

NEWSLETTER n°4

Le mot du Comité d'encadrement et des fêtes

Ce quatrième numéro de la Newsletter du Ju-Jutsu et Ko-Bu-Jutsu Club Rebecq retrace le début de cette saison 2009 - 2010.

Outre l'éditorial de notre sensei, qui s'est, cette fois, penché sur le sujet du « Hara » et du « Ki », vous trouverez, dans ce numéro, des informations sur les événements qui ont marqué les premiers mois de la saison, mais aussi sur les stages, les passages de grades et nos activités futures.

Bonne lecture.

Le « Hara » source du « Ki »



« Hara » : l'océan de l'énergie, le rayonnement de notre force vitale, le siège du
« Ki »



« Ki » par Maître Ueshiba

Certains osent affirmer que la plupart de nos maux ont pour origine la perte de contact avec notre « hara ».

Mais où est-il ce « hara » ? La tradition japonaise le situe à trois doigts en dessous du nombril et, un peu en retrait, entre celui-ci et la colonne vertébrale. Elle l'identifie à un puits sans fond qui irradie de l'abdomen au bas-ventre, dont nous pourrions tirer force et sécurité (*une bonne nouvelle : un petit ventre bombé posséderait la géométrie idéale pour le cultiver - youpi, le mien a les caractéristiques nécessaires*). Le « hara » est en fait considéré comme le centre de notre vie instinctive et intuitive, dont dépendent toutes nos fonctions physiologiques mais aussi psychologiques. C'est le centre par lequel tout être a la possibilité de retrouver sa vitalité, de se consolider voire de se guérir. Peut-être faut-il rechercher dans le « Hara » la réponse à la maxime « Le secret est en toi ». Lisez la suite, j'y traite du « Ki », ce grand médecin qui constamment répare les dommages du temps et les folies de notre ignorance.

Dans la pratique de l'art martial, « Hara » doit être au cœur de l'attention de tout pratiquant car l'unité du corps et de l'esprit, dans le feu de l'action, ne peut être réalisée que par une conscience aiguë de la source d'où procède l'énergie nécessaire à une efficacité parfaite. Le bon contrôle du « Hara » doit conduire à une certaine attitude faite à la fois de droiture physique et de discipline mentale ; chaque geste doit être contrôlé de façon déterminée et précise en canalisant les tensions dans chaque partie du corps et en utilisant tout le potentiel énergétique de façon harmonieuse. Pour faire participer l'ensemble du corps efficacement et harmonieusement dans une action, il faut que toutes ses parties soient liées entre elles, reliées à un centre : le « Hara », notre deuxième cerveau, siège de l'énergie et de l'esprit, le « Ki », source de cette perception intuitive qui laisse notre corps s'exprimer librement, cessant tout raisonnement dans l'action, pour nous ouvrir au « vide », cette faculté d'entrer dans le silence et d'être aussi au centre de toutes les manifestations. Le « Ki », énergie vitale, concentrée dans le « Hara », est notre énergie spirituelle, source d'efficacité et de spontanéité ; il contient le dessein de la divinité et confère à chaque cellule son intelligence. Le seul problème est de savoir le

mobiliser à volonté et l'utiliser intelligemment. Ceci fera l'objet de mon prochain article.

Votre dévoué senseï cheminant cahin-caha sur la « Voie ».

Remise en forme, 22 août 2009

Comme de coutume, la saison 2009 - 2010 a débuté par notre désormais traditionnel stage gratuit de remise en forme dans le Bois de la Houssière. Malheureusement, au fil du temps, l'engouement pour cette activité ludique et sportive s'est bien émoussé et sa pérennité est fortement remise en cause. En effet, ce n'est qu'après un rappel avec menace d'annulation du stage que les candidats se sont manifestés, pas très nombreux, puisque nous n'étions que 21 au départ pour l'activité sportive et 28 pour le souper « spaghetti » chez Torine. L'investissement du club et l'investissement personnel de certains membres dans l'organisation de ce stage annuel et de « l'après-stage » ne sont vraiment plus récompensés car le niveau de participation à cette activité ne justifie pas les efforts de préparation en amont. Le comité réévaluera l'organisation de cette journée.



