

l'art de la Voie

Histoire et culture des arts martiaux



La voie du sabre

L'Irish stick fighting
Venez découvrir le maniement et l'histoire du Shillelagh, l'arme traditionnelle irlandaise.

Mise au poing

Ippon kumité : Bloquer en gyaku agé uké
Attaque en oie tsuki contré par un blocage par agé uké.



Histoire d'un art...

Le Bajiquan





ÉDITORIAL

Bonjour à tous,

Avant toute chose je tiens à vous souhaiter une bonne année 2013 à toutes et à tous et à vous remercier pour votre soutien et vos encouragements. L'année à venir promet d'être une année riche en nouveautés pour votre magazine. Je peux d'ores et déjà vous annoncer la création d'une nouvelle rubrique qui sera tenue par Matthieu Jeandel, un pratiquant d'Aïkido ayant atteint le niveau de 5ème dan dont vous pourrez retrouver l'interview dans ce numéro. Cette nouvelle rubrique devrait apparaître dès le prochain numéro mais je ne vous en dis pas plus pour l'instant.

Je profite aussi de ce numéro pour remercier tous ceux qui ont participé au petit questionnaire dont j'avais parlé dans le précédent numéro. Pour rappel, cette étude concernait les risques du développement sportif des arts martiaux. Grâce à vos réponses et à mes recherches j'ai pu rédiger un article de 45 pages sur le sujet que vous pouvez retrouver sur le site l'art de la voie bien que ce projet n'entre pas directement dans le cadre du magazine. J'en profite aussi pour vous annoncer que cette étude sera suivie d'un autre projet dont le sujet sera « les arts martiaux, entre évolution et tradition ». Bien que ce sujet fût brièvement traité dans l'un des précédents numéros, je pense qu'il est important de l'approfondir et pour cela je risque d'avoir besoin de votre concours.

Je vous laisse maintenant à la lecture de ce numéro qui devrait vous faire voyager de l'Irlande au Japon en passant par la Chine et vous souhaite encore une fois une très bonne année à tous.

SOMMAIRE

Histoire d'un art	Le Baji quan	page 3
Bibliographie	La voie des arts martiaux	page 6
La voie du sabre	L'Irish stick fighting	page 7
Filmographie	Kill Bill	page 11
Voix d'une voie	Matthieu Jeandel	page 12
Mise au poing	Ippon kumite: bloquer en age uke	page 19
Le choix des armes	La hallebarde	page 21
Lumière sur	Le karaté Shito ryu	page 22
Panthéon martial	Wang Fei Hung	page 26
la plume et l'épée	L'archer et le moine	page 29
Quizz		page 30
La voie numérique		page 31

Rédacteur en chef	Antoine Thibaut
Rédacteurs	Johnny Gence, Antoine Thibaut
Correction	Marina Fiquet, Sixtine Dezwarte et Pascal Brice
Maquettistes	Gilles Aubin et Waly Villca
Contact	lartdelavoie@laposte.net

Diffusion





Histoire d'un art Le Baji quan

Wu Zhong enseigna, dans un premier temps, le pigua zhang et le baji quan à sa fille Wu rong. Il est à noter que les deux arts seront souvent liés l'un à l'autre, car complémentaires, si bien qu'il était coutume de dire que « Quand baji Quan et pigua zhang sont combinés, dieux et démons sont terrifiés ».

Le Baji quan

Bien que le nom de baji quan soit relativement connu des pratiquants d'arts martiaux chinois, peu de personnes connaissent réellement cet art et plus rares encore sont celles qui le pratiquent. Issu de la communauté musulmane Hui, il a pourtant eu très longtemps une réputation

de grande efficacité et a été pratiqué par de nombreux gardes du corps de personnalités telles que des empereurs et des présidents. Cet art nous est parvenu en grande partie depuis Taïwan, où il s'est imposé comme un style majeur.

Des origines récentes

Des origines contestées

Les origines du baji quan sont très difficiles à établir du fait de l'absence de sources écrites sérieuses antérieures à 1930 et de la forte tradition orale de l'art. Le plus ancien pratiquant dont le nom nous soit parvenu aujourd'hui est un certain Wu Zhong qui aurait vécu au XVII^{ème} siècle. D'autres affirment néanmoins que l'on retrouve des traces de cet art dans le Qi JiGuang, un ouvrage militaire datant de la dynastie Ming. Ce dernier fait, entre autres, référence au pazi quan réputé pour sa technique du bâton. Le lien se justifierait alors, puisque pazi quan signifierait « boxe du râteau », ce qui serait une référence à la forme particulière du poing (mi-fermé) que l'on utilise dans les exercices du baji quan. Un autre point de vue voudrait que le terme pazi soit une déformation du terme baji dans le dialecte local des habitants du Cangzhou.

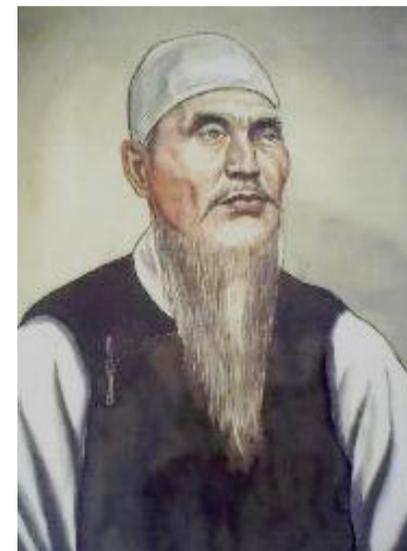
Bien que cette théorie semble plutôt intéressante, elle soulève tout de même certaines critiques. Tout d'abord, l'ouvrage fait référence au bâton du pazi quan. Or, l'arme principale du baji quan est la lance.

de personnages mystérieux aux origines avérées de l'art.

Wu Zhong, le plus ancien pratiquant de baji quan

Le plus ancien pratiquant de baji quan dont l'existence est certaine est un certain Wu Zhong. Ce dernier serait un jeune musulman de la communauté Hui qui aurait très tôt manifesté un grand intérêt pour les arts martiaux au point d'arrêter ses études de littérature pour s'y consacrer. Le jeune homme était originaire du village de MengCun dans le comté de Cang, un territoire réputé pour ces nombreux artistes martiaux.

Un jour que Wu Zhong s'entraînait, il fit la rencontre d'un moine itinérant. Après une discussion, ce dernier décida de lui enseigner le baji quan (qui portait alors un autre nom), le pigua quan (ou pigua zhang) et le maniement de la grande lance, mais il refusa de lui donner son nom. Il entraîna Wu Zhong durant 10 ans avant de décider de le quitter. Au moment de partir, il aurait déclaré à son élève que tous ceux à qui il avait enseigné le connaissaient sous le nom



Wu Zhong

Le plus ancien pratiquant dont le nom nous soit parvenu aujourd'hui est un certain Wu Zhong qui aurait vécu au XVII^{ème} siècle.

De plus, bien qu'il soit fait référence au pazi quan, rien n'est dit à son sujet et personne aujourd'hui ne semble savoir à quoi avait pu ressembler l'art en question.

D'autres théories moins nombreuses font remonter la pratique de manière plus ou moins directe au temple de Shaolin ou aux temples des Monts Wudang et si rien ne permet d'affirmer que ces suppositions soient vraies, aucun élément ne permet non plus de les réfuter de manière certaine, un flou auquel n'est pas étrangère la présence

de Lai.

Peu de temps après, Wu Zhong fit la rencontre d'un autre moine itinérant du nom de Pi qui affirmait être l'élève de Lai. Il donna à Wu Zhong un rouleau contenant les techniques avancées du style et l'enjoignit d'aller étudier au temple HangZhou. À son arrivée au temple, Wu Zhong en défia le supérieur à plusieurs occasions. À la suite de cela, il parcourut le Nord de la Chine pour combattre des adversaires sans cesse plus forts. Âgé de 60



ans et n'ayant connu aucune défaite, il décida de retourner au village de MengCun où il enseigna jusqu'à la fin de sa vie.

Le développement du style

La diffusion du style

Wu Zhong enseigna, dans un premier temps, le pigua zhang et le baji quan à sa fille Wu rong. Il est à noter que les deux arts seront souvent liés l'un à l'autre, car complémentaires, si bien qu'il était coutume de dire que « Quand baji Quan et pigua zhang sont combinés, dieux et démons sont terrifiés ». Or, la fille du maître n'enseigna par la suite que le pigua quan. Pour ne pas que le baji quan ne se perde, il décida donc de l'enseigner à Wu Yong, un de ses neveux éloignés. C'est celui-ci qui, semble-t-il, donna son nom à l'art. On sait peu de choses sur ce qu'il advint par la suite. Il est cependant certain que l'art martial se développa principalement au sein de la communauté Hui, très conservatrice, dans les alentours de Mengchun, et ce, jusqu'au milieu du XXème siècle. Il semble aussi que malgré cet isolement l'art eut très tôt une certaine renommée du fait de son efficacité. C'est ainsi que ses techniques à courte distance et ses contrôles lui valurent le nom de « boxe des gardes du corps ».

