle du Daito ryu prend son origine chez Takeda Sokaku.
- Le Hakko ryu qui signifie « *école de la huitième lumière* » est un style de ju-jutsu contemporain à l'aïkido fondé par Ryuho Okuyama qui étudiait plusieurs arts martiaux dont le Daito ryu sous la direction de M. Toshimi Matsuda, un étudiant de Sokaku Takeda.
- Le Tenshin shino ryu est une des écoles les plus importantes du Ju-Jitsu, c'est l'école qui forma Jigoro Kano.
- Le Kito ryu ju-jitsu est une école du 17<sup>ème</sup> siècle dont l'enseignement met en évidence les principes mêmes du Ju-jutsu et du futur Judo du Kodokan (notamment: « *vaincre la vigueur par la souplesse en sachant utiliser la force adverse...* ») Jigoro Kano y fût élève.

Niveau de difficulté : ★★★★★



Sources photographiques :

<https://jujutsu-grisy-suisnes.fr/le-mushin-ryu/>

## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.9

### Que veulent dire les termes «Judo, Aïkido et Karaté-do» ?

Réponses :

- Le judo « la voie de la souplesse », l'aïkido « la voie de la concordance des énergies », le karaté-do « la voie de la main vide ».

Réponses plus détaillées :

- Le Judo utilise le principe de « *vaincre la vigueur par la souplesse en sachant utiliser la force adverse* ».
- L'aïkido développe des capacités à se défendre tout en restant non violent en conduisant les attaques jusqu'à les rendre inoffensives.
- Gichin Funakoshi choisit « la voie de la main vide » pour marquer le fait que le Karaté-do ne nécessite aucune arme, seule la technique compte. A l'origine il était écrit To-de ou Karaté « la main des Tang », Gichin Funakoshi a modifié le premier caractère de Karaté pour éliminer toute référence à la Chine à cause de la montée du nationalisme japonais et pour faciliter la reconnaissance et la diffusion du Karaté en 1935.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème « Les arts-martiaux : généralités»: Fiche budo 2.10

***Pouvez-vous expliquer la signification du terme « Dojo » ?***

Réponses :

- Le dojo est le lieu consacré à la pratique des budo, le lieu où l'on étudie la voie.

Réponses plus détaillées :

- Le mot Dojo est d'origine bouddhiste il est formé de "Jo" qui est « *l'enclos intérieur du temple* » et du mot « Do », « *la voie* » que l'on retrouve constamment dans le langage des Arts Martiaux Japonais (l'idéogramme en chinois « Tao » est identique).
- Traditionnellement, le dojo obéit à des règles, comme l'orientation du **Kamiza**, du **Shimoza**, et du **Joseki** mais également à une étiquette que l'on retrouve dans le **Reishiki**.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



***Fiches Budo sur le thème***

***«Le Nihon Tai-Jitsu»***





## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.1

### ***Pouvez-vous donner les origines de notre discipline ?***

#### Réponses :

- Les origines de notre discipline remontent au IXème siècle avec la création du Daito-ryu.

#### Réponses plus détaillées :

- Avec la dissolution de la caste des samourai Sokaku Takeda décide d'enseigner le Daito-ryu à des personnes hors du clan, l'une d'elles fût Morihei Ueshiba
- Maître Ueshiba enseignera le Daito-ryu à Maître Minoru Mochizuki qui l'enseignera à son tour sous la forme **Aikido Jujitsu**, un regroupement de ses connaissances en Daito Ryu, Katori Shinto Ryu, Judo, et Gyokushin Ryu Jujutsu, à Jim Alcheik.

La forme moderne de notre discipline date du XXème siècle.

Niveau de difficulté : ★★★★★



## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.2

**Maitre Hernaez a eu plusieurs professeurs, pourriez-vous en citer 3 ?**

Réponses :

- Maître Minoru Mochizuki pour le Tai-jitsu, Maître Luc Levannier pour le Judo et Maître Henry Plée pour le Karaté.

Réponses plus détaillées :

- Les maîtres Kawaishi, Levannier et Plée furent les premiers professeurs de Maître Hernaez. Il pratiquera le Judo et le Ju-Jitsu en 1951 avec maître M.Philippe, puis en 1954 avec les maîtres Kawaishi (pionnier du judo en France) et Levannier (ceinture noire n°36, ancien directeur technique national de la FFJJ). puis le Karaté en 1956 avec maître Plée (pionnier du karaté en France et en Europe).
- Nous pouvons également citer Maître Tetsuji Murakami pour le karaté, les Maîtres Hiroo Mochizuki et Jim Alcheik pour l'Aïkido et le Tai-Jitsu et Maître Minoru Mochizuki également pour le Tai-Jitsu.

