

# GAIJIN

Par **Irene Galleano**, 3e dan laido, championne d'Europe et d'Italie, **Furinkazan Dojo**, Savona et **Vittorio Secco**, 5e dan laido, théologien luthérien, diplômé en philologie classique et en philosophie théorique. ([Kiryoku.it](http://Kiryoku.it), 10 avril 2026)



Gaijin  
Étrangère.

C'est le premier mot qui m'est venu à l'esprit lorsque j'ai atterri à l'aéroport de Narita, Tokyo. Plongée dans un contexte diamétralement opposé à l'européen, dans lequel j'ai toujours vécu et dont je me suis éloignée pour la première fois grâce à cette expérience, toutes mes références culturelles furent remises en question et bouleversées par la rencontre avec l'Autre anthropologique. À cette occasion, j'ai clairement perçu comment les catégories de "Nous" et "Eux" s'inversent lorsque la peau devient la principale différence avec les natifs du lieu, avant même la langue et la culture de référence.

Soudainement, j'étais consciente que ceux qui regardaient mon visage ne voyaient pas un reflet de qui ils étaient, mais de qui ils n'étaient pas, et ils se reconnaissaient en moi non pas pour nos similitudes, mais pour nos différences.

Tout à coup, j'ai compris ce que cela voulait dire de se sentir l'Autre, d'être l'Autre.

Dans le "Nous", il n'y avait plus de place pour moi et pour mes compagnons de voyage. Naturellement, à notre tour, nous avons recréé et vécu dans le Nous italien en tant que groupe, alimentant, de fait, ce sentiment d'être l'étranger. En parlant avec une néerlandaise qui pratiquait le Jodo dans le Dojo les mêmes jours que nous, j'ai compris à quel point le fait d'être venue pour la première fois en groupe avait atténué ce sentiment d'étrangeté grâce à la présence d'autres Italiens. En effet, lorsqu'elle m'a raconté sa première expérience dans le Dojo, elle a plusieurs fois souligné la sensation de solitude qui l'avait accompagnée pendant toute la durée de son séjour, tant pendant les cours avec Sensei qu'en dehors.

En écoutant ensuite le témoignage de Claudio et Danielle sur leurs premières expériences au Japon, j'ai vraiment compris à quel point le fait d'être en groupe avait atténué mon sentiment de ne pas me reconnaître dans la société qui m'a accueillie pendant presque deux semaines. Surtout, j'ai réalisé à quel point la figure du Sensei est importante en tant que pont entre mon monde et le monde japonais : c'est la clé qui permet d'accéder à l'intérieur du Dojo et qui permet d'avoir un contact prolongé et privilégié avec le Sensei japonais.

Puis est venue la barrière linguistique et rituelle. La langue japonaise ne se distingue pas seulement des langues néo-latines par ses différences phonétiques et grammaticales mais une grande partie du sentiment d'étrangeté que j'éprouvais provenait des gestes qui accompagnent les mots, ou de leur absence. Chaque aspect de la vie quotidienne semble ritualisé, et je n'avais pas les outils pour comprendre ces rituels et d'en être une partie active. Le sentiment d'inadéquation né de l'incompréhension des règles implicites sur lesquelles repose la société m'a accompagnée à chaque instant, m'amenant à me demander sans cesse si j'accomplissais le bon geste, si cette révérence avait un sens dans ce contexte, si ma façon de manger le riz était bien conforme à celle des habitants du lieu, de quel côté me tenir dans les escaliers roulants,

comment donner l'argent à la caisse du supermarché, si je devais porter un masque ou non à cause de mon rhume. Au fil des jours, malheureusement, la situation n'a pas changé et, malgré mes efforts d'observation, pour essayer de comprendre puis ensuite reproduire ce que j'observais n'a pas suffi, car mon manque de connaissances linguistiques m'a empêché de communiquer véritablement avec les habitants et, par conséquent, de saisir les nuances de sens qui se cachaient derrière chaque geste.



Le Japon est une société du regard, qui constitue le principal outil d'apprentissage et de compréhension de sa place au sein de la société, ainsi que du geste essentiel.