Toutes les photos sur :

Les dix ans du club

Le 8 novembre 2009, le **JU-JUTSU et KO-BU-JUTSU CLUB REBECQ** a fêté, en grande pompe, **ses dix ans d'existence**, en présence de quelque cent cinquante invités.

A l'occasion de ces festivités, le Comité d'encadrement et des fêtes du club a mis à l'honneur et récompensé quelques membres et bénévoles en présence de Messieurs **Dimitri Legasse**, Bourgmestre et Echevin des Sports, et de **Charles Damhaut**, Président de l'EUROPEAN ART OF JU JITSU CONFEDERATION.

L'écusson du mérite, la plus haute distinction du club, a ainsi été décerné à :

- **Christophe Mondus**, nidan, qui accompagne le club depuis ses débuts et qui a été nommé pour ses qualités humaines et techniques, mais surtout pour son indéfectible loyauté au club et à son professeur et son dévouement de chaque instant;
- **Steve Renders**, shodan tai-jutsu et 1er kyu ju-jutsu, nommé pour son travail de chaque jour au service du rayonnement du club par ses créations (site Internet, la boutique où on s'habille aux couleurs et à la mode du club, la Newsletter, ...);
- **Antoine Polarski**, 13 ans, 3e kyu ju-jutsu et ko-bu-jutsu, jeune il est vrai mais dont la valeur n'a pas attendu le nombre des années, nommé pour sa constance dans la pratique depuis le 3 octobre 2003, son assiduité aux cours, sa motivation et son envie d'apprendre et de progresser, mais aussi pour sa serviabilité empreunte d'une gentillesse, d'un respect et d'un dévouement sincères.



Le trophée des 10 ans a été remis aux bénévoles qui secondent Jean-Louis lors des cours : **Marie-José De Geyter, Claire Laroche, Fabienne Wauters, Christophe Mondus, Alain Preumont, Pierre Dorsser, Didier Gouvard et Laurent Van Roy.**

Une belle après-midi festive agrémentée d'époustouflantes démonstrations de ju-jutsu technique, de streetfight et de ko-bu-jutsu offertes par quelques élèves du club et leur professeur Jean-Louis. Rien que du bonheur, à voir et à revoir au travers des photos et vidéos qui retracent ces inoubliables moments de la vie d'un club dont le leitmotiv est l'accomplissement et la plénitude des pratiquants par l'entraînement physique et mental et la pratique du ju-jutsu et du ko-bu-jutsu dans un esprit de partage avec les autres, pour le bien de tous, dans le respect des valeurs du Bushido.

Par lettre du 11 novembre 2009, l'E.A.J.J.C. remerciait le club en ces termes :



« Bonjour Jean-Louis,

Nous te remercions et à travers toi tous les membres du Ju-Jutsu et Ko-Bu-Jutsu Club Rebecq pour l'accueil que vous nous avez réservé lors de la commémoration de vos dix ans d'existence. Il n'est pas nécessaire de rappeler davantage la place de choix qu'occupe ton club dans nos esprits et dans nos âmes.

...

Nous vous transmettons une fois encore nos félicitations pour l'organisation de cette journée et l'immense travail qu'a représenté cette magnifique démonstration.

Avec nos respectueuses salutations.