Niveau de difficulté : ★★★★★



Sources photographiques :

Maître Henri Plee <http://fipam.org/>

Maître Mikinosuke Kawaishi <http://www.jjfs-judoclubseynois.fr/>

Maître Luc Levannier Article Un "Trésor vivant" du judo, <http://www.lechorepublicain.fr/>

## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.3

***Pouvez-vous expliquer les liserés rouge et or sur notre ceinture noire ?***

Réponses :

- Le liseré rouge représente notre filiation à l'école Yoseikan de Maître Minoru Mochizuki, et le liseré or est l'appartenance aux écoles de Budo traditionnels Japonais de la fédération internationale d'arts martiaux.

Réponses plus détaillées :

- Maître Hernaez eut l'idée de créer cette ceinture spécifique à liseré rouge et or afin de montrer notre double appartenance (héritage du Yoseikan et des écoles japonaises).
- Le liseré rouge est la marque d'appartenance de l'école de Minoru Mochizuki. En France le Karaté utilise les ceintures à liseré rouge pour se démarquer du judo en oubliant bien souvent son origine.

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



## Thème « Le Nihon Tai-Jitsu»: Fiche budo 3.4

### **Quel est le lien entre l'IMAF, l'IFNB, le Nippon Seibukan et l'histoire du Nihon Tai-Jitsu ?**

#### Réponses :

- Ces institutions du budo traditionnel Japonais ont reconnu le Tai-jitsu comme « authentiquement japonais ».

#### Réponses plus détaillées :

- L'international martial arts fédération (*kokusai Budoin* en japonais), co-fondé notamment par Kyuzo Mifune, regroupaient, dans les années 1980-1990, de grands maîtres d'arts martiaux parmi les plus grands héritiers du Budo traditionnel tel que Minoru Mochizuki, Shizuya Sato, Yoshio Sugino,
- L'International Fédération of Nippon Budo (IFNB), créée par Yoshio Sugino, regroupait un ensemble d'écoles d'arts-martiaux japonais. Elle était indépendante des autres fédérations japonaises.
- Le Seibukan Academy (Nippon Seibukan) a été créé en 1952 à Kyoto par Masafumi Suzuki. Elle regroupe plusieurs arts-martiaux traditionnels japonais dont le Nihon Tai-Jitsu et le Nihon Ju-Jitsu. Elle est actuellement présidée par Yasuo Kawano. Le Seibukan Academy fait partie de la All Japan Budo Federation (AJBF – ZNBR) également présidée par Yasuo Kawano.
- En 1985 à Shizuoka, notre style est reconnu par ces maîtres détenteurs de la reconnaissance Impériale japonaise qui remettront à la méthode de Maître Hernaez le label « Nihon » qui signifie "authentiquement japonais ».

Niveau de difficulté : ★★★★★



## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.5

### Qu'est-ce que le Nihon Tai-Jitsu ?

Réponses :

- C'est un art de combat d'inspiration japonaise mais de conception occidentale qui signifie « technique du corps authentiquement japonaise ».

Réponses plus détaillées :

- C'est une méthode pédagogique de défense personnelle mise en forme par Maître Roland Hernaez à la mort de son professeur Jim Alcheik. Elle conjugue des mouvements d'arts martiaux traditionnels (frappes, luxations et projections) mais adaptés à la vie d'aujourd'hui.
- Encouragé depuis le début par Maître Minoru Mochizuki à élaborer une méthode plus cartésienne du Tai-Jitsu, Maître Hernaez réalisera une méthode qui sera reconnue par les maîtres japonais héritiers du Budo traditionnel qui lui remettront en 1985, le label « Nihon ».

Niveau de difficulté : ★★☆☆☆



Sources photographique :

<http://shoshin.dojo.free.fr>

## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.6

### Quel est le lien entre le NihonTai-Jitsu et le Yoseikan ?

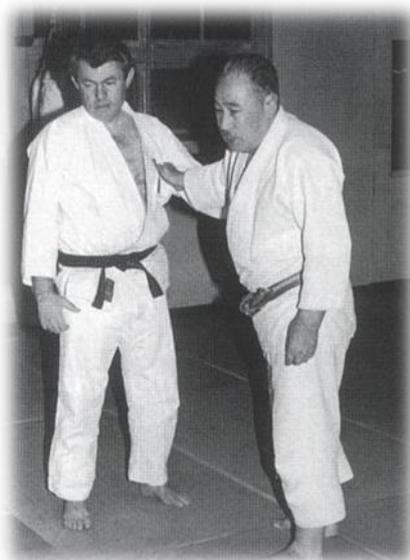
#### Réponses :

- Le Yoseikan est l'école de Maître Minoru Mochizuki qui fut l'un des professeurs de Maître Hernaez. Son enseignement et son soutien seront primordiaux dans le devenir du Tai-Jitsu des années 70.