Qui pratique le laido le sait très bien. Il arrive un moment, dans la pratique de chacun, où il faut accepter que nos cadres d'apprentissage, tout comme nos cadres relationnels, ne soient plus valables et doivent être empruntés à ceux-là mêmes qui, précisément, depuis des millénaires les appliquent dans un contexte où nous, Occidentaux, ne sommes que des invités analphabètes et où nous devons évoluer en remettant profondément en question qui nous sommes et ce que nous savons.

Nous devons essayer d'imiter l'Autre dans ses silences et ses gestes, conscients que, pourtant, nous ne pourrions jamais devenir lui et que, probablement, nous ne comprendrions jamais tout à fait le sens de ces actions et de ces silences. En laido, la recherche du pourquoi détourne

souvent l'attention de ce qui est fondamental, à savoir l'imitation de ce qui est observé. Tout comme le Japon est une société de l'imitation, en Italie, on a l'habitude de se demander le pourquoi et le comment, et de remettre en question tout ce qui est appris et transmis.

C'est un processus qui conduit souvent à la simplification de certains concepts, nécessaire pour adapter l'objet d'étude à sa propre catégorisation du monde. À travers l'observation, en revanche, c'est le sujet qui doit s'adapter à l'objet d'étude, tout en conservant néanmoins une certaine individualité. Dans le cas du laido, cette individualité est donnée par le physique du pratiquant et par sa capacité à imaginer l'adversaire dans le temps et l'espace du Kata.

Cette distanciation m'est apparue évidente en observant les différences dans notre manière de pratiquer, à nous Occidentaux, dans le contexte japonais et celle des habitués hebdomadaires du Dojo. Ce n'est pas seulement la constitution physique d'une personne japonaise qui diffère de celle d'une personne occidentale, mais c'est surtout une question d'habitudes culturelles transmises depuis des siècles, et d'une approche précoce des arts martiaux qui se rencontre rarement dans le contexte italien.

La différence que l'on a souvent tendance à ignorer réside dans le fait que le laido est un art martial japonais né d'hommes japonais pour d'autres hommes japonais, et donc il a, en principe, une approche adaptée et un sens complet principalement lié à ce contexte spécifique. Cela ne signifie pas nécessairement qu'un occidental ne puisse pas pratiquer le laido à un haut niveau, mais lorsqu'on s'approche du contexte natif de cet art martial, c'est une prémisse qu'il est

nécessaire de garder à l'esprit.

Dans cette optique, le Dojo devient donc un espace sacré, c'est-à-dire un lieu situé en dehors de notre quotidien, où celui-ci ne peut ni ne doit pénétrer. Tout ce que nous connaissons devient un obstacle à l'apprentissage, dans la mesure où cela a été pensé et catégorisé selon le modèle occidental.

Le regard devient alors indispensable, tout comme le silence.

En particulier, il est d'une importance fondamentale de respecter l'étiquette, qui n'est souvent pas observée dans les Dojo italiens. Lorsque l'on entre dans un Dojo, on n'entre pas dans un gymnase ordinaire, mais dans la maison du Sensei, et devant l'entrée se trouve un autel chargé de significations philosophiques et culturelles que la plupart des pratiquants ignorent. Pourtant, la première chose à faire, après s'être déchaussé, est justement de s'agenouiller devant le Kamidana en signe de respect. Ensuite, on s'agenouille devant le Sensei avant de commencer la leçon et à la fin de celle-ci. Ce n'est qu'ensuite que l'on pénètre véritablement dans le lieu.



Dans ce contexte, plus encore qu'en Europe, le Sensei est une figure d'autorité à laquelle on peut se fier et à laquelle on peut se confier. Il est le lien avec le passé et a pour mission de former de nouveaux pratiquants qui transmettront le laido aux générations futures.