Ch. Damhaut

D.Stimart

Président

Adm. Délégué »

Dans son rapport annuel 2009, l'E.A.J.J.C. soulignait une nouvelle fois notre commémoration en écrivant :

*« Nous ne pouvons terminer ce rapport d'activités sans évoquer la commémoration qui a eu lieu cette année. En effet, le Ju-Jutsu et Ko-Bu-Jutsu Club Rebecq de senseï Jean-Louis Weyland a fêté ses dix ans d'existence **ET** d'affiliation à l'E.A.J.J.C. Jean-Louis mettra la confédération à l'honneur en demandant à notre président de remettre différents cadeaux et diplômes du mérite aux membres de son club mis à l'honneur pour l'occasion. Nous félicitons une fois encore Jean-Louis pour le travail accompli et le remercions pour cette collaboration. Gageons qu'il y aura encore 10 fois 10 années comme celles-ci. »*

Merci à tous les bénévoles qui ont contribué au succès de cette commémoration en ne ménageant pas leur peine, qui pour l'intendance et la logistique, qui pour la préparation des démonstrations de grande qualité.

Toutes les photos sur :

La Noël des enfants

Depuis ses débuts, le club invite le vrai Père Noël pour remettre cadeaux et friandises aux enfants.

Cette année, Père Noël est venu le lundi 21 décembre, à 18 heures 15, accompagné de son fidèle Rodolphe (le brave et courageux renne qui est le chef de l'attelage des rennes qui tirent le traîneau du Père Noël).

Pour le remercier de sa grande générosité, les enfants lui ont offert une démonstration de leur savoir-faire dans l'art du ju-jutsu en présence des parents cordialement invités à venir voir les progrès de leur(s) enfant(s). Du bonheur, rien que du bonheur, pour nous qui nous investissons dans le développement de ces chères têtes bondes.



Toutes les photos sur :

Kagami-Biraki

Le 30 janvier 2010, le club a organisé son « Kagami-biraki », cérémonie traditionnelle pour célébrer le nouvel an qui était autrefois en usage dans les familles de guerriers (samourai) et qui fut reprise par les arts martiaux classiques. La soirée a débuté par le partage du saké selon une vieille tradition qui veut que les yudansha servent les sempai qui servent à leur tour les kohai, pour rappeler un des principes fondamentaux de notre art martial : jita-kyoei (entraide et prospérité mutuelles). Pour la circonstance, le kamiza, mur d'honneur du dojo, avait été spécialement décoré.



La fête s'est prolongée par un excellent souper bien arrosé (buffet froid et chaud préparé par Mario) et une soirée dansante avec karaoké animée par Bruno Gerussi de Rétro pro sound & light. Nous étions quelque cinquante membres et ami(e)s du club à festoyer dignement ce soir-là, certains jusqu'aux petites heures, dans une ambiance du tonnerre.

Petit bémol, peut-être dû à une erreur de communication, nous n'étions que quinze pratiquants sur le tatami pour le partage du saké. Le comité d'encadrement et des fêtes veillera, à l'avenir, à mieux communiquer en la matière.

Toutes les photos sur :

Stages

Le 25 octobre 2009, nous étions huit au stage confédéral E.A.J.J.C. organisé à Rhode-Saint-Genèse par le Yoshin Do Ryu de Dominique Stimart. C'est peu pour un club qui affiche quelque 120 membres en ordre de licence et d'assurance, adultes et enfants confondus. Il est patent que l'engouement pour les stages en extérieur est actuellement au plus bas pour des raisons qui sont propres à chacun. Il est peut-être nécessaire de rappeler que les échanges qui ont lieu lors des stages sont très intéressants, tant au niveau des techniques qu'au niveau des rapports humains. Malgré la faible représentation de notre club, plus de soixante participants ont foulé le tatami lors de ce stage où les professeurs se sont fait un honneur de briller pour le plaisir de tous.

Nos prochains stages

- Stage confédéral E.A.J.J.C. à Moerbeke, Edingseweg 202 à 9500 Geraardsbergen
: 14 mars 2010
- Stage international du Yoshin Jiu-Jitsu Club Anderlecht, avenue Théo Verbeeck,
10-12 à 1070 Anderlecht : 20 mars 2010

<http://www.yoshin-anderlecht.be>

- Stage confédéral E.A.J.J.C. à Marcinelle, Complexe de l'Asie, rue de l'Asie, 4 à
6001 Marcinelle : 04 avril 2010
- Stage international à Sprimont
: 24 et 25 avril 2010

Venez nombreux à ces rendez-vous.