#### Réponses plus détaillées :

- Maître Hernaez eut l'occasion de suivre de nombreux stages sous l'égide de Maître Minoru Mochizuki. celui-ci l'encouragera dans l'élaboration de sa propre méthode pédagogique. Minoru Mochizuki sera l'un des acteurs de la reconnaissance du travail de Maître Hernaez par les hautes instances du Budo traditionnel japonais.
- En France, après la mort de Jim Alcheik, le Yoseikan sera représenté par Maître Hiroo Mochizuki, le fils de Minoru, qui sera également l'un des professeurs d'aikido de Maître Roland Hernaez. Il développera ensuite son propre style, le Yoseikan Budo.

Niveau de difficulté : ★★☆☆



#### Sources photographique :

<http://nihon-taijitsu-medoc.jimdo.com>

## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.7

### Que pouvez-vous dire sur « Jim Alcheik » ?

#### Réponses :

- Né en 1931 et décédé en 1962, il fut élève de Maître Minoru Mochizuki qui lui enseigna l'Aïkido Jujutsu.

#### Réponses plus détaillées :

- De 1954 à 1957, Jim Alcheik étudie au dojo Yoseikan de Minoru Mochizuki qui le considérait comme son représentant pour l'Europe. Il crée à son retour du Japon la Fédération Française d'Aïkido Tai-Jitsu et Kendo (FFATK), et enseigne ces 3 disciplines. Son Tai-Jitsu est une méthode de self-défense basée sur les techniques qu'il avait apprises du Maître.
- Jim Alcheik eut 3 assistants; l'un d'eux, Roland Hernæz, s'occupait plus particulièrement de la partie Tai-Jitsu. Au décès de Jim Alcheik en 1962 Roland Hernæz s'attacha alors à mettre sur pied une méthodologie de travail et d'entraînement adaptée à la conception didactique occidentale, en conservant scrupuleusement l'esprit du Budo Japonais, tout en partant de l'enseignement de Jim Alcheik.

Niveau de difficulté : ★★★★★



Source photographique :

Jim Alcheik <https://karatesoller.wordpress.com>

## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.8

**Maître Mochizuki a remis à Maître Hernaez le titre de « Hanshi » à quoi correspond-il ?**

Réponses :

- Il s'agit du plus haut titre dans le budo japonais.

Réponses plus détaillées :

- L'ordre des titres sont Renshi (expert), Kyoshi (professeur capable d'enseigner la philosophie du Budo) et de Hanshi (un professeur qui peut servir de modèle ou idéal aux autres pratiquants). Ils sont comparables aux titres donnés aux samourais par la famille Impériale du Japon pendant les périodes féodales, mais d'origine plus récente.

Niveau de difficulté : ★★★★★☆



## Thème « Le Nihon Tai-Jitsu »: Fiche budo 3.9

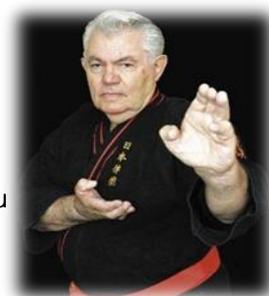
***Nihon Tai-Jitsu / Tai-Jitsu et Roland Hernaez sont indissociables, pourquoi ?***

Réponses :

- A la mort de son professeur, maître Hernaez s'attachera à mettre sur pied une méthode pédagogique qui aboutira à la reconnaissance de notre discipline par les héritiers du Budo japonais.