Parmi les nombreux pratiquants qui influenceront le style, on trouvera entre autres Wu HuiQing qui, durant la première moitié du XXème siècle, va apporter une première modernisation du style non seulement en le codifiant, mais aussi en développant les principes théoriques et philosophiques de l'art.

Il y eut de nombreux artistes connus ayant pratiqué le baji quan, comme Li ShuWen, qui pratiqua le baji quan et le pigua zhong et était surnommé « Li le dieu de la lance » en raison de ses capacités extraordinaires avec cette arme. Ce fut cependant l'un de ses élèves qui fit sortir le style de Chine. Ce dernier se nommait Liu YunQiao. Il entra dans l'armée chinoise en 1949, mais partit pour l'île de Taiwan dès le début de la révolution culturelle

des années 1950. Il y fut vite rejoint par de nombreux autres maîtres d'arts martiaux. Cependant, malgré les nombreux maîtres immigrés sur l'île, il réussit non seulement à imposer le baji quan comme un des styles les plus efficaces, mais, plus encore, il parvint à lui donner un rayonnement international grâce à ses nombreux élèves étrangers, notamment des Européens et des Américains.

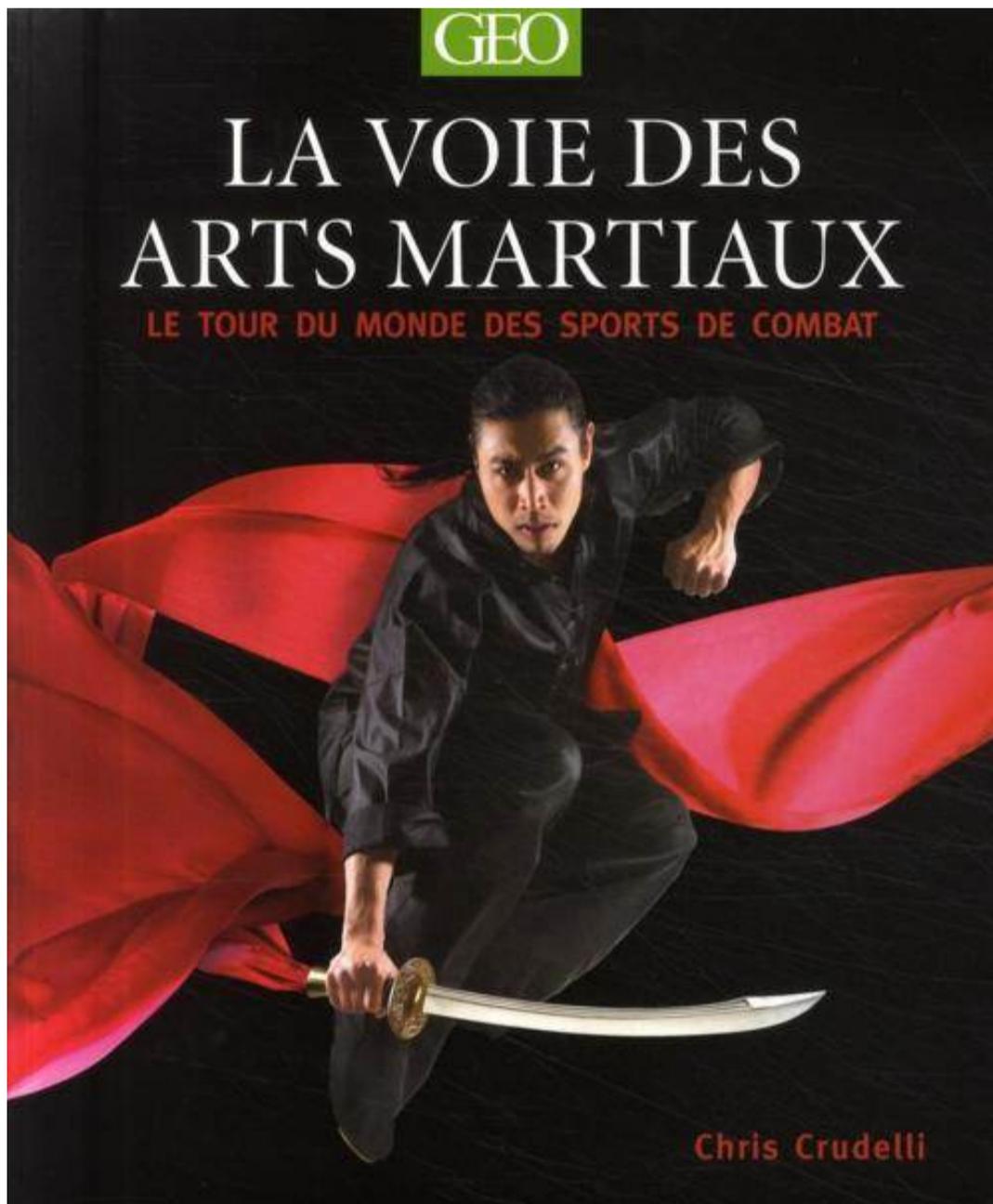
La diversification du style

Bien que l'ensemble des différentes pratiques du baji quan forment un tout cohérent, il se divise tout de même en plusieurs styles qui, pour la plupart, prennent leur origine dans les villages proches de MengCun et ont commencé à se développer à partir de la troisième génération de pratiquants. Parmi ces styles on trouve :

- le baji de la famille Wu qui est l'enseignement direct de Wu Zhong et qui fut modernisé par Wu HuiQing
- le baji de la famille Huo qui s'est développé au nord-est de MengCun
- le baiji de Ma FengTu qui s'est développé au nord de MengCun
- le baji de NanJing qui est enseigné par les élèves de Li ShunWen

Ce ne sont là que quelques styles parmi ceux, très nombreux, qui se sont développés au cours du temps. Nombre d'entre eux restent encore aujourd'hui limités à leur secteur géographique d'origine.





La voie des arts martiaux : Le tour du monde des sports de combats
de *Chris Cudelli*

Il existe un certain nombre d'encyclopédies des arts martiaux et sports de combat, la plus connue étant celle de Roland Habersetzer qui reste un ouvrage de référence en la matière. Mais ces dernières souffrent presque toujours du même problème à savoir elle se limite aux arts martiaux asiatiques et plus souvent aux arts martiaux de 5 pays : Inde, Chine, Japon, Vietnam et parfois Thaïlande. On y retrouve aussi parfois des références à d'autres arts martiaux de pays d'Asie mais cela ne va pas au-delà. L'ouvrage dont il est question aujourd'hui est, quant à lui, beaucoup plus exhaustif et c'est sa qualité principale. Il se compose de 7 parties : Inde et Asie du sud, Chine et Est asiatique, Japon et Okinawa, Sud-Est asiatique et Océanie, Europe, Afrique, Moyen-Orient et Asie centrale, et Amérique. Cet ouvrage est entendu beaucoup moins exhaustif que d'autres sur les arts martiaux asiatiques mais il nous permet de découvrir les pratiques martiales d'Europe, mais aussi celles d'Afrique et de pays comme la Nouvelle Zélande, la Bolivie et bien d'autres.

Autre point positif, cet ouvrage comprend de très nombreuses photos d'une très bonne qualité et pour chaque art martial, un court résumé destiné à en faire connaître le lieu d'origine, la date présumée de sa création et les grandes lignes de sa pratique.

Cet ouvrage n'est cependant pas parfait et l'on y trouvera un certain nombre d'erreurs, notamment dans le nom de certaines disciplines ou dans certaines descriptions. Cependant, ceci est bien vite pardonné au vue de la masse d'information et offrira de nombreuses pistes de recherche pour les passionnés.

FACTION FIGHT AT BALLYEIGH, BALLYBUNION.

FACTION FIGHTS WERE FIGHTS AT FAIRS, MARKETS, FUNERALS, RACE MEETINGS AND FESTIVALS. AT FIRST THE ONLY WEAPONS USED WERE STICKS. FACTION FIGHTING ORIGINATED IN KLOHNET, Co. TIPPERARY IN 1600 & SPREAD QUICKLY THROUGHOUT THE COUNTRY. ON THE HEARY BORDER THE BIGGEST FACTIONS WERE THE COOLEENS & THE BLACK MULVHILLS. ON THE 24TH JUNE 1824 A LONG STANDING FEUD BETWEEN THE COOLEENS, BLACK MULVHILLS & LAMLORS CULMINATED IN ONE OF THE FIERCEST FACTION FIGHTS EVER SEEN. IT TOOK PLACE AT THE ANNUAL BALLYEIGH FESTIVAL OF GAMES & RACING WHICH DATES BACK TO PAGAN TIMES. ON THAT FATEFUL DAY ABOUT 1200 MEN OF THE COOLEENS CROSSED THE CASHEN RIVER TO BALLYEIGH STRAND & CAME UP AGAINST A FORCE OF ABOUT 2000 OF THE LAMLORS & MULVHILLS. DESPITE THEIR EARLY ATTACK THEY WERE FORCED TO DIVIDE & RETREAT. THE SMALLER SECTION WERE DRIVEN TOWARDS THE CASHEN RIVER. THEIR BOATS COULD NOT TAKE THE NUMBERS TRYING TO GET ABOARD. SOME WERE DROWNED & MANY MORE WERE BEATEN TO DEATH WITH STICKS & STONES. THE DEATH TOLL WAS ESTIMATED TO BE 20 BUT IT WAS WIDELY BELIEVED TO BE GREATER OWING TO THE NUMBERS WHO DIED FROM THEIR INJURIES. NO ONE WAS APPREHENDED AS A RESULT OF THE INQUIRY. THE LAST OFFICIAL RACE MEETING WAS HELD AT BALLYEIGH ON THE 9TH & 10TH OF SEPTEMBER 1856. THE RACE MEETING WAS RELOCATED TO LISTOWEL & IT IS NOW A VERY SUCCESSFUL ANNUAL EVENT.

