

02-ESPACE
ENVIRONNEMENT
ALLER

03-SOCIÉTÉ
JEU
SPORT
ART MARTIAL

01-TEMPS
SANTÉ
CORPS

JAPON

02-ESPACE
ENVIRONNEMENT
ALLER
MOUVEMENT

irimi

Irimi （入り身） signifie littéralement « entrer dans le corps » ou « pénétrer l’espace ». Dans les traditions martiales d’Asie orientale, cette idée renvoie à une attitude fondamentale : réduire la distance au moment juste et accepter la rencontre plutôt que de rester à l’extérieur du mouvement. Irimi n’est ni une charge impulsive ni une opposition frontale ; il suppose au contraire un grand sens du timing, une posture stable et une intention claire. Entrer, ici, ne signifie pas attaquer, mais s’engager pleinement dans la situation telle qu’elle se présente. Sur le plan corporel, irimi mobilise l’ensemble du corps comme une unité : les appuis, l’axe, la respiration et le regard doivent être coordonnés. Il enseigne que l’efficacité ne naît pas de la vitesse ou de la force, mais de la justesse de l’engagement. Sur le plan symbolique, irimi peut être compris comme une posture existentielle : faire face aux événements, entrer dans la relation, ne pas se dérober devant la difficulté.