Réponses plus détaillées :

- Né en 1934 il découvre le Judo à l'âge de 14 ans puis, en 1951, il pratique le Judo et Jujitsu avec les Maîtres **Mikonosuke Kawaishi** et **Luc Levannier**. En 1956, il passe sa ceinture noire de Judo, et démarre la pratique du **Karaté**, de l'**Aïkido** et du **Tai-Jitsu** qu'il découvre auprès de **Jim Alcheik**.
- Maître **Jim Alcheik** décède en 1962. Durant les années qui suivent, poursuite des arts martiaux avec de grands Maîtres comme Maître **Minoru Mochizuki** et préparation d'une méthode de Tai-Jitsu adaptée aux occidentaux avec un programme pour aider les professeurs et un système de ceintures similaire au Judo.
- En 1977, le Tai-Jitsu devient la 1ère discipline à s'affilier à la FFKAMA. Ouverture des premiers clubs en Espagne sous la direction de **Roland Hernaez** et **Georges Hernaez**. Création de la Fédération Internationale de Tai-Jitsu et Ju-Jitsu dont le président n'est autre que **Roland Hernaez**.
- En 1985 des experts japonais de différents Budo, sous la direction du Maître **Mochizuki**, proposent de rajouter le label « **Nihon** ». C'est une reconnaissance du travail de Maître Hernaez.
- En reconnaissance des services rendus au **Budo**, maître Hernaez a également été nommé aux titres de **Shihan** et **Hanshi** (école **Mochizuki** et **Seibukan de Kyoto**)
- Maître Hernaez c'est aussi, plus de cinquante années consacrées aux Arts Martiaux :
  - 1<sup>er</sup> dan de **Shorinji-Kempo**
  - 4<sup>ème</sup> dan de **Karaté-do**
  - 7<sup>ème</sup> dan de **Judo** (ordre des professeurs)
  - 6<sup>ème</sup> dan d'**Aïki-Jitsu** (Seibukan)
  - 9<sup>ème</sup> dan de **karaté-Jitsu/Nihon Tai-Jitsu**
  - 10<sup>ème</sup> dan Japon (Seibukan), **Nihon Tai-Jitsu/Nihon Ju-Jitsu**
  - Diplôme d'état 2<sup>ème</sup> degré en **Judo, Aïkido et Karaté**.



Niveau de difficulté : ★★★★★

Source photographique : <http://www.fukushikan-ryu.fr/maitre-roland-harnaez>

## Thème « Le NihonTai-Jitsu»: Fiche budo 3.10

### ***Le Tai-Jitsu a-t-il toujours été associé à la fédération Française de Karaté» ?***

#### Réponses :

- Non, le Tai-Jitsu a connu plusieurs fédérations nationales comme entre autre la FFATK et la FFJDA

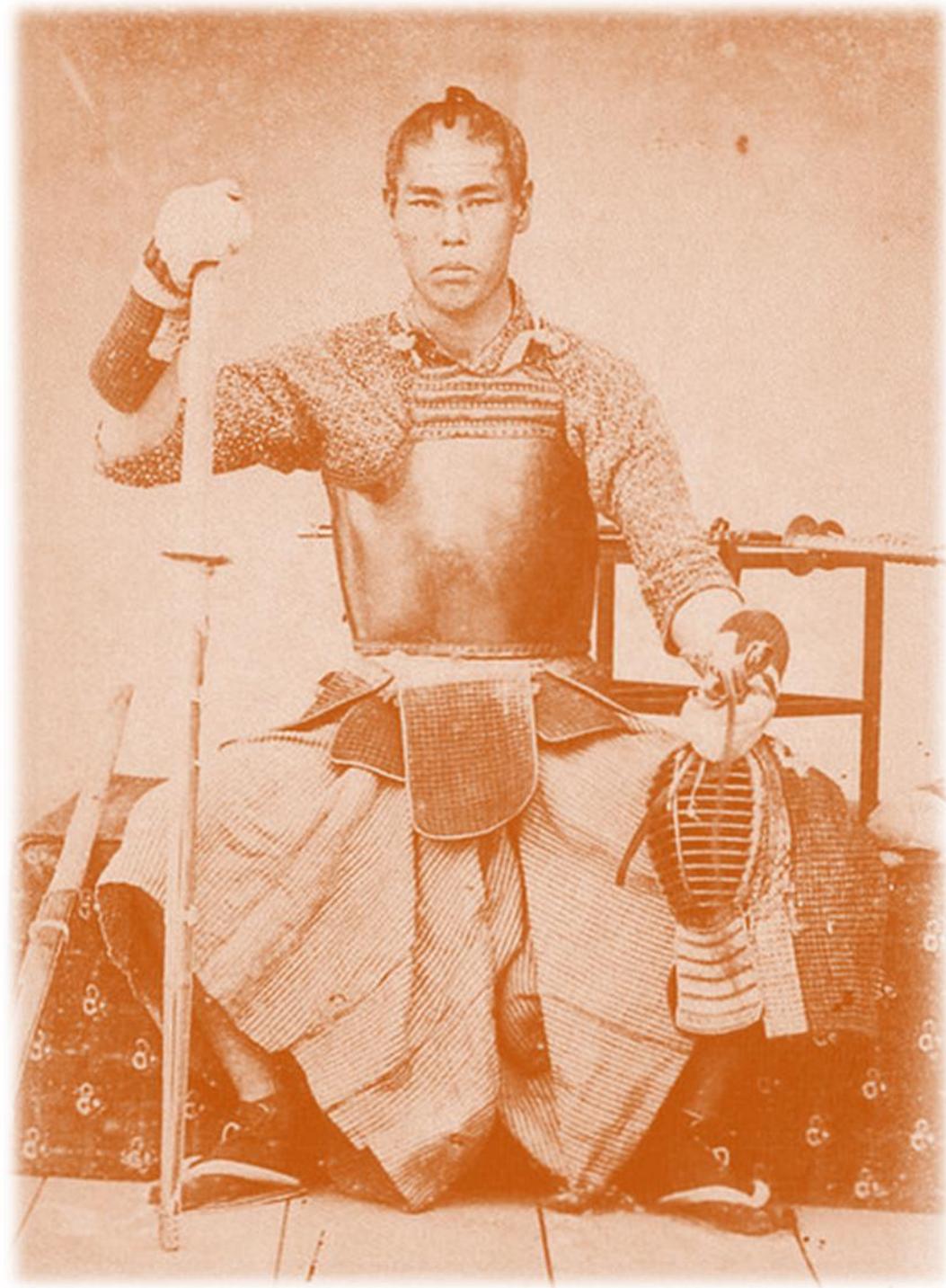
#### Réponses plus détaillées :