LA VOIE DU SABRE L'Irish Stick Fighting

L'Irish Stick Fighting n'est pas une discipline unifiée mais un ensemble de styles développés dans chaque clan avec des particularités conservées jalousement parfois encore de nos jours, la tradition gaélique étant essentiellement orale et clanique. Rare encore de nos jours est l'enseignement ouvert à tous.

Shillelagh, l'âme de l'Irlande

Ce que nous connaissons sous le nom de shillelagh et qui désigne le bâton de combat irlandais est en fait un système martial complet qui puise ses racines dans

L'histoire de l'Irish Stick Fighting

Une tradition martiale millénaire

Depuis la nuit des temps, les guerriers Gaëls de la terre d'Erin (nom ancien de l'Irlande) ont été employés pour leurs qualités au combat comme soldats professionnels dans toutes les armées étrangères en conflit. Et si on note bien l'existence d'une élite de guerriers, les Finnans, c'est bien chaque paysan qui était formé au combat dans un système de transmission familial et clanique. Les luttes étaient incessantes et les ennemis nombreux qu'ils soient issus des clans rivaux ou d'outre-mer et chacun devait être en capacité vitale de défendre sa terre, sa famille et son clan.

Même si les Gaëls ont à partir du haut moyen âge des échanges avec les autres pays utilisant des armes de métal, ils gardèrent, de par la rareté de celles-ci et donc leur prix élevé, un usage généralisé d'un fort gourdin en combat rapproché pour lequel ils développèrent une véritable expertise du maniement que tous leurs ennemis, depuis les Romains jusqu'au Anglais, rapportèrent dans leurs chroniques.

Au fil des siècles et de la paix souvent forcée par l'envahisseur, les Irlandais, [...] institutionnalisent et systématisent le moyen de faire perdurer leurs traditions martiales...

Ce gourdin est appelé de façon générique tout simplement Bata (bâton) et est utilisé seul, avec un bouclier rond ou avec la cape enroulée autour du bras. Il est intéressant de noter sur ces tapisseries que même les combattants qui portent l'épée privilégient néanmoins le combat au Bata pour son efficacité et probablement pour son association à la culture Irlandaise.

Les faction fights

Au fil des siècles et de la paix souvent forcée par l'envahisseur, les Irlandais, toujours fidèles à leurs structures claniques, institutionnalisent et

une tradition autochtone ancienne mais s'avère adapté aux enjeux de protection personnelle contemporains.

systématisent le moyen de faire perdurer leurs traditions martiales, afin de cultiver leur aptitude à résister en maintenant les aptitudes de tous les hommes en âge de combattre. Ils développant des sports de crosses appelés de façon générique An Caman (Hurley) qui ferait passer le hockey professionnel pour du badminton et surtout au 17ème et 18ème siècle par de véritables batailles rangées entre clans rivaux, les célèbres faction fights, où on se donne rendez-vous après la messe du dimanche, pendant une foire ou une fête quelconque. Toutefois, malgré le caractère de masse de ces combats et le fait qu'on peut y être gravement blessé ou même mourir, ils sont encadrés par des règles très strictes, telles que la participation de tous les hommes valides, mais en stricte égalité numérique des parties en présence au point qu'un clan en surnombre pourra prêter un de ses combattants au clan adverse. Le non-respect éventuel de cette règle absolue pouvant jeter le déshonneur sur le clan tout entier il

n'est pas rare que des contrevenants soit tués ou blessés gravement puis bannis par leur propre clan.

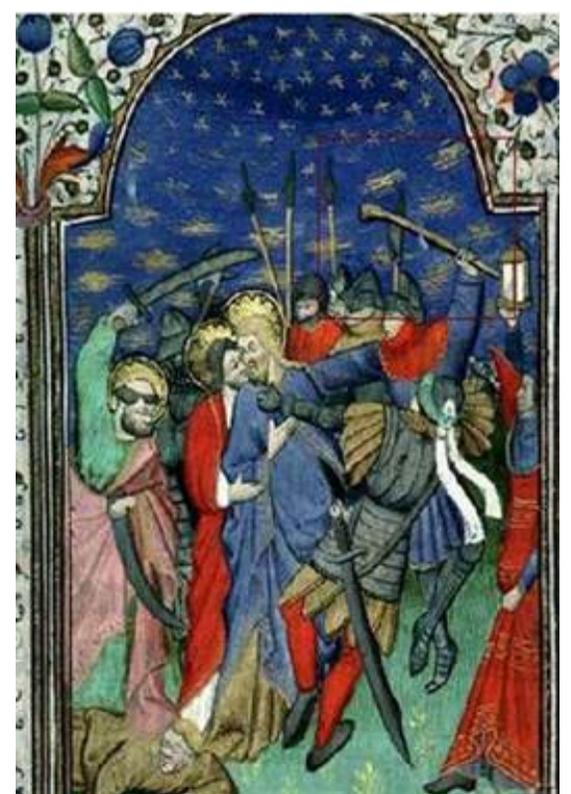
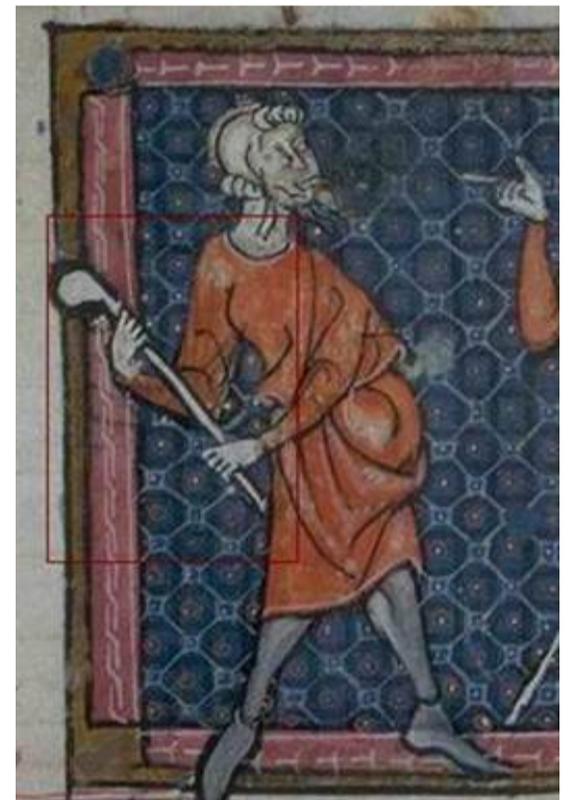
Les combats finissent par être si fréquents et rassembler tellement de monde entraînant blessures graves et morts que l'église s'en émeut et finit par faire interdire par les gouvernants le Bata/gourdin. Qu'à cela ne tienne les cannes et bâtons de marche dont il est impossible d'interdire le port vont s'épaissir et devenir des armes de combats.

A propos de l'auteur



Patrick Vincent pratique les arts de combat depuis 37 ans et il enseigne la défense personnelle depuis 21 ans. Après avoir pratiqué plusieurs styles de combat avec canne et bâton, il découvre

l'Irish Stick Fighting qu'il propose depuis deux ans dans son club du Vaucluse





Le déclin

Au milieu du 19ème siècle la maladie de la pomme de terre, source principale de nourriture, entraîna une famine terrible qui causa la mort d'un quart de la population et l'immigration d'un autre quart. La disparition de nombreux combattants, la dislocation des clans et l'apparition progressive des armes à feu fit tomber l'art du combat au Bata, le Bataireacht, peu à peu dans l'oubli en Irlande pour ne plus exister que dans les chansons et les histoires transmises oralement.

Toutefois, cette tradition martiale demeura vivante par le fait des immigrants qui s'illustrèrent sur d'autres champs de batailles comme la guerre civile américaine où on vit des régiments de l'armée de l'union composés exclusivement d'Irlandais charger les confédérés torse-nus et tenant leur fusils comme des bâtons ou encore au cours des terribles affrontements qui eurent lieu à New-York entre gangs natifs et immigrants tel qu'on les voit dans le célèbre film : Gangs of New-York avec un personnage ayant vraiment existé et célèbre pour ses combats victorieux, Walter "Monk" Mc Ginn. A noter que cette aptitude au combat avec un simple bâton est aussi à l'origine de la sur représentation des Irlandais au sein de la police dont les membres patrouillent

alors seuls et armés simplement d'une matraque.

