

### 3.1. KEN JITSU - PRINCIPES

*« Ce qui importe le plus dans l'art de l'escrime,  
c'est d'acquérir une certaine attitude mentale appelée « sagesse immuable ».  
Immuable ne signifie pas rigide, lourd et sans vie  
comme un rocher ou un bout de bois.*

*Il signifie le plus haut degré de mobilité autour d'un centre immuable.*

*L'esprit atteint alors le plus haut point d'alerte  
et peut diriger son attention partout où il faut.*

*Il y a un élément immuable au-dedans  
et qui cependant évolue spontanément avec les choses qui se présentent devant lui.  
Le miroir de la sagesse les réfléchit instantanément les uns après les autres,  
tout en restant intact et serein. »*

**Takuan**

© ARZ - Académie du Ritsu Zen - Montreuil – France - 2000-2024 - Tous droits réservés