- 1958 : Fédération Française d'Aïkido Tai-Jitsu et Kendo (FFATK) créée par Jim Alcheik et Mr Blanc.
- 1972 : Fédération française de Tai-Jitsu et Shorinji-kempo créé par Roland Hernaez.
- 1977 : Le Tai-Jitsu devient le premier art martial affinitaire de la Fédération française de Karaté et Arts martiaux affinitaires (FFKAMA). Le Tai-Jitsu sort de la FFKAMA en 1985.
- 1985, le Nihon Tai-Jitsu entre à la Fédération Française de Judo et disciplines associés (FFJDA) mais la « filière ju-jitsu » étant limitée au 1<sup>er</sup> Dan, maître Hernaez décide de revenir au sein de la FFKAMA.

#### Niveau de difficulté :



# ANNEXE





Thème « ..... »: Fiche budo  
n°.....

**QUESTION :**

Réponses :



Réponses plus détaillées :



Niveau de difficultés : ☆☆☆☆☆

## **QUESTIONNAIRE A CHOIX MULTIPLES**

Voici un exemple de QCM qui peut être utilisé afin de préparer vos élèves à l'Atelier Budo de façon ludique.

### **1. Qui appelle-t-on Ronin?**

- Les guerriers japonais
- Les samouraï sans maître
- L'Empereur

### **2. En quelle année mourut Jigoro Kano?**

- 1938
- 1955
- 1926

### **3. Qui est Hiroo Mochizuki?**

- Le fondateur du Yoseikan Budo
- Le créateur du Judo
- Un samouraï célèbre

### **4. Comment dit-on 9<sup>ème</sup> dan en Japonais?**

- Rokudan
- Kudan
- Chudan

### **5. Lors de la rébellion de Saga en 1874, les samourais furent écrasés par l'armée Impériale, à quelle période du Japon cela correspond-il?**

- Période Edo
- Période Sengoku
- Période Meiji

**6. Maître Hernaez a débuté le Karaté en 1956 mais avec qui?**

- Maître Funakoshi
- Maître Plée
- Maître Oyama

**7. Dans les arts martiaux on parle souvent de l'IMAF mais que veulent dire ces lettres?**

- L'Institut des Mondes Africains
- L'International Martial Arts Foundation
- L'International Martial Arts Fédération

**8. Qui appelle-t-on le père du Karaté moderne?**

- Maître Plée
- Maître Kano
- Maître Funakoshi

**9. Qui est Yoshinobu Tokugawa?**

- Le dernier daimyô
- Le dernier shogun
- Le dernier empereur

**10. Qui est Matthew Perry?**

- Le commodore américain de la flotte des navires noirs
- Un acteur américain
- Le président américain de 1853





EFNTJ

[www.nihon-tai-jitsu.fr](http://www.nihon-tai-jitsu.fr)