Le renouveau

Ce sont les irlandais de la diaspora, qui, en quête de leurs racines, qui vont rappeler à l'Irlande qu'un Shillelagh n'est pas qu'un objet d'artisanat pour touristes et la mémoire de son patrimoine martial. Comme avec le phénoménal travail d'historien de John W. Hurley qui recoupe patiemment tous les écrits et chroniques sur le sujet dans son *Irish Gangs and Stick-Fighting*, et : *Shillelagh, the Irish Fighting Stick*

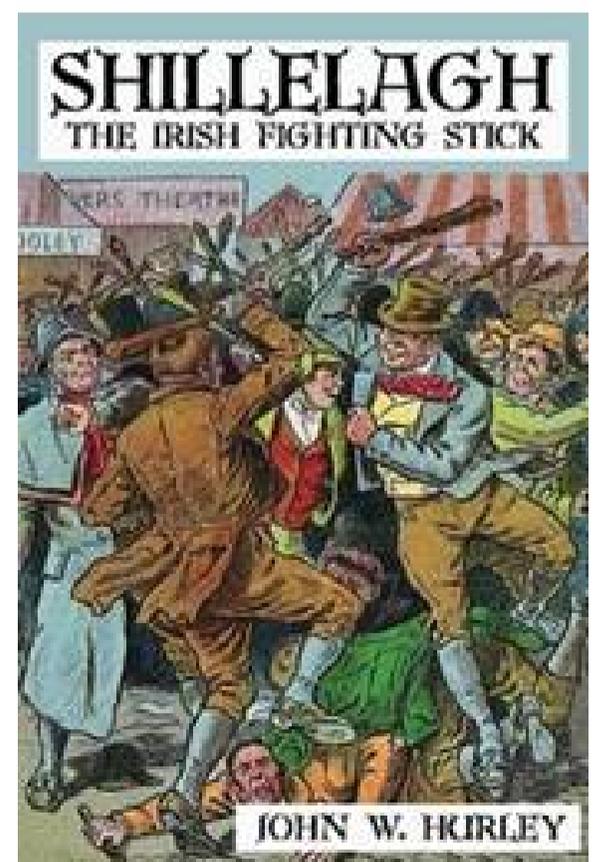
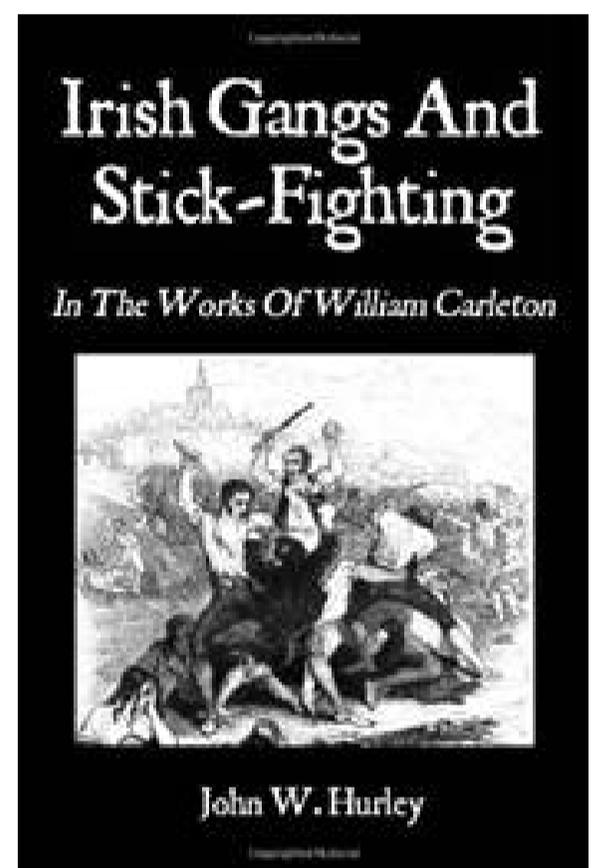
D'autres apports primordiaux comme celui de Glen Doyle héritier d'une des seules lignées authentique et ininterrompue d'Irish Stick Fighting et ayant obtenu l'autorisation familiale d'enseigner en dehors du cercle clanique ou encore, de pratiquants d'autres arts martiaux qui tentent de redécouvrir leur héritage tel William Sanders enseignant de Pencak Silat. Toutefois, on trouve désormais aussi des volontés locales de redécouvrir ce patrimoine, comme le fait Nollaig Mac Aodah, fabricant de Shillelagh ayant commencé par la pratique et l'enseignement du Jujutsu et du Kali et qui s'est lancé dans un fantastique travail de recherche et de pratique.

L'étude de l'Irish Stick Fighting

Le shillelagh/Bata

Les shillelagh ont été de tous temps fabriqués avec plusieurs essences locales permettant à la fois l'efficacité de l'impact et la résistance du bois,

telles que Chêne, Hêtre, Frêne, Houx et, le plus recherché pour ses propriétés, le prunelier sauvage (en Anglais blackthorn). Ces essences de bois permettent de disposer d'un fut droit et





Un des atouts du Bataireacht provient sans doute du fait que depuis les temps les plus reculés il a toujours servi au combat à se s'adapter...



de diamètre régulier sur toute sa longueur et d'un pommeau au bout qui fait masse à l'impact, constitué du nœud racinaire.

dans la combinaison des techniques de stick avec les percussions des membres supérieurs et inférieurs ainsi que la lutte debout et au sol.



On trouve très facilement des shillelaghs à vendre dans des échoppes, foires artisanales et sur le net pour les touristes friands de souvenirs. Mais un stick de qualité demande du temps et du travail, des traitements spécifiques que seuls des artisans de talent, héritiers d'un savoir-faire de plusieurs générations, sont capables de proposer.

Un des atouts du Bataireacht provient sans doute du fait que depuis les temps les plus reculés il a toujours servi au combat à se s'adapter depuis les duels à arme et nombre égaux des factions fights aux combats sans aucune règles rencontrés par les aventuriers immigrés dans des affrontements civils ou militaires. Mais aussi de pouvoir impacter efficacement à distance courte moyenne ou longue dans toutes les directions.

La pratique

L'Irish Stick Fighting n'est pas une discipline unifiée mais un ensemble de styles développés dans chaque clan avec des particularités conservées jalousement parfois encore de nos jours, la tradition gaélique étant essentiellement orale et clanique. Rare encore de nos jours est l'enseignement ouvert à tous.

La pratique permet ainsi de se protéger d'armes contondantes même lourdes mais aussi de garder une distance vitale face à des lames ou encore de pouvoir espérer faire face à des opposants plus nombreux. Ainsi une personne ayant besoin d'une canne, un promeneur, une personne portant un parapluie disposeront d'un des instruments de combat et de protection personnelle les plus efficaces et polyvalents qui soient et, certainement le plus éprouvé en situation depuis des siècles.



Toutefois, nous pouvons distinguer des constantes, notamment en regard des autres nombreux styles existant ailleurs dans le monde, car il peut se pratiquer à la fois comme une canne et comme un bâton, à une ou deux mains, à la fois exploiter la distance longue, mais aussi disposer d'une efficacité dévastatrice à courte distance. Par ailleurs, un des inévitables majeurs de cette forme de combat

Patrick Vincent



Synopsis

« Au cours d'une cérémonie de mariage en plein désert, un commando fait irruption dans la chapelle et tire sur les convives. Laissée pour morte, la Mariée enceinte retrouve ses esprits après un coma de quatre ans. Celle qui a auparavant exercé les fonctions de tueuse à gages au sein du Détachement International des Vipères Assassines n'a alors plus qu'une seule idée en tête : venger la mort de ses proches en éliminant tous les membres de l'organisation criminelle, dont leur chef Bill qu'elle se réserve pour la fin. »

Si jusqu'à présent je vous ai présenté des films d'arts martiaux qui me semblaient bon, voici un film que beaucoup associent aux arts martiaux mais qui à mon sens est très mauvais. Le problème principal de ce film (tout comme d'autres de ce type) est qu'il se sert des arts martiaux de manière gratuite et pour donner du grand spectacle sans la moindre recherche de réalisme. A ce titre, on peut citer les combats au sabre durant lesquels les sabres s'entrechoquent, tranchant contre tranchant, de manière brutale et répétée. Or, les pratiquants de sabre japonais le savent bien, infliger un tel traitement à un katana revient à détruire purement et simplement ce dernier. En effet, si le katana est une arme très sophistiquée et disposant d'une certaine souplesse, elle reste une arme très fragile et ce genre de traitement pourrait tout bonnement briser la lame en cas de choc trop important. Pour continuer sur la présentation des arts martiaux japonais, on pourrait se demander pourquoi le nom choisi pour le forgeron est Hattori Hanzo. Si ce personnage a bien existé, il s'agissait d'un ninja ayant vécu à l'époque de l'avènement du shogunat de Tokugawa, quelle est alors l'utilité de cette référence ?

Le deuxième point critiquable est dans le second volet de ce film : les clichés des arts martiaux chinois. On retrouve le vieux maître acariâtre, ayant une grande maîtrise des arts martiaux. Mais si le cliché du vieux maître n'est pas un problème dans d'autres films, c'est que dans le cas présent, seul l'apprentissage du combat dans un but destructif est présenté. A ce sujet, il ne sera d'ailleurs jamais question de l'aspect philosophique des arts martiaux. Autre point de ce second volume, la présentation du dim mak, l'utilisation des points vitaux est présentée d'une telle manière que l'on pourrait la penser réelle.