Les passages de grades

Petit rappel :

Kyudan : c'est l'éventail des grades et titres qui accompagnent la progression d'un pratiquant d'art martial traditionnel. Il se divise en deux catégories :

- celle des ***kyu*** pour les ***Mudansha***, élèves des premiers niveaux dans la progression ;
- celle des ***dan*** pour les ***Yudansha*** (experts) et ***Kodansha*** (maîtres), élèves ayant atteint les rangs de l'expertise et de la maîtrise.

Chaque étape de la progression est sanctionnée par un diplôme et une ceinture de couleur, délivrés après examen devant le professeur (Sensei) ou devant une Commission des grades.

La progression des élèves ne doit pas seulement exprimer un acquis technique de plus en plus complet mais également un état d'esprit dans la progression vers la perfection du pratiquant en tant qu'homme. Le tableau ci-après est représentatif de la progression martiale et humaine dans l'art du ju-jutsu :

GRADES		ENFANTS (de 7 à 13 ans)		ADULTES (à partir de 14 ans)
Dénomination du grade	Couleur de la ceinture	Délai	Temps de pratique	Délai
MUDANSHA				
6 ^{ème} kyu (rokkyu)	Blanche	3 mois		3 mois
1 ^{ère} barrette	1 barrette jaune	3 mois		
2 ^{ème} barrette	2 barrettes jaunes	3 mois		
3 ^{ème} barrette	3 barrettes jaunes	3 mois	1 an	
5 ^{ème} kyu (gokyu)	Jaune	3 mois		4 mois
1 ^{ère} barrette	1 barrette orange	3 mois		
2 ^{ème} barrette	2 barrettes oranges	3 mois		
3 ^{ème} barrette	3 barrettes oranges	3 mois	2 ans	
4 ^{ème} kyu (yonkyu ou shikyu)	Orange	3 mois		5 mois
1 ^{ère} barrette	1 barrette verte	3 mois		
2 ^{ème} barrette	2 barrettes vertes	3 mois		
3 ^{ème} barrette	3 barrettes vertes	3 mois	3 ans	
3 ^{ème} kyu (sankyu)	Verte	L'âge minimum requis pour présenter l'examen de ceinture verte est de 11 ans. 6 mois		6 mois
<i>Stade intermédiaire</i>	Verte / Bleue	6 mois	4 ans	
2 ^{ème} kyu (nikyu)	Bleue	1 an	5 ans	
1er kyu (ikkyu)	Marron			1 an
YUDANSHA				
1er dan (shodan) (étudiant)				(âge minimum : 15 ans) 2 ans
2 ^e dan (nidan) (disciple)				3 ans
3 ^e dan (sandan) (disciple confirmé)				4 ans
4 ^e dan (yondan ou shidan) (expert)				5 ans
KODANSHA (grades de la connaissance : KOKORO)				
5 ^e dan (godan)				Titre : Renshi
6 ^e dan (rokudan)				Titre : Renshi
KODANSHA (grades de la maturité : IKO-KOKORO)				
7 ^e dan (shichidan)				Titre : Kyoshi
8 ^e dan (hachidan)				Titre : Kyoshi
9 ^e dan (kudan)				Titre : Hanshi
10 ^e dan (judan)				Titre : Hanshi

Depuis le début de cette saison, les élèves suivants ont présenté avec succès l'examen correspondant au nouveau grade qui leur a été décerné :

