



# Le Kyusho Jitsu.





## Définition du travail.

C'est l'art sublime des points vitaux appliqué aux arts martiaux.

C'est l'art d'attaquer les points sensibles du corps humain, les points vitaux, dans la pratique des arts martiaux

Les points en question sont les mêmes que ceux utilisés en acupuncture chinoise. Le principe consiste à toucher certains centres nerveux.

C'est dans la manière de toucher les points que se fait la différence entre soulager et faire mal. La manière de toucher les points ne dépend pas de l'effet que vous voulez obtenir mais des points eux-mêmes. Par exemple, certains points nécessitent une simple pression, d'autres une frappe sèche, d'autres encore une pression de type vibratoire.

Le but d'une pression n'est pas de provoquer une douleur mais d'entraîner une réaction qui engourdi les défenses.

Même si une personne ne ressent pas une douleur quand on lui presse un point du poignet cette technique supprimera le réflexe de bloquer et permettra de placer une clé ou une frappe sur un autre point.

## Quelques explications.

Lors des siècles passés, le corps humains à été associés à des « canaux » que l'on nomme méridiens. Ceux-ci sont plus ou moins sensible dans certaines circonstances et sous certains angles de travail. Ces méridiens sont plus connus en médecine chinoise par exemple. Ce sont les mêmes méridiens qui servent pour l'acupuncture.

Ces zones et points vitaux que l'on a définis sur les méridiens permettent la pratique du Kyusho-Jitsu ou de l'art des points vitaux.

Appelé Dim Mak en Chine, le Kyusho est un complément qui peut permettre d'augmenter l'efficacité d'une technique.

## Notre travail.

Nous utilisons les techniques décrites notamment dans l'encyclopédie du Dim Mak pour pratiquer en complément de nos méthodes le Kyusho Jitsu.

L'utilisation des points sensibles viennent aider notre pratique soit par des coups frappés sur les méridiens, soit par des pressions, frictions sur les mêmes méridiens.

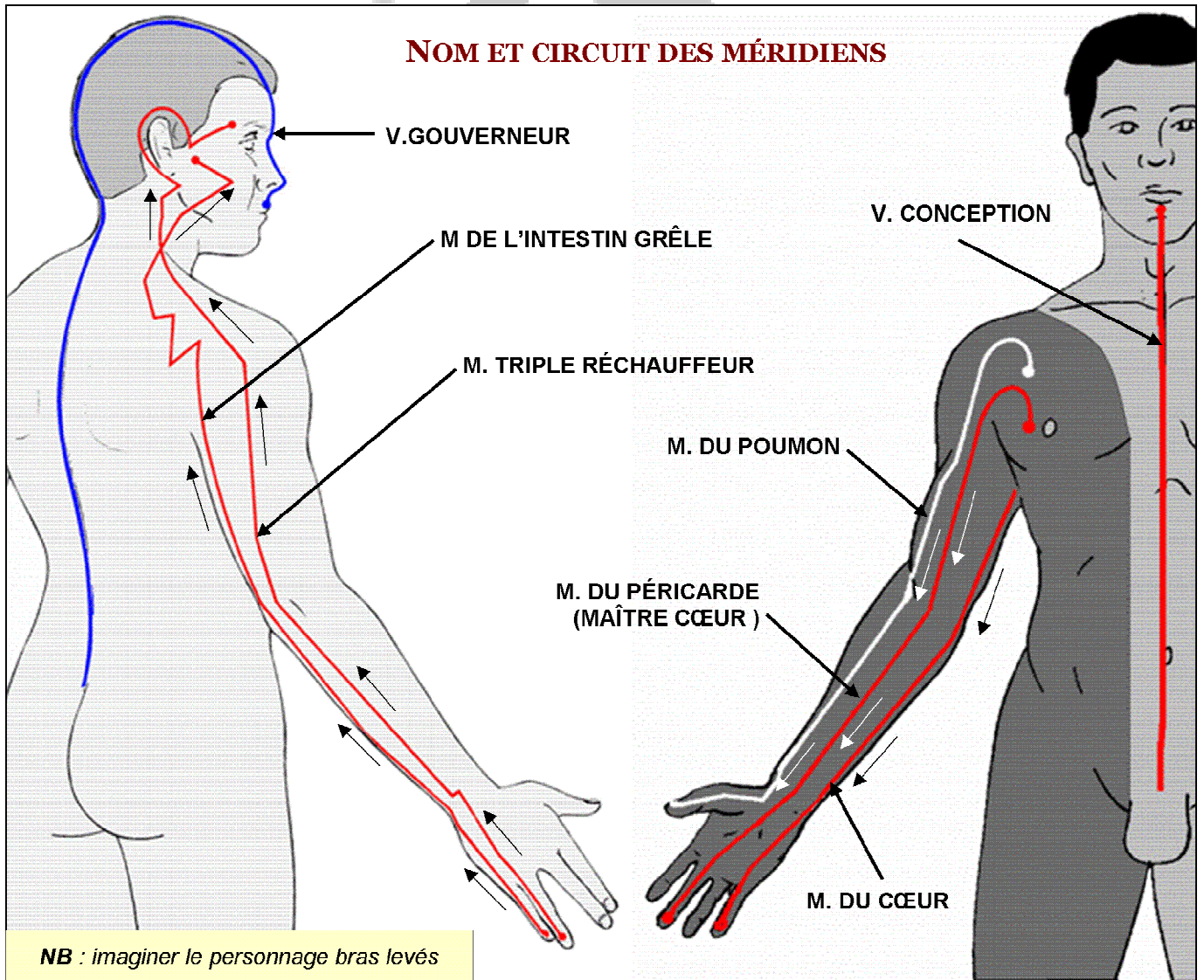
En aucun cas, il s'agit de prétendre que le Kyusho Jitsu est une méthode efficace dans sa totalité. Bien au contraire, nous nous aidons de cette pratique pour renforcer nos techniques. Il arrive que la technique associée au Kyusho Jitsu ait une efficacité accrue. Mais il peut aussi arriver que le pratiquant ne ressente pas



le point visé. Dans ce cas là, on s'aperçoit que même sans « douleur » le Kyusho Jitsu aide à la réalisation de la technique mais sans pour autant en démultiplier son efficacité.

Nous prôtons donc l'utilisation des points sensibles dans notre pratique aussi bien technique que combat ; Néanmoins, il faut beaucoup d'entraînement et de précision pour tirer partie de l'ajout du Kyusho Jitsu.

Ci-dessous un exemple de méridien.



**NB : Les couleurs indiquent à quel élément se rattache chaque méridien :  
rouge = feu, jaune = terre, blanc = métal, bleu = eau, vert = bois.**