

# VRAIES PASSIONS

## ENTRETIEN AVEC CLAUDIO ZANONI, IAIDO

[Fondée en 1844, la [Reale Società Ginnastica di Torino](#) abrite le Dojo [Kiryoku](#) dirigé par Daniele Borra Sensei, laido 7e dan et son mari Claudio Zanoni, laido 7e dan]  
Interview parue en avril 2021



Claudio Zanoni est une légende du laido européen. Septième Dan, 10 fois champion d'Europe, en plus de l'enseigner (également ici à la Reale), il est un véritable ambassadeur de cette discipline japonaise en Europe. Nous l'avons interviewé pour [#PassioniReali](#) !



**Q.** Bonjour Claudio, pouvez-vous expliquer le laido à ceux qui ne le connaissent pas?

**R.** Le laido est un art martial japonais né vers 1300, bien qu'aujourd'hui il ait presque complètement perdu les connotations de ce qu'il était à sa naissance. Au départ il s'agissait, en un mot, de simuler un combat prédéterminé au sabre, à savoir le Kata (que l'on retrouve dans tous les arts martiaux), contre un adversaire imaginaire. L'adversaire, dans l'imagination de l'interprète, porte une attaque, et donc le but du laido est de se défendre ou d'anticiper cette attaque. Aujourd'hui on dit que cette conception de la défense contre une attaque s'est un peu perdue, la discipline a évolué dans la recherche du geste "parfait".

Evidemment, la perfection n'existe pas, mais l'étude continue des douze formes modernes du laido devient une sorte de méditation Zen en mouvement.

**Q.** Comment en avez-vous eu connaissance ?

**R.** Par hasard, je pratiquais le judo et ensuite avec un ami nous avons entendu parler de ce laido et donc, il y a 23 ans, nous sommes allés dans un Dojo pour voir comment cela se passait. Un peu fasciné par le sabre ou le monde japonais en général, j'ai commencé et je n'ai jamais arrêté. Rétrospectivement, c'était assez décontracté aussi parce qu'à cette époque je crois qu'en Europe il y avait quelque chose comme trois cents pratiquants, le plus haut grade en Italie je crois était un deuxième Dan, un niveau très bas.

**Q.** Est-il vrai que le concept de compétition n'existe pas ?

**R.** En réalité, cela existe mais c'est un concept un peu particulier, à certains égards, nous sommes similaires aux disciplines occidentales, par exemple, la gymnastique artistique me vient à l'esprit. Je ne suis pas un expert mais il me semble me souvenir qu'en gymnastique il y a des exercices imposés et des exercices libres, en laido il n'y a que des exercices imposés. Le concours fonctionne comme ceci : celui des deux participants qui exécute ces exercices de la meilleure façon est le gagnant, mais il y a évidemment des implications différentes. Une compétition de laido est en tout et pour tout un duel, et donc vous devez être capable de transmettre quelque chose au jury : non seulement le

geste doit être aussi proche de la perfection que possible, mais à cet instant-là, vous devez être capable de transmettre le sentiment que vous vous battez vraiment, ce qui est l'une des choses les plus difficiles en fait. Il y a des championnats italiens et européens, pas encore les championnats du monde parce que la fédération japonaise le refuse, mais nous avons ces deux compétitions chaque année.

**Q.** Combien de titres avez-vous gagnés?

**R.** Dix titres européens, et je pense avoir remporté la quasi-totalité des Italiens! [rires]

**Q.** Est-ce une discipline qui convient à tout le monde ou nécessite-t-elle des compétences particulières ?

**R.** À mon avis, c'est une discipline qui convient à tout le monde, sauf peut-être aux très jeunes enfants. Il y a un aspect très réfléchi qui a peut-être besoin d'un certain âge avant d'être exploré. J'avais des élèves de seize ans, et je pense que c'est l'âge minimum. La beauté est qu'il n'y a pas d'âge maximum, j'ai un étudiant de Latina qui, je pense, a 83 ans et a commencé il y a deux ans, et c'est un spectacle à voir. Bien sûr, il est également important d'avoir une certaine souplesse physique, mais le laido peut être pratiqué en toute sécurité jusqu'à un âge avancé.

**Q.** Quand vous pratiquez, diriez-vous que votre esprit est vide ou pensez-vous à quelque chose en particulier ou avez-vous un rituel ?

**R.** Ici, nous devons faire une petite différenciation. La pratique est divisée en deux parties : l'étude et l'Embu, la démonstration. Quand j'étudie mon esprit est sur le geste, pas sur le Kata mais sur les simples gestes prédéfinis du laido. Alors que lorsqu'il y a un Embu ou une compétition, vous ne pouvez pas avoir cette pensée, le geste doit venir naturellement. Donc l'esprit, s'il est entraîné, doit être lié à l'adversaire imaginaire, comme pour le matérialiser pour rendre le combat aussi réel que possible.

**Q.** Plus qu'un sport ou une discipline, le laido semble être plus un style de vie. Qu'est-ce que cela change-t-il dans votre vie quotidienne ?

**R.** C'est une bonne question. Très souvent je me retrouve, lorsque j'enseigne, à dire à mes élèves que le laido n'est pas le temps passé au Dojo, mais la vie de tous les jours. Très souvent avant de m'endormir il m'arrive de réfléchir sur un geste, sur un Kata, je l'exécute mentalement. Ou quand je suis dans une salle d'attente, ou quand avant le Covid je voyageais pour le laido et devais attendre longtemps pour un avion. Ce n'est donc pas seulement le temps que vous passez dans le Dojo, pour le faire à un certain niveau, vous devez en faire une attitude de vie.