Grade	Nom et prénom	Date de l'examen
Les ceintures		

1^{er} kyu	Claire LAROCHE	18.12.2009
3^e kyu	Laurent VAN ROY	12.12.2009
4^e kyu	Kynan VAN ROY	04.12.2009
	Anaïs LAUS	18.12.2009
	Nathalie LAUS	18.12.2009
	Khalil EL ALLOUCH	28.02.2010
5^e kyu	Justine BOULIAKOFSKI	27.11.2009
	Jason DEPRIL	21.02.2010
	Thierry LIPS	21.02.2010
	Constantin BOULIAKOFSKI	28.02.2010
	Gaëtan HOLVOET	28.02.2010
Les barrettes		
3^e barrette verte (ceinture orange/verte)	Céline FRANCOIS	14.12.2009
	Erik LAUS	14.12.2009
2^e barrette jaune	François ROGGE	18.12.2009
	Matteo SANGUEDOLCE	18.12.2009
1^{ère} barrette jaune	Damien O'HANLON	04.12.2009
	Camille DINANT	04.12.2009
	Théo CAMPE	04.12.2009
	Nour ACHOUR	11.12.2009
	Gaëlle VAN EECKE	21.12.2009
	Nicolas DERIDDER	12.02.2010
	Pierre DINANT	12.02.2010

La préparation assidue de certains élèves augure d'une belle moisson de grades dans les prochains mois.

Jita-kyoei (entraide et prospérité mutuelles) est et doit rester notre leitmotiv et nous nous devons de n'abandonner personne le long de notre Voie.

L'avenir

C'est ensemble que nous le construirons, pour le bien de nous tous, en défendant les valeurs séculaires des arts martiaux par notre engagement bénévole de chaque instant.

A méditer en lisant le texte qui suit écrit par votre sensei :

L'inscription d'un individu dans la société passe par ce qu'il peut produire, non seulement contre rémunération, mais aussi et surtout par le bénévolat et son corollaire, l'altruisme. Notre « production » personnelle ne vaut rien si elle n'est pas utile à la vie des hommes en société. Un temps pour recevoir, un temps pour donner. Progresser ensemble et partager les valeurs universelles des arts martiaux en aidant

tout un chacun, qui le désire sincèrement, à grimper vers le sommet, sans discrimination, mais au contraire en développant les faiblesses de certains pour en faire des atouts qui les porteront au bon niveau dans leur pratique martiale. La pratique de l'art martial c'est aussi l'abnégation, le sacrifice de soi au bénéfice d'autrui, pour le meilleur de tous.

Cette approche, qui est la mienne et que j'entends transmettre à celles et ceux qui la partageront sincèrement, exclu toute forme d'élitisme et se doit de privilégier l'intérêt général de tous les élèves en faisant fi des intérêts particuliers.

Altruisme et bénévolat sont des valeurs indissociables de la pratique martiale sincère. Permettez-moi de m'étendre sur ce sujet.

Le Petit Larousse définit l'altruisme comme une disposition de caractère qui pousse à s'intéresser aux autres, à se montrer généreux et désintéressé ; en somme le contraire de l'égoïsme.

Le terme « altruisme » est en fait né sous la plume d'Auguste Comte en 1852, pour désigner le souci désintéressé du bien d'autrui. Avec le déclin des religions et la lente diffusion des principes universalistes et démocratiques, le principal problème humain, selon Auguste Comte, consiste à faire graduellement prévaloir sa sociabilité sur l'intérêt égoïste.

Quoi de neuf depuis lors ?

Notre société occidentale, fondée sur la primauté de l'intérêt et de l'individu, voit paradoxalement se déployer et se diversifier des formes d'actions altruistes : médecins du monde ; médecins sans frontières ; samu social ; restos du cœur ; télévie ; téléthons ; aide aux devoirs dans les quartiers difficiles ; mouvements contre le racisme ou la pauvreté, pour la paix ou pour la défense des sans-papiers, des squatters et des SDF ; collectes de vivres et de médicaments, ...