Il s'agit donc d'un film violent, pouvant être divertissant pour les amateurs du genre, mais qui démontre un aspect plus que négatif des arts martiaux. Bien entendu, il existe de nombreux autres films de la même trempe mais ces derniers ont suscité beaucoup moins d'intérêt que Kill Bill.



VOIX D'UNE VOIE

Matthieu Jeandel

L'Aïkido est voie de la Liberté, si Morihei Ueshiba comme nombreux de ses élèves tels que Morihiro Saito, Gozo Shioda, Koichi Tohei, ... ont apporté et mis en place des éléments important pour parcourir cette voie, il faut faire attention à ne pas voir dans les techniques, dans les méthodes proposées, autres choses que des outils nous permettant l'étude.

Matthieu Jeandel

Bonjour, Pouvez-vous vous présenter à nos lecteurs ?

Bonjour. Tout d'abord laissez moi vous remercier de me donner la possibilité de m'exprimer dans votre magazine.

Sous la direction de Serge Merlet, j'ai commencé l'Aïkido en 1999 à l'École de combat de Belfort. C'est aussi par son intermédiaire que j'ai rencontré Philippe Voarino qui est alors devenu mon professeur et de qui j'ai reçu mes 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} dan.

J'ai participé à la mise en place d'ITAF International, ainsi que d'ITAF France, association pour laquelle je traite principalement de la formation technique au travers de stages dispensés en France. Nous mettons en place chaque année des stages réservés aux enseignants pour continuer et approfondir un travail technique et pédagogique de haut niveau afin que chaque enseignant ai les capacités techniques et pédagogiques pour prendre en charge un groupe. Je participe également au développement de l'Aïkido Takemusu, d'ITAF et de l'enseignement de Philippe Voarino dans divers pays dont la Chine, la Géorgie, la Malaisie, ...

Afin de fournir une formation aux enseignants, je sollicite mes compétences professionnelles. Je suis formateur pour les BPJEPS dans des matières tel que l'anatomie, la physiologie, la psychologie, la pédagogie, ... J'ai également un Master 2 en préparation physique avec une spécialité sur la prévention des blessures et

retour à l'entraînement suite à un traumatisme. J'ai consacré mon mémoire de Master 1 à la réalisation d'une enquête épidémiologique sur l'Aïkido. Je suis très attaché à la pratique en toute sécurité et à la prise en compte du corps humain dans sa globalité (tant l'aspect physique que psychologique).

Au-delà de l'Aïkido j'ai eu l'occasion de m'essayer à de nombreux arts-martiaux ou sports de combat tel que différents styles de boxe (française, thaïlandaise, ...), au Systema, au Krav maga, au Jujutsu brésilien, à différents arts japonais Shorinji Kempo, Katori Shinto ryu, Karate Kyokushinkai, ...

Et bien que certaines de ces disciplines me paraissent intéressantes, mon temps et mon investissement vont à l'Aïkido qui se suffit à lui-même et propose un chemin suffisamment long et rigoureux pour ne pas se disperser.

En tant que pratiquant, comment définiriez vous un art-martial ?

C'est une question délicate... Beaucoup se sont prêtés à cet exercice et pourtant c'est toujours une question qui reste sans réelle réponse. Je ne pense pas pouvoir faire mieux que mes prédécesseurs. D'autant plus que nous cherchons en France à comprendre la notion d'arts martiaux pour traduire la notion de Bujutsu ou Budo. Il est possible de trouver dans certaines interviews des personnes qui tentent de définir ces différentes notions, bujutsu,

A propos de l'interviewé



Matthieu Jeandel est un pratiquant accompli d'aïkido et possède le grade de 5^{ème} dan dans cette discipline. Elève de Philippe Voarino il est l'un des fondateurs

d'ITAF France. Vous pouvez le contacter à l'adresse suivante: matthieu.jeandel@gmail.com





budo, shin budo...

Je ne suis pas japonais et il me manquera toujours certaines subtilités pour expliciter ces termes au mieux. Je ne retiens que la chose suivante budo et bujutsu ont une particule commune BU. La notion de BU renvoie à la notion d'arme, de combat... Ma vision actuelle des choses est la suivante, ce qui différencie un Budo et un Bujutsu est la place et l'utilisation que l'on fait de la technique.

Dans le bujutsu, la technique est une finalité et le pratiquant apprendra avec les années des techniques de plus en plus efficaces. Je vous donne ici un extrait que l'on peut trouver sur le site du groupe français de l'école Yagyū Shingan :

« L'école Yagyū Shingan est très hiérarchisée. En effet certaines techniques étaient enseignées aux Bushi (guerriers). Les mêmes techniques pouvaient être enseignées aux Samouraï mais à un degré supérieur de façon à ce que le Samouraï puisse se défendre au cas où le Bushi l'attaquerait.

Il en est de même pour le Ninja. Le Ninja est initié à des techniques supérieures à celles du Samouraï. Ainsi, il peut mettre ceux-ci hors d'état de nuire et mener à bien ses missions de renseignements sans être gêné par ceux-ci. En fin, seuls les gardes du Shogun ont accès à toutes les techniques, et celles-ci doivent impérativement restées secrètes car la vie de l'Empereur doit toujours être préservée quoiqu'il arrive! »

Si pour le bujutsu la technique est une finalité, pour le budo la technique est un point d'entrée, un pré-requis qui nourrira d'autres finalités.

Pour vous qu'est ce que l'Aïkido ?

Un art martial (rire)... L'Aïkido est une proposition, celle de la Liberté. La notion de Takemusu que l'on trouve parfois traduite comme la capacité à faire spontanément jaillir des techniques n'est rien moins qu'une proposition de Liberté.

Cette liberté du corps et de l'esprit

prend comme pré-requis des outils techniques que l'on appelle ikkyo, nikyō, kote gaeshi, irimi nage... L'Aïkido ne propose pas l'apprentissage de techniques mais les utilise pour atteindre quelque chose de bien plus important : la Liberté.

Cette liberté passera par un renoncement de sa volonté propre, l'Aïkido est un art universel et ces notions se retrouvent développées dans le Tao. La Liberté est la capacité à se lier au monde, à la nature, à l'instant en passant par un état de conscience appelé Wu Wei chez les taoïstes.

Wu Wei est traduit par « non agir », le risque est de comprendre cela comme un acte de passivité et de penser que l'Aïkido propose une voie passive. Bien au contraire la notion de Wu wei renvoie à l'idée de conscience totale, d'action parfaite menée en accord le dynamisme de la nature. Le wu wei consiste donc à être « intérieurement disponible », à être dans l'instant présent « ici et maintenant ».

Si tout cela paraît a priori hermétique et loin de la pratique, tout dans la pratique n'est fait que pour atteindre cet état de pratique.

Lorsqu'un pratiquant débute en Aïkido, il va apprendre une première technique et alors qu'il apprendra la seconde technique, il apprendra à la fois les points techniques spécifiques à cette technique et le lien qui unit ces deux techniques.

Avec le temps le pratiquant d'Aïkido n'aura plus un catalogue de techniques indépendantes les unes des autres mais un tout cohérent. L'erreur en Aïkido est de construire sa pratique en pensant technique, la technique n'est qu'un pré-requis nécessaire pour pouvoir commencer l'étude de l'Aïkido.

Beaucoup d'Aïkidoka ne commenceront jamais leur route vers l'Aïki pour avoir comme objectif la connaissance d'un catalogue technique de plus en plus fournis. Réaliser une technique correctement est important mais n'est en rien une finalité sur laquelle un pratiquant doit passer sa vie entière.

Répéter une technique 10,20,30 ans ou

plus permettra bien évidemment de la réaliser de mieux en mieux, cependant si l'attention reste fixé sur celle-ci le pratiquant ne sera jamais rien de plus qu'un répétiteur de techniques.

Il faut aller au-delà de celle-ci pour commencer à entrer dans la voie de l'Aïki. Cependant je le répète, il est nécessaire au préalable d'avoir une connaissance importante de la technique, on commence l'étude de l'Aïkido après 10 ou 20 ans de pratique et parfois jamais...

Qu'est ce qui différencie l'Aïkido Takemusu des autres écoles d'Aïkido ?

Tout d'abord laissez-moi préciser une chose. Le Takemusu Aiki n'est pas une école, ni un courant de pratique. Le Takemusu Aïki est un état, un état physique et mental que l'on peut atteindre après de longues années de pratique. Et si pour se faire nous utilisons des méthodes et des outils techniques nous essayons de ne pas confondre les outils, les conséquences et l'objectif de l'Aïkido.

Aujourd'hui nous pouvons voir de nombreux courants d'Aïkido se développer, certains autour d'une recherche d'efficacité, certains autour de celle du relâchement, certains autour de la dynamique... Même si chacune propose des visions et un aspect de l'Aïkido qui est important et intéressant, ce n'est pas sans se méprendre sur le but de l'Aïkido et restreindre celui-ci à l'une de ces composantes.