**Q.** Et cette prise de conscience vous aide-t-elle dans la vie?

**R.** Je pense que oui, dans le sens où je fais un travail assez exigeant et le laido m'a beaucoup aidé du point de vue du caractère. J'étais assez impulsif, depuis que je pratique, je me suis rendu compte que je pouvais rester beaucoup plus calme. Même dans certaines situations dangereuses qui surviennent malheureusement dans la vie, avec le laido on est un peu plus habitué à garder le contrôle de soi.

**Q.** C'est intéressant : vous savez vous battre à tous égards, mais vous n'avez jamais combattu en duel à proprement parler.



**R.** J'ai imaginé mille fois un véritable duel et sûrement le laido serait d'une grande aide. Mais je pense que cela reste toujours quelque chose de mental. C'est à dire avoir un bagage de méditation en combat permettant de faire face à une situation dans laquelle il faut combattre pour de vrai avec beaucoup plus de tranquillité que je ne le ferais si je n'avais jamais tenu un sabre de laido.

**Q.** En plus du laido, avez-vous d'autres passions ?

**R.** Tellement ! [rires] Malheureusement, je n'ai pas beaucoup de temps pour enseigner et Embu prend beaucoup de place dans ma vie. J'ai deux chiens, deux Akita que j'aime beaucoup ...

**Q.** Il semble que vous aimez beaucoup le Japon.

**R.** [Rires] et que j'adore emmener à la montagne, je passe tous les week-ends libres que j'ai avec ma femme à la montagne et ils font de longues promenades. Jusqu'à il y a quelques années, j'aimais beaucoup pêcher mais maintenant je n'ai plus le temps, j'ai une passion viscérale pour le bonsaï et quand je peux j'aime vraiment faire de la moto.

**Q.** Il y a un fil conducteur de calme et de méditation dans toutes ces passions, à part peut-être celui de la moto.



**R.** Absolument oui, je crois que c'est parce que dans mon subconscient, j'ai besoin de sortir du chaos. Et donc échapper à un travail chaotique et lourd sur le plan mental, comme s'il s'agissait d'une bulle dans laquelle je me réfugie.

**Q.** Quelle est la situation du laido en Italie ?

**R.** Aujourd'hui, nous sommes environ huit cents licenciés, un peu plus que par le passé mais pas beaucoup. Après avoir longtemps été sélectionneur de l'équipe nationale italienne, l'an dernier la fédération m'a appelé à la tête du secteur de développement du laido. Laissant de côté cette année et demie où tout est plutôt

bloqué, je peux dire qu'il est assez difficile de trouver des débouchés car c'est une discipline particulière, où les gens doivent être très motivés. De plus, il n'y a pas de possibilité de "vivier", car il faut un certain âge, surtout mental, pour pratiquer. Les enfants peuvent être fascinés par le sabre japonais, mais cela reste seulement une curiosité. Après avoir essayé au fil des années de faire des tracts et autres types de publicité, nous essayons maintenant de combiner quelques arts martiaux : par exemple, les armes sont utilisées en Aikido et nous avons donc fait quelques propositions à la fédération italienne. Ce ne sera certainement jamais un art martial pour des milliers de personnes comme le Karaté peut l'être, mais l'intérêt existe réellement et grandit.

**Q.** Comment vous sentez-vous à la Reale ?

**R.** La Reale est une autre belle bulle. J'y suis arrivé avec mon ancien groupe de Kendo et de laido, à un certain moment malheureusement à cause de quelques vicissitudes ce groupe s'est séparé, et j'étais pratiquement seul avec deux très jeunes élèves. À ce moment-là, je me souviens être allé au secrétariat en disant que nous n'étions plus que trois et ne savais pas si cela valait la peine de garder le gymnase occupé. Et je me souviens que l'on m'a dit de ne pas m'inquiéter et de continuer sans aucun problème. La Reale est pour moi une deuxième maison, un endroit où j'ai toujours trouvé des gens qui

m'ont accueilli et accompagné, de Nadia Rizzo à Giovanni Bosco pour n'en citer que deux. Et au final, je peux dire que la confiance a été récompensée, aujourd'hui le cours de laido de la Reale est l'un des plus suivis d'Italie. Et les deux élèves du début sont maintenant sur le point de se présenter au sixième Dan, ce qui signifie que nous avons également grandi en qualité.

**Q.** Vous êtes septième Dan, non ?

**R.** Pour être huitième Dan, vous devez être japonais ! [rires] Blague à part, je vais essayer, ma femme est septième Dan kyoshi et dans six ans, elle pourra se présenter au huitième, après le septième en fait, il faut attendre dix ans. Il m'en manque huit et donc dans huit ans, je serai sûrement à Kyoto pour me présenter à l'examen.

**Q.** Donc, votre femme est en avance sur vous !

**R.** Bien sûr, comme toujours. Si elle ne faisait pas de laido, elle serait vraiment aussi un problème car en temps normal, c'est une discipline qui occupe beaucoup de soirées et de week-ends.

**Q.** Ok, ok, mais qui est le meilleur de vous deux ?

**R.** Elle est certainement meilleure [rires].



KIRYOKU