Comment saisir le comportement altruiste de millions de personnes dans une société où l'individualisme, l'épanouissement personnel et la liberté individuelle constituent des valeurs charnières et où les attitudes désintéressées, les dons spontanés ou les manifestations de sympathie sont si souvent reçus en suspicion ? Là où l'on tient l'égoïsme pour normal, tout mouvement altruiste paraît incongru et on lui cherche une raison cachée qui ne peut être qu'une raison égoïste.

Plusieurs mobiles peuvent être avancés pour expliquer les comportements altruistes : l'appartenance à un groupe dont on se sent solidaire, l'empathie, la valorisation de l'image de soi (aider, c'est se sentir bien mais aussi recueillir l'estime de son entourage), le sentiment de responsabilité collective (sentiment d'obligation et de devoir envers les autres), les normes sociales comme l'équité et la justice sociale (les individus qui croient en un monde juste sont plus enclin à aider les autres), la force des modèles, le recrutement par des amis, ... Laissons toutefois aux spécialistes le soin d'étudier en détail les approches motivationnelles de l'altruisme.

Pour ma part, je qualifierai d'altruiste tout acte bénéficiant à autrui, réalisé volontairement et intentionnellement sans attendre aucune compensation ou

récompense. Il est patent que tout acte altruiste est en soi porteur de récompenses puisqu'il procure un sentiment d'autosatisfaction, apporte compétences et connaissances et permet de mettre en pratique nos idéaux tout en constituant une expérience de vie importante. Je pense toutefois qu'il ne faut pas mesurer l'altruisme uniquement en fonction de ces satisfactions personnelles. Il s'inscrit avant tout dans toutes les causes populaires qui essaient d'éponger l'énorme déficit social et de lutter contre les attitudes ambiguës, florentines et frileuses de ceux qui se sont laissés porter au sommet et qui se comportent en privilégiés faisant partie d'une sorte de société anonyme à irresponsabilité illimitée au sein de laquelle on grouille, on grenouille, on scribouille et où on débat doctement, à mille lieues des problèmes et des injustices criantes de notre société d'opulence.

Recevoir, donner, grandir par et avec les autres, c'est ainsi que je conçois la pratique martiale porteuse des valeurs séculaires d'une société en harmonie.

Jeux et recettes

Anagrammes

Avec les lettres de mon nom, on peut écrire celui de ma maison.

Le **CHIEN** et
sa **NICHE**.

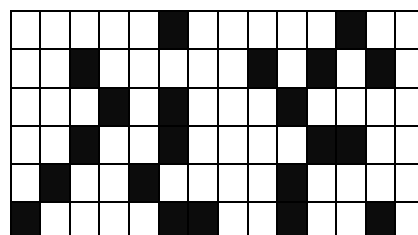
*Avec les lettres de ce médicament, on peut désigner l'habitant de
la capitale française*

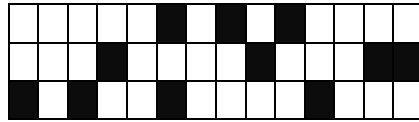
L'**ASPIRINE**
Le **PARISIEN**

Mots croisés

**(Les cases ne comportant qu'une lettre ne font l'objet d'aucune définition,
tant horizontalement que verticalement)**

Concoctée par notre sensei, cette grille inédite de mots croisés demande une bonne dose de japonais, un zeste de français, une touche de néerlandais et un chouia d'anglais. Amusez-vous.