L'Aïkido ne propose pas de devenir plus souple, ou plus efficace, l'Aïkido propose de devenir Libre. L'efficacité, la souplesse, le dynamisme, ..., toutes ces choses feront partie intégrante de la vie d'un pratiquant d'Aïkido. Ce sont des éléments qui accompagnent l'Aïkido et que chaque pratiquant rencontrera sur sa route comme une conséquence de sa pratique et de son entraînement.

Selon les personnes ces différents aspects n'interviendront pas dans le même ordre mais au final aucun des aspects ne sera favoriser au profit d'un autre. Un pratiquant n'a pas à choisir dans tout cela, il sera confronté à tout cela qu'il le veuille ou non durant son chemin sur la voie de l'Aïki.

Si vous me demandez alors qu'est ce qui

pour moi fait qu'il est inapte de parler de courant, je vous répondrai cela : parler de courant revient à parler de l'aspect mis en avant dans la pratique de l'Aïkido. Pour ma part, j'essaie autant que possible de faire attention à cela, ne pas confondre l'objectif de l'Aïkido et tous les aspects qu'un pratiquant rencontrera sur sa route.

Pourquoi la Takemusu s'est elle détachée de l'Iwama Ryu alors qu'elles découlent toutes les deux de l'enseignement de Saito Sensei ?

La réponse est dans les réponses précédentes. Le groupe Iwama Ryu a posé son intérêt sur la méthode de Maître Saito, comme d'autres se sont arrêté sur la notion de relâchement, d'efficacité...

Bien que le travail de Maître Saito soit fantastique et que sa méthode soit d'une grande richesse, elle n'en reste pas moins qu'un outil à utiliser et à dépasser. L'Aïkido dépasse la notion de méthode, de relâchement, d'efficacité, l'Aïkido dépasse le nom d'une personne, même s'il est aussi fameux que celui de Morihei Ueshiba. Ce n'est pas un blasphème que je fais ici, je souhaite simplement remettre les choses à leur place.

Il est aujourd'hui courant de lire ou d'entendre que l'Aïkido a disparu, qu'il est mort avec son fondateur et que nous ne pouvons que faire chacun de notre mieux et pratiquer au final l'Aïkido qui nous convient et nous plaît.

L'Aïkido est voie de la Liberté, si Morihei Ueshiba comme nombreux de ses élèves tels que Morihiro Saito, Gozo Shioda, Koichi Tohei, ... ont apporté et mis en place des éléments importants pour parcourir cette voie, il faut faire attention à ne pas voir dans les techniques, dans les méthodes proposées, autres choses que des outils nous permettant l'étude. L'Aïki, le Takemusu Aiki était là avant O'Sensei Morihei Ueshiba et sera là encore après nous. Nous ne pouvons que remercier nos aînés d'avoir laissé des cailloux sur le chemin pour la bonne route à suivre. En ce sens nous ne pouvons que remercier O'Sensei et ses élèves pour leur travail à chaque début et fin de cours.

Mais nous ne devons pas nous méprendre et croire et faire croire à nos élèves que l'Aïkido est perdu... Nous avons





aujourd'hui avec internet, l'ouverture de la pratique au monde et la facilité de parcourir des milliers de kilomètres, accès à toute une gamme d'outils qu'O'Sensei et ces élèves directs nous ont légué. Il ne faut simplement pas perdre de vue que tout cela ne reste que des outils et absolument pas des « styles » d'Aïkido. Saint Exupéry écrivait : « la perfection est atteinte non pas lorsqu'il n'y a plus rien à ajouter mais lorsqu'il n'y a plus rien à enlever ». Il faut se séparer de la volonté de faire comme untel ou untel. Quitter l'univers de la forme pour celui du fond.

Un certain nombre de pratiquants d'Aïkido estiment que pour bien comprendre l'Aïkido il faut à un moment ou à un autre se confronter au Daïto Ryu, l'ancêtre de l'Aïkido. Qu'en pensez-vous ?

C'est une question intéressante et je te remercie de me la poser. Cette question concernant le Daito Ryu est importante dans la généalogie de l'Aïkido et la compréhension de l'Aïkido. Je me rappelle d'une interview d'Olivier Gaurin expliquant qu'il n'est possible de comprendre l'Aïkido qu'au travers de l'étude du Daïto Ryu, affirmation qui laisse sourire quand on sait que celui-ci à publier un ouvrage « comprendre l'Aïkido » avant de commencer sa pratique du Daïto Ryu...

Le Daito Ryu est une école dont la pratique est basée sur un catalogue technique important divisé en différents niveaux d'étude et de complexité.

Je répondrai à votre question encore

une fois de la même façon. Le Daïto ryu et les personnes qui se tournent à l'heure actuelle vers la pratique du Daïto Ryu le font pour retrouver une efficacité perdue dans la pratique de l'Aïkido.

Bien souvent ces pratiquants cherchent une fausse solution à un vrai problème. L'Aïkido en se centrant sur diverses composantes de la pratique (relâchement, efficacité, relation à l'autre, ...) perdent et oublient un grand nombre de détails techniques qui au fil du temps font que les techniques perdent de leur efficacité. Au lieu de revenir chercher dans les techniques d'Aïkido au travers de méthodes qui ont conservées la technique les pratiquants se tournent vers d'autres arts dont ils ne tireront rien pour la pratique de l'Aïkido.

Je ne dis pas là qu'une pratique comme le Daïto ryu est inintéressante mais que ces formes ne sont pas les outils destinés à parcourir la voie de la liberté... Tout comme la pratique d'une école de sabre ou de jo ne contient pas d'outils destinés à devenir libre. C'est pourquoi il est illusoire comprendre et avancer sur la voie de l'Aïki par l'intermédiaire de techniques rapportées d'autres écoles aussi fameuses qu'elles soient.

La liberté que propose l'Aïkido se construit sur des outils techniques formant un tout et dont l'efficacité de chaque mouvement est liée à ses propres points techniques spécifiques et les liens qui se tissent entre chaque technique.



Un jour mon professeur m'a dit la chose suivante : « Matthieu fais attention, les techniques sont proches les unes des autres cela à deux conséquences : la première c'est qu'il est possible de les perdre petit à petit et ne plus connaître la spécificité d'ikkyo par rapport à nikyo, kote gaeshi ou kaiten nage... La seconde est la clé de la liberté, les techniques sont tellement proche les unes des autres qu'il est facile de passer de l'une à l'autre. C'est à la fois les points communs entre toutes les techniques et les petites différences qui font que l'on peut construire une pratique au-delà de la forme. »

Tout cela pour dire qu'il peut être utile de s'intéresser aux techniques du Daïto Ryu mais pas pour comprendre et palier un manque technique en Aïkido. Aussi intéressant que soit la pratique du Daïto Ryu cela reste du Daïto Ryu et l'objectif est d'apprendre un catalogue technique. La finalité du Daïto Ryu est la technique, en Aïkido celle-ci est un pré-requis à tout autre chose.

La France est le second pays où l'on trouve le plus de pratiquant d'Aïkido après le Japon. Que pensez-vous de ce fait ?

Pour être tout à fait honnête, je n'en pense pas grand-chose (rire). La quantité n'est pas intrinsèquement liée à la qualité...

L'Aïkido est soumis à de très nombreuses critiques et de nombreux pratiquants d'arts martiaux affirment que c'est un jeu inapplicable dans une situation de combat réel. Qu'en pensez-vous ?

Cette question de l'efficacité est une question récurrente et nombreux sont les débutants ou pratiquants d'autres arts martiaux qui considèrent l'Aïkido comme un jeu ou une danse. Je dirai qu'il se fait beaucoup de choses sous le nom Aïkido aujourd'hui. Comme je l'expliquais précédemment certains pratiquants axent leur recherche sur des notions telles que le dynamisme, le relationnel, le relâchement... Ces personnes ne feront jamais d'Aïkido et ne découvriront jamais la composante martiale de l'Aïkido.

L'Aïkido est un chemin sur lequel le pratiquant qui s'y engage complètement découvrira entre autre comment être efficace en situation réelle.

Il faut simplement comprendre la chose suivante, dans une discipline comme la boxe c'est le coup qui est efficace et le boxeur s'entraîne pour augmenter la puissance de ce coup par du renforcement, de la préparation physique... En Aïkido ce n'est pas la technique qui fera l'efficacité mais la façon de la réaliser. Et cela va prendre du temps car il faudra dans un premier temps apprendre la technique et la faire évoluer sur plusieurs niveaux de progressions. Cela prendra du temps tout comme cela prendra du temps au boxeur pour avoir un direct efficace...

Je préfère ne pas rentrer plus dans ce débat, j'ai pratiqué différents sports de combat et arts martiaux et j'ai rencontré des personnes très puissantes et très fortes et à l'inverse des personnes très faibles, je me suis entraîné au close combat avec les navy seals se sont des personnes pour qui l'efficacité est prioritaire. En discutant avec eux ce n'est pas la discipline mais la personne qui sera efficace. Cela paraît évident mais il est peut être bon de le rappeler. Par conséquent il n'est pas étonnant qu'un pratiquant ne recherchant pas l'efficacité ou rejetant le côté martial, ne soit jamais efficace en situation réelle.