Souvent, en Italie et en Europe, j'entends des contestations adressées au Sensei ou entre pratiquants concernant la véracité d'un Kata, son applicabilité dans un contexte réel. Comme je l'ai dit précédemment, il est naturel que ce type d'approche existe dans le contexte où nous pratiquons, mais je pense qu'un changement de perspective est nécessaire chez ceux qui posent ces questions. Le fait d'avoir été en contact étroit pendant un certain temps avec Kotaro Sensei a confirmé mon idée que ce que nous connaissons du laido ne sera toujours qu'une infime partie, et que cette connaissance n'aura de sens que si elle est acquise par un mode d'apprentissage qui passe dans un premier temps par le corps, puis par la conceptualisation de l'action. Au cours de mon expérience au Japon, essayer de faire cela s'est avéré nécessaire, en partie pour des raisons linguistiques :

Lorsque l'explication orale ne peut pas fonctionner, il faut alors trouver d'autres moyens de comprendre. Sans le passage esprit-corps, toute la concentration de celui qui pratique est

consacrée à essayer de percevoir son propre corps dans l'espace, dans le but de déterminer si un mouvement a sa raison d'être dans un Kata sans l'aide de la vue. Il est intéressant de noter que pendant la période où nous avons suivi les cours au Dojo, je n'ai jamais ressenti cette frustration typique que l'on éprouve lorsqu'on ne parvient pas à comprendre un mouvement, et je n'ai jamais ressenti la fatigue liée au fait de devoir répéter à l'infini un geste ou un Kata. Cela est probablement dû à l'absence de conceptualisation : l'absence de chercher à réfléchir à l'action a inévitablement conduit à l'absence d'attente, qui est souvent un obstacle à la pratique et l'expression de notre ego.



Cette aventure japonaise m'a apporté beaucoup de choses, dont je vais certainement tirer parti pour continuer à mûrir dans ma pratique quotidienne.

La première, la plus importante, est ma soif de connaissance. Depuis que je suis tombée amoureuse du laido, il y a maintenant sept ans, je n'ai attendu que le moment de partir au Japon pour pouvoir découvrir par moi-même ce que signifie aborder un produit culturel aussi important. Après cette expérience, mon amour n'a fait que s'alimenter et se canaliser. Je suis reconnaissante de ne pas y être allée plus tôt : pour des raisons de jeunesse, d'immaturité et des raisons matérielles, je suis certaine que je n'aurais pas su aborder cette aventure avec la capacité nécessaire d'observer et de me remettre en question. Bien sûr, pendant mon séjour là-bas, j'ai commis de nombreuses erreurs et j'ai eu beaucoup de lacunes. J'ai certainement mal compris certaines corrections, et je devrai travailler dur pour continuer à progresser. Et pourtant, j'ai encore plus envie d'apprendre.



Par la suite, j'ai compris que le Dojo est un lieu qui dépasse les frontières physiques et culturelles. Bien que je fasse partie de l'équipe nationale depuis des années et que j'essaie de participer autant que possible à des stages européens, cette découverte m'a encore une fois agréablement surprise. Le Dojo est vraiment hors du temps et de l'espace, il a ses propres règles internes qu'il faut accepter et suivre, malgré les différences personnelles, de caractère et culturelles. Chaque pratiquant est appelé à les suivre car c'est seulement de cette manière qu'une transmission correcte du savoir a lieu. Chacun doit comprendre sa propre position dans le contexte et, par conséquent, interagir avec les autres sur cette base. Le contact avec la société japonaise, rigoureusement hiérarchisée, m'a rendu très claire la nécessité de savoir évoluer au sein de ces dynamiques interpersonnelles.

J'espère que dans les années à venir, d'autres pratiquants auront la même opportunité que moi : c'est aux nouvelles générations de poursuivre ce que d'autres avant nous ont commencé, avec une énergie nouvelle et une compréhension toujours plus grande. Il faut transmettre aux autres ce que l'on

apprend ; c'est seulement ainsi que nous pouvons grandir et faire avancer le passé. C'est seulement ainsi que nous cesserons d'être des Gaijin.