A	T	M	A	N		I	P	P	O	N		B	O
T	A		I	A	I	D	O		N		G		K
A	B	E		D		O	G	I		T	O	R	I
M	I		K	I		R	I	K	I			E	N
A		W	A		M	I	N	I		H	A	R	A
	Y	A	M	E			G	T		A	T		W
J	U	B	A	N		A		E		T	A	M	A
O	B	I		J	I	T	E		L	A	M		
	I		Y	U		E	K	K	U		A	K	A

Horizontal :

1^{ère} ligne :

- en sanscrit, le Moi profond, le Soi, ce qui, en l'homme, est identique au Principe Absolu (Brahman), et qu'il faut atteindre pour se libérer de l'illusion de l'ego
- en judo, il peut s'obtenir par l'addition de deux Waza-ari
- bâton long utilisé en Kobudo

2^e ligne :

- adjectif possessif féminin
- la voie du dégainé du sabre

3^e ligne :

- Ishiro de son prénom, expert en judo, envoyé spécial du Kodokan, qui arriva en France et en Belgique en 1951. Auteur du livre « Judo » en collaboration avec J.-M. Falise et G. Ravinet
- éventail pliant en tissu ou papier (en japonais)
- désigne l'un des deux partenaires dans un échange technique d'arts martiaux (en japonais)

4^e ligne :

- lame d'une arme (en japonais), aussi une note de musique
- énergie vitale, énergie interne (en japonais)
- force musculaire (en japonais)
- indique le lieu, la durée, l'état, la manière, la matière, etc (en français)

5^e ligne :

- harmonie, paix, accord (en japonais)
- se dit d'un vêtement très court (en français)
- siège du « Ki » (en japonais)

6^e ligne :

- commandement qui marque la fin d'un exercice d'arts martiaux (en japonais)
- « gamma glutamyl transpeptidase » aussi appelé gamma ..
- préposition anglaise signifiant généralement « à » ; également nom anglais de l'arrobe @

7^e ligne :

- associé à « ma-ai », ce mot japonais signifie la distance idéale suffisante pour rester à la fois à l'abri d'une attaque rapide et, à proximité, prendre une initiative décisive
- le « ballon interne », centre du contrôle de l'énergie (en japonais)

8^e ligne :

- ceinture (en japonais)
- type de lance japonaise remplacé plus tard par le Naginata
- « paralysé » en néerlandais

9^e ligne :

- courage (en japonais)
- rame du bateau de pêche (en japonais)
- rouge (en japonais)

Vertical :

1^{ère} colonne :

- tête (en japonais)
- bâton de longueur moyenne (environ 1,30 m) (en japonais)

2^e colonne :

- chaussettes comportant une séparation pour le gros orteil (en japonais)
- doigt (en japonais)

3^e colonne :

- langueur (en japonais)

4^e colonne :

- exprime le principe d'amour, d'harmonie et d'union, concept fondamental imprégnant tous les arts martiaux (en japonais)
- faucille utilisée traditionnellement dans l'ensemble du sud-est asiatique pour couper le riz ou la canne à sucre, aussi arme pratiquée en Kobudo (en japonais)

5^e colonne :

- « canaux subtils », méridiens du corps humain le long desquels circulent le souffle interne et les énergies
- désigne le talon en japonais

7^e colonne :

- techniques d'arts martiaux exécutées en position agenouillée, autrefois systématiquement étudiées dans les écoles de ju-jutsu (pourquoi ? car la position assise ou agenouillée sur un tatami était une posture habituelle dans la vie quotidienne de l'ancien Japon)

- coup frappé, à ne pas confondre avec coup frappé sur le corps (mi) (en japonais)

8^e colonne :

- « essai » dans la langue de Vondel

- deux premières lettres du mot « rame de bateau de pêche » en japonais

9^e colonne :

- « la main qui vit », celle qui est prête pour le contre alors que Shinite a intercepté l'attaque

10^e colonne :

- lettres inversées du mot japonais désignant le théâtre lyrique

- participe passé masculin du verbe « lire »

11^e colonne :

- fanion, drapeau, bannière (en japonais)

12^e colonne :

- « cinq » en japonais

- tête (en japonais)

13^e colonne :

- en Belgique, on l'attend depuis longtemps pour relier les banlieues à la capitale

14^e colonne :

- plus importante île de l'archipel des Ryukyu, aussi connue comme le berceau du karaté