Une dernière question que pensez-vous des pratiques compétitives et plus spécialement du MMA ?

Les pratiques compétitives ont l'avantage de mettre le pratiquant sous condition de stress et de le confronter à lui-même. À l'entraînement on peut toujours mettre la responsabilité sur le dos du partenaire, du bruit, de la fatigue, ... Lors d'une compétition peu importe ce qu'il se passera, au final le résultat sera la réussite ou l'échec. Une compétition est un bon moment pour faire le bilan de ses capacités.

Malheureusement une pratique comme l'Aïkido ne peut devenir une pratique compétitive est c'est pourquoi il est absolument nécessaire de s'investir dans chaque instant de pratique sans attendre la prochaine technique, le prochain partenaire ou le prochain entraînement...

Concernant le MMA, je pense que ce sont de très bons sportifs. Les pratiquants ont une condition physique et un mental fort. Mais attention à ne pas faire de ces pratiquants des références dans le domaine de l'efficacité. L'amalgame est rapide et les





raccourcis aisés. Le MMA reste un sport... Il y a des règles, un espace défini, ... Aussi brutal et violent que cela puisse paraître cela n'en reste pas moins un sport.

Le MMA, comme tous les sports compétitifs, a pour objectif d'imposer sa propre volonté aux autres (adversaires, jury, ...), que cela soit pour remporter un combat, une prestation artistique, l'objectif est d'être efficace selon des critères, des règles définies. Si l'Aïkido devient un jour une discipline compétitive il perdra définitivement sa capacité à proposer une voie de la liberté. Les pratiquants chercheront à devenir efficaces dans la grille de lecture mise en place pour départager les compétiteurs et s'enfermeront dans un aspect très limité de la pratique.

Un dernier mot ?

Je tenais à vous remercier de me donner l'occasion de m'exprimer dans vos colonnes. Je tiens également à remercier mon professeur Philippe Voarino pour sa patience et ses recherches incessantes et

pour partager cela au fil des années. Je remercie toutes les personnes qui participent au développement d'ITAF et qui œuvre chaque jour pour le développement du Takemusu Aïki en France et dans d'autres pays. Enfin je remercie toutes les personnes qui viennent à ma rencontre pour échanger et questionner mon enseignement afin de continuer à me faire progresser.

Pour finir je souhaite profiter de cette interview pour annoncer que des articles techniques suivront celle-ci et remplaceront ce qui a été dit ici dans un contexte purement technique.

Donc merci et à bientôt.

Ippon kumité : Bloquer en gyaku agé uké

Nous allons voir ce mois ci, une défense contre oie tsuki en utilisant le blocage agé uké mais dans sa forme gyaku (inversé), c'est-à-dire que ce n'est pas le même bras que la jambe avant qui bloque mais l'autre.

Départ en garde (photo1), tori attaque oie tsuki, uké défend en gyaku agé uké (photo2)

On lance son agé uké en allant vers l'attaque et en engageant la hanche, cela va immédiatement armer le mae géri qui doit suivre (photo3). L'avantage du blocage en gyaku, fait que l'on n'est plus en face de tori mais à l'extérieur ce qui lui interdit certaines possibilité de contre.

On contrôle le bras en exécutant un mae géri percutant, on utilise le balancement de la hanche, la pression au sol pour créer un impact. Au vu de la distance, on n'arme pas en transférant le poids vers l'avant et on ne « pousse » pas son mae géri vers l'avant, on recherche la percussion sur place.(photo4)

On garde toujours le contrôle du bras lors que retour de la jambe, on synchronise la pose de la jambe vers l'arrière avec l'attraction du bras de tori ainsi que la frappe du mae-té tsuki (coup de poing avant) (photo5 et 6). Ces 3 actions ceux font simultanément.

A propos de l'auteur



Johnny Gence pratique les arts martiaux depuis 27 ans. Actuellement 5ème dan de karaté shotokan, il a suivi durant 12 ans l'enseignement de Shihan Nishiyama.

Il fut champion de France FFST en kata et combat ainsi que 3ème au championnat mondial de SKDUN.





On contrôle toujours le bras, pour passer en dessous et venir saisir le bras et maintenir la nuque (photo7 et 8) pour venir faire Hitsui géri (Coup de genou) (photo 9)

Ayant le bras en contrôle, on peut la aussi lors de la dépose du pied vers l'arrière en profiter pour l'emmener au sol et finir par une clé. (photo10)

Johnny Gence

La hallebarde

La catégorie des armes d'hasts comprend de très nombreuses armes et fut présente sur de nombreux champs de bataille à travers le monde et l'Histoire. Cette catégorie comprend un très grand nombre d'armes, parmi lesquelles on trouve la hallebarde. Cette arme, bien que moins étudiée que l'épée, le sabre ou le bâton, reste une arme assez représentée dans le monde des arts martiaux.

Dans les arts martiaux chinois, on trouve la guan dao. Cette lame est constituée d'une lame très large montée sur un long manche en bois, le tout mesurant entre 1 mètre 80 et 2 mètres. Le nom de cette arme provient de son inventeur présumé : le générale Guan Yu. Ce dernier est personnage légendaire de la période des trois royaumes, a été déifié au sein du panthéon chinois et est un symbole de droiture et d'honneur. Le maniement de la guan dao est présente dans de nombreux arts martiaux autant internes comme le taiji quan qu'externes comme le hung gar.

Au Japon, on trouve la naginata, qui est très proche du guan dao mais à la différence que la lame est généralement plus fine. Son étude peut être faite au sein de nombreuses écoles comme la Katori Shinto ryu mais aussi de manière individuelle au sein du naginata jutsu. Si à l'origine cette arme était

principalement utilisée sur le champ de bataille pour faire face à la cavalerie, elle est devenue avec le développement des armes à feu le symbole de la femme qui défend son foyer. Il existe une variante de cette arme appelée Nagamaki qui possède un manche recouvert de lanières de cuir à la manière de la poignée d'un katana, mais un peu plus court que le manche de la naginata, mais aussi une lame plus longue que celle d'un sabre classique. Elle est en fait à mi-chemin entre le katana et la naginata.

En Europe, la hallebarde est originaire du vouge, une arme composée d'une serpe sur un manche d'environ 2 mètres. Il en existe de très nombreuses formes mais tout comme au Japon, elle était principalement utilisée comme une arme d'infanterie pour faire face à la cavalerie.





Lumière sur... Le karaté Shito ryu

Le shito-ryu se distingue en grande partie par sa richesse technique, qui transparaît tout particulièrement dans les nombreux katas issus des multiples styles de karaté étudiés par le fondateur Mabuni Kenwa. Celui-ci avait en effet étudié le naha-te et le shuri-te, mais possédait aussi des bases de tomari-te.

Le karaté Shito ryu

Il existe en karaté une distinction entre le karaté dit japonais et le karaté d'Okinawa. Le karaté japonais est souvent réputé comme étant un karaté plus moderne et plus proche du milieu compétitif alors qu'à l'inverse le karaté d'Okinawa est réputé pour être plus

traditionnaliste. Parmi le second groupe l'un des karatés les plus anciens et les plus réputés est le karaté Shito ryu fondé par Mabuni Kenwa.

Les principes du shito-ryu

Une école ancrée dans la tradition

L'école shito-ryu est l'une des écoles les plus proches des premières formes de karaté à savoir naha-te, shuri-te et tomari-te. Mabuni Kenwa, fondateur du style a principalement étudié auprès de maîtres de shuri-te et de naha-te. C'est d'ailleurs pour rendre hommage à ses deux maîtres qu'il nomma son école « shito-ryu ». Ces maîtres se nommaient Anko Itosu et Kanryo Higashionna et c'est en réunissant le premier caractère de leurs deux noms « shi », qui se prononce « ito », et « to », qui se prononce « higa », qu'il créa le nom de son école.

Le symbole du shito-ryu (il s'agit en fait des armoiries de la famille Mabuni) revêt, lui aussi, une importance toute particulière. Le cercle qui représente l'idéogramme « wa » désigne la paix et

l'harmonie. Ses barres verticales et horizontales ouvrent la porte à deux interprétations possibles. Selon la première, elles signifieraient « homme » et par conséquent, ceux qui portent ces armoiries et donc les pratiquants de shito-ryu, seraient également ceux qui maintiennent la paix. Ces barres peuvent aussi être interprétées comme les deux courants shuri-te et naha-te ayant amené à la création du shito-ryu. L'art apparaîtrait donc comme l'harmonisation de ces deux pratiques. Bien que cette seconde interprétation paraisse plausible quant à son contenu, il semble que le symbole soit antérieur à la création du shito-ryu, ce qui la rend contestable.

Les cinq principes du shito-ryu

Ces cinq principes portent en fait sur la défense et constituent les points les plus

L'école shito-ryu est l'une des écoles les plus proches des premières formes de karaté à savoir naha-te, shuri-te et tomari-te.



importants du style.