**Irene Galleano**



En novembre 2022, j'ai publié ici, sur le blog du Kiryoku, un article intitulé « La Voie et le Voyage », dans lequel je m'interrogeais sur la manière dont, dans l'expérience occidentale du cheminement dans le laido, la dimension du voyage jouait un rôle prépondérant.

À l'époque, j'écrivais :

“À bien y réfléchir, lorsque nous pratiquons, nous sommes confrontés à des difficultés très similaires à celles que nous rencontrons lors d'un voyage dans un pays inconnu. Tout comme lors d'un voyage, dans le laido aussi, nous devons prendre le risque de nous fier à ceux que nous ne connaissons pas encore ; nous devons apprendre qu'il est nécessaire de faire des erreurs, de se sentir étranger, de ressentir l'envie de rentrer chez soi. Tout comme un bon voyage, qui dépasse la simple dimension du tourisme, le laido se trouve toujours de nombreux préjugés à corriger et des prétentions à relativiser.”

Je n'imaginai pas que quelques années plus tard, je comprendrais mieux ce que j'avais moi-même écrit, précisément en entreprenant un long voyage au Japon pour me former au contact de mes maîtres.

Entre le 20 février et le 4 mars 2026, j'ai en effet eu l'extraordinaire possibilité d'entreprendre cette expérience. Depuis que j'ai commencé à pratiquer le laido, j'ai toujours ressenti une sorte de limite qui me séparait de ceux qui avaient la chance et l'honneur de pouvoir aller au Japon pour s'entraîner. Je ne crois pas que ce soit seulement une question de perception. D'un point de vue anthropologique et culturel, le système traditionnel de progression par le biais d'examens et l'attribution de Kyu et Dan implique déjà en soi un mécanisme d'accès à la connaissance et à la création d'une identité ancré dans l'expérience de l'initiation.

J'ai commencé la pratique sans savoir ce que j'allais apprendre, ou en n'en ayant qu'une idée assez vague : c'est l'expérience même de l'apprentissage, guidée par quelqu'un en qui j'ai confiance - le maître -, prolongée dans le temps et qui signe la voie à la croissance, et sans laquelle il n'est possible de passer aucun type d'examen. Vient par conséquent le moment où mon parcours d'apprentissage, ce que j'ai fait pendant des mois ou des années au Dojo, se révèle face à une expérience ponctuelle qui marque un changement dans la perception que j'ai de moi-même et que les autres ont de moi : réussir l'examen, remporter une compétition importante, être invité au Japon, bien qu'à des degrés différents, correspondent à cette expérience de passage d'un avant à un après.

Il faut être clair sur un point : aucune des expériences mentionnées n'a de valeur en soi. Ce n'est pas toujours le cas, et pas seulement en laido, qu'un examen réussi reflète la valeur que cet examen aurait dû exiger. On ne remporte pas toujours une compétition parce qu'on est meilleur qu'un autre et, surtout, tout déplacement n'est pas en soi un voyage significatif. Comme je le disais déjà en 2022, "même le laido se heurte toujours à de nombreux préjugés à corriger et à des prétentions à relativiser". Je dis cela parce qu'il est facile, d'un point de vue européen et peut-être aussi un peu naïf, de considérer chacune de ces expériences mentionnées comme des gages de persuasion, parfois trompeurs.



Et en effet, la première chose qui m'a frappé dans cette expérience au Dojo de Kawasaki, c'est l'extraordinaire connaissance et la maîtrise du Budo - et pas seulement du laido - dont fait preuve Ishido Sensei, qui - et je n'exagère pas - dépasse de loin ce que nous pouvons imaginer atteindre d'un point de vue occidental. La notion de profondeur de la pratique y est intimement redimensionnée. Et donc, le premier enseignement fondamental que j'ai le sentiment d'avoir appris est le suivant : en laido, on n'arrive pas, on chemine.

Dans l'espace exigu du Dojo du Maître, bien différent des gymnases où nous nous entraînons souvent en Europe, on s'entraîne par roulement et la pratique est libre : chacun s'entraîne comme il le juge le plus opportun. Les Maîtres (Kancho et Fuku-Kancho) observent attentivement, corrigent si nécessaire ceux qui s'entraînent, en soulignant le sens profond de chaque geste, souvent mal compris ou mal exécuté. On insiste pendant des heures sur ce que l'on souhaite apprendre ou perfectionner.

Je me souviens avec gratitude de la disponibilité aimable et sereine dont ont fait preuve les Sensei, ainsi que de l'attention particulière qu'ils ont portée à nous, Européens. Même si ce n'est pas un concept nouveau, j'ai mieux compris pourquoi le Dojo, en tant que lieu, est l'espace où la croissance devient possible : on y pratique avec attention et respect, des règles et des concepts inhabituels y prévalent, et le Kamidana situé près du Shomen en fait un espace liminal, sacré.

On dit qu'un bon voyage est celui qui donne envie de rentrer chez soi. Lors de ce voyage au Japon, il n'y a pas eu seulement le temps de la pratique, profondément satisfaisant, mais justement vers la fin, il y a aussi eu l'envie de rentrer chez nous. Le 28 février 2026 a également marqué le début de la guerre entre les États-Unis et l'Iran. Cela a également eu des répercussions sur notre groupe au Japon.

Le Kawasaki dans laquelle nous logions, devenu désormais familier, nous a rappelé à quel point nous étions en réalité loin de nos foyers en Europe. La guerre a eu des répercussions dévastatrices sur les principales liaisons aériennes en Asie en raison de l'implication des pays du Golfe. Nous nous sommes tous retrouvés sans billet de retour et, en quelques heures, nous avons dû trouver un moyen de rentrer chez nous sains et saufs. Bien sûr, malgré un peu d'appréhension et un portefeuille allégé, tout s'est bien passé, mais personnellement, je crois

que, une fois de plus, cette expérience reflète étroitement ce que je voulais exprimer en 2022 : “nous devons apprendre qu'il est nécessaire de faire des erreurs, de se sentir étranger, de ressentir l'envie de rentrer chez soi. Tout comme un bon voyage, qui dépasse la simple dimension du tourisme, le laido se trouve toujours de nombreux préjugés à corriger et des prétentions à relativiser.”



Je ne peux m'empêcher de me souvenir avec gratitude que ce voyage n'était pas un voyage en solitaire. Le Japon aurait été bien différent sans les personnes chères avec lesquelles j'ai partagé cette expérience. Je me souviens avec affection des précieux conseils de Claudio et Danielle, de l'accompagnement paternel de Carlo, des agréables petits-déjeuners avec Paolo, de la gaieté spirituelle de Stefania et Cristina, de l'émerveillement et de l'enthousiasme contagieux de Davide et Irene. Ce ne sont pas non plus des choses banales, elles font partie intégrante de l'expérience que procure le laido. J'ai eu également plaisir à revoir Alex après plusieurs années, un ami et partenaire d'entraînement, que la vie a conduit d'un petit village de l'arrière-pays d'Albenga jusqu'à la capitale japonaise.

Les récits de voyage constituent un genre littéraire qui dérive facilement vers des considérations intimistes, peut-être peu intéressantes pour les lecteurs. Il serait peut-être déplacé de décrire les impressions qui m'ont accompagné : des lumières éblouissantes de Tokyo au parfum du bois à l'intérieur du Dojo, tôt le matin, semblable à celui des bancs d'un temple ; de l'eau fraîche du Pacifique sur la plage d'Odawara, qui me rappelait mon chez-moi, au sourire du gérant du Tears' Drop Bar tandis qu'il écoutait la musique de ses vinyles. De la saveur réconfortante de la soupe miso, au moment où les paroles de Winckelmann [*fondateur de l'archéologie classique 1717-1768*] me sont revenues à l'esprit devant les grandes statues de Bouddha et de Kannon, tout sauf classiques, et pourtant : noble simplicité, grandeur tranquille ! Ce fut bien plus qu'un entraînement intense.

C'était un beau voyage, mais ce n'est ni la fin ni le début. En laido, on n'arrive pas, on chemine.

**Vittorio Secco**

**KIRYOKU**