

KINOMICHI ... « Kinomichi, dit Maître Noro, est composé de trois mots, Ki, No, Michi. Commençons d'abord par le plus simple, No, qui signifie « de ». Michi, en japonais, veut dire « voie, chemin », c'est l'équivalent en japonais du Tao chinois. Michi est composé de Mi qui veut dire corps et Chi qui est le sang qui circule dans notre corps. Michi veut donc dire également vie. Michi c'est le chemin de la vie. Quant au mot Ki (chinois Chi), on le traduit généralement par énergie. Mais cette traduction ne fait qu'en donner une idée approximative. C'est un terme important en japonais : le Ki est partout, tout est le Ki.(...) Ainsi au Japon, de quelqu'un de gai, on dit que son Ki est positif. Quelqu'un est-il triste ? son Ki est négatif. S'il fait beau on dit que le Ki du ciel est bon. Ce Ki on ne peut le mesurer. Ce n'est pas un concept scientifique mais chacun peut l'expérimenter dans les profondeurs de son corps. On n'en parle pas mais on le sent. »

La méthode Noro

- Unifier le corps et l'esprit en privilégiant le sens du toucher et la relation, en associant le mouvement du corps à l'ouverture du cœur.
- Manifester l'harmonie en entrant dans l'Energie Terre /Ciel.
- Dépasser « le petit moi » selon Durckheim et retrouver: la Lumière, la Paix, le Silence.

Par l'inclusion des pratiques et techniques suivantes: respiration et ouverture, méditation de pleine conscience, contacts, étirements, massage sensitif...

Par une progression précise des initiations de 1 à 5 permettant à chacun quelque soit son âge et ses capacités physiques de progresser à son rythme et de renouer et/ou développer:

- une plus grande souplesse et tonicité
- une plus grande justesse d'utilisation du corps dans la vie quotidienne.
- des capacités d'attention, d'écoute, de présence et de maîtrise de soi.
- des capacités de réaction et d'anticipation.

Le Kinomichi que Maître NORO a voulu une pratique complète peut aussi être un excellent complément préparatoire à toute pratique sportive.



Maître Morihei Ueshiba

« Dans le Budô authentique, il n'est nul ennemi .Le Budô authentique est un acte d'amour. Il n'est pas question de combat ni de destruction mais d'épanouissement et de développement et cela pour toute chose sur cette terre. (...) Il est question ici de la victoire absolue, absolue en ce qu'elle ne s'oppose à rien. La victoire vient avec l'éradication de la volonté de combattre et de s'opposer aux autres. »

Maître NORO

« Mes matériaux : le mouvement, l'énergie, le souffle. Mon objectif: L'harmonisation, l'ouverture aux autres et à l'univers, l'unification de l'être intérieur, l'élargissement à tous les domaines de la vie »
 « Je souhaite que l'esprit qui préside ce travail (en japonais moyen de création, d'évolution) se propage à l'extérieur du dojo et participe positivement à l'éveil d'un monde plus harmonieux. »

La pratique des « Armes »: Jo (canne), Boken (sabre de bois), Tanto, Iaïto ne sont que des outils permettant de prolonger le corps, de distancier les sensations, varier les situations, affiner la maîtrise.



Section de Kinomichi

[www.](http://www.kinomichi.com)

Enseignant: VERDEL Michel

Contact: 06 72 59 87 69

Lieu de Pratique: Salle foyer rural Corronsac



氣之道



Maître Masamichi NORO

Éléments de biographie

Masamichi Noro, fondateur du Kinomichi®, est un des principaux disciples du fondateur de l'Aïkido Morihei Ueshiba. De 1955 à 1961, il vécut à demeure auprès de son Maître. Il y suivit une formation intensive suite à laquelle il partira pour la France, missionné en qualité de *délégué officiel pour le développement de l'Aïkido en Europe et en Afrique*. En quelques années, il crée plus 200 dojos puis s'installe à Paris qu'il ne quittera plus.

En 1979, souhaitant poursuivre sa propre recherche, il fonde le **Kinomichi**, art qu'il façonnera continuellement dans le respect de sa formation traditionnelle japonaise et à l'écoute des expressions corporelles occidentales. Masamichi Noro nous quitte le 15 Mars 2013. A son départ, une centaine d'enseignants de Kinomichi continuent la transmission de son œuvre à travers le monde... France, Allemagne, Italie, Belgique, Hollande, Brésil...

Création du Kinomichi

En 1979, après un entretien avec Maître Kishomaru Ueshiba, le fils du fondateur de l'Aïkido, il crée le **Kinomichi**, littéralement « la voie de l'énergie ». Rencontre le Docteur Lily Ehrenfried qui devient son amie et avec laquelle il étudie durant sept ans. Il incorporera petit à petit certaines de ses techniques dans les exercices préparatoires.

En 1983 Masamichi Noro dépose le terme KINOMICHI méthode Noro, et ouvre le Centre Masamichi Noro.

En 1991 Création du Centre International NORO KINOMICHI.

À partir de 1996, il rend de fréquentes visites au Centre Mondial de l'Aïkido à Tokyo et bien sûr au Maître Kishomaru Ueshiba.

En 2001, le ministère français des Sports reconnaît le Kinomichi® en tant que discipline sportive. S'ensuit la création de la KIIA (Kinomichi® International Instructors Association). **La KIIA s'affilie en France à la Fédération Française d'Aïkido Aïkibudo et Affinitaires.**

En 2004, célébration des vingt ans de la FFAAA le Doshu Moriteru Ueshiba, représentant du Centre Mondial de l'Aïkido à Tokyo est reçu à Paris, les Maîtres Masamichi Noro, Nobuyoshi Tamura et Christian Tissier

En 2007, à l'occasion du congrès de la FIA à Paris, il accueille au Korindo Dojo des Maîtres japonais, dont le Doshu Moriteru Ueshiba et Isoyama senseï à l'initiative de la FFAAA.

Maître Masamichi Noro déploie son énergie à créer une discipline ouverte sur son devenir, à l'instar de son propre Maître qui n'eût de cesse de transformer son art jusqu'à lui donner plusieurs noms différents comme autant de « bornes » sur la Voie.



De l'initiation 1...



... à l'initiation 5