Le premier principe, « rakka », signifie la chute de la fleur. L'interprétation de cette formulation ne fait pas l'unanimité. Selon certains, il ferait allusion à la terre qui, sans bouger, réceptionne ce qui lui tombe dessus sans dommage. Selon une seconde interprétation, il faut bloquer avec une telle puissance, que si la technique était réalisée sur un arbre, les fleurs en tomberaient. Bien que les deux interprétations divergent, elles ont la même signification sur le plan pratique. Il s'agit dans ce cas d'effectuer un blocage puissant visant le membre qui attaque dans le but de stopper net le coup. Ce type de défense est relativement agressif et peut en théorie permettre d'arrêter net un combat.



Le second principe est « ryu-sui » ou l'eau qui coule. Il est très semblable à celui sur lequel se basent le judo et l'aïkido, à savoir dévier la force de l'adversaire et y ajouter sa propre force. Le but n'est pas ici d'arrêter net l'attaque de l'adversaire en voyant le blocage comme un coup, mais au contraire de la dévier et de l'amplifier pour obtenir une situation avantageuse, voire pour faire chuter l'adversaire.

Le troisième principe est « kusshin », qui peut se traduire par « flexion-extension ». Il consiste à utiliser le

mouvement de flexion ou d'extension dans une technique de défense de manière à déséquilibrer l'adversaire et pouvoir contre-attaquer ensuite.

Le quatrième principe, « ten'i » ou « ouvrir la porte », consiste tout simplement à laisser couler l'attaque adverse tout en se repositionnant. Ce type d'esquive sans blocage nécessite d'avoir un bon sens du timing et des distances, et se base sur le principe voulant que « le meilleur moyen de ne pas recevoir un coup est de ne pas être là ».

Le dernier principe est « hangekiou », ou contre-attaque. Il s'agit en fait, au moment où l'adversaire attaque, de frapper de manière à dévier sa frappe puis à le toucher. On parle parfois de contre-attaque par anticipation puisque le mouvement de contre-attaque est réalisé en même temps que celui de l'attaque. Bien que ce type de mouvement soit spécifique au karaté shito-ryu, on le retrouve sous d'autres formes dans des arts martiaux comme le wing tsun où l'on va prolonger une technique défensive en technique offensive.

Le travail en shito-ryu

Particularités techniques

Le shito-ryu se distingue en grande partie par sa richesse technique, qui transparaît tout particulièrement dans les nombreux katas issus des multiples styles de karaté étudiés par le fondateur Mabuni Kenwa. Celui-ci avait en effet étudié le naha-te et le shuri-te, mais possédait aussi des bases de tomari-te. On retrouve donc dans son style tant les postures basses et puissantes du naha-te que les techniques plus fluides du shuri-te. S'inspirant fortement de ces anciennes formes de karaté ainsi que de leur origine chinoise, le shito ryu intègre de nombreuses formes de mains, des coups de coude, des saisies et des clefs que l'on ne retrouve pas dans les formes de karaté plus « japonisées ».



Tout comme en goju-ryu, un des points essentiels de l'art est l'équilibre. Ces deux styles présentent d'ailleurs certaines similitudes, telles de nombreuses techniques à courte portée ainsi que l'importance de l'enracinement. Cela semble venir du fait qu'ils découlent tous deux en partie du naha-te. En revanche l'aspect général du shito-ryu apparaît souvent comme un peu moins brutal, et l'on y retrouve des coups de pieds hauts que l'on ne trouve pas dans le goju-ryu.

Un autre point important du shito-ryu est que les techniques et les déplacements partent tous des hanches. Bien que ces dernières soient importantes dans toutes les formes de

karaté, elles le sont plus encore dans ce style. Ce travail, ajouté à un travail de décontraction permet non seulement d'augmenter la puissance et la vitesse des coups lors de la réalisation des techniques, mais aussi d'obtenir une certaine fluidité.

Les exercices

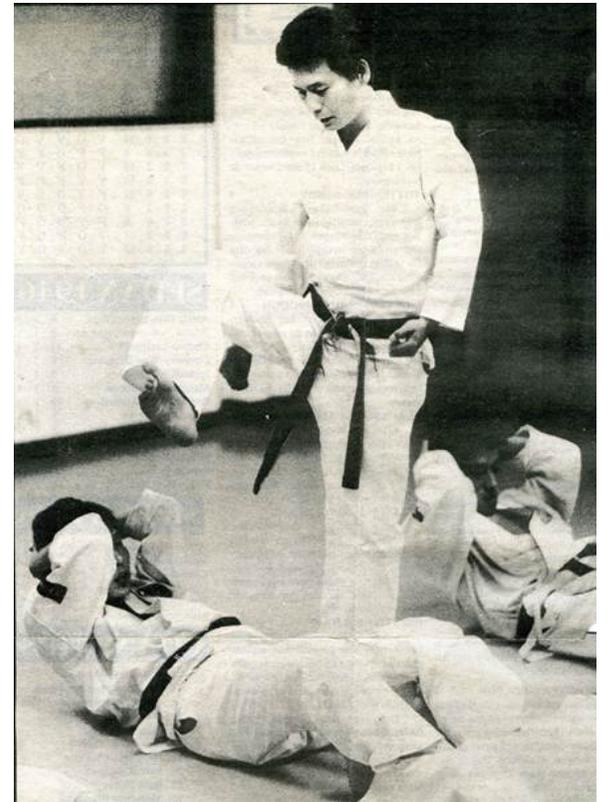
Comme dans toutes les formes de karaté de l'époque, on retrouve principalement trois types d'exercices : kihon, kata et kumite. Cependant, il convient d'y ajouter l'étude des postures, qui revêt un intérêt tout particulier en shito-ryu. Elles sont étudiées tant dans les kihon que dans les katas. Leur apprentissage est important puisque le shito-ryu se base en partie sur de nombreux changements de postures visant à s'adapter au mieux à l'adversaire ainsi qu'à la distance, au terrain, etc.

Les kihon constituent l'exécution de techniques simples dans un premier temps, puis avec un partenaire. Ils visent à apprendre des enchaînements et à permettre d'intégrer des principes, à l'instar des cinq principes du shito-ryu. Ils permettent aussi au pratiquant de savoir quelles sont les situations où une posture est utile.

Les katas sont relativement nombreux dans cette école de karaté et revêtent une importance particulière. Ils se répartissent souvent en fonction de leur

origine. On trouve donc des katas issus du naha-te, d'autres du shuri-te et d'autres encore du tomari-te. À ces katas s'ajoutent un certain nombre de katas d'origine chinoise ainsi que d'autres ajoutés par Kenwa Mabuni lui-même. Leur exécution peut varier d'une école à l'autre, certaines vont jusqu'à en ajouter d'autres. Au travers de l'exécution de ces katas, le pratiquant apprend comment s'enchaînent les différentes techniques et postures. Une fois qu'il aura atteint un certain niveau de maîtrise, il passe à l'apprentissage du bunkai, c'est-à-dire l'application du kata avec un ou deux partenaires.

Les kumite sont des formes de combats plus ou moins libres qui permettent au pratiquant d'échanger. Ils peuvent être très codifiés, lorsque l'attaquant annonce son attaque, ou être plus libres, comme dans le jiu kumite où le but est d'apprendre à saisir le moment d'inattention de l'adversaire pour lancer sa technique ou, autre exemple, à créer des trous dans la garde de l'adversaire. L'étude et la liberté des kumite dépendent énormément des clubs.



Wong Fei Hong

Wang Fei Hong est certainement l'artiste martial le plus connu à travers le monde après Bruce Lee. Si ces deux personnes ont été connues grâce au cinéma, Wang Fei Hong est certainement le personnage ayant été le plus interprété dans le cinéma Hongkongais. Il fut interprété par un grand nombre d'artistes martiaux aujourd'hui renommés dans le monde

du cinéma, tels Jackie Chan dans Drunken Master 1 et 2 ou encore Jet Li dans il était une fois en Chine 1, 2 et 3. Si cette personne a été interprétée dans tant de films, ce n'est pas seulement en raison de ses capacités martiales hors du commun, mais aussi de son caractère altruiste qui fit de lui une icône nationale.

L'héritier de l'un des tigres du Canton

Wong Kay-Ying : le père du prodige

Il est difficile de parler de Wong Fei Hong sans parler de son père Wong Kay-Ying, qui lui aussi fut un grand pratiquant d'arts martiaux ainsi qu'un héros populaire à son époque. Wong Kay-Ying serait né en 1815 dans le village de Xiqiao dans le Canton. Jeune, il participait à des spectacles de rues dans lesquelles il mêlait acrobatie et quelques techniques d'arts martiaux. C'est durant cette période qu'il fut remarqué par Luk Ah-Choi, un maître dans l'art du Hung gar qui décida de lui enseigner son art. Il atteint un tel niveau dans cette discipline qu'on le nomma l'un des dix tigres du Canton, ces derniers étant les meilleurs pratiquants d'arts martiaux de la province durant cette période. On dit que ses compétences dans les arts martiaux furent telles qu'il enseigna aux « pavillons noirs », une troupe de soldats irréguliers qui luttèrent contre la France en Indochine et qui seront expulsés de Chine en 1864. Cependant le salaire

qu'il percevait était si faible qu'il devait vendre des herbes médicinales pour survivre.

Les capacités martial de Wong Kay-Ying ne furent pas le seul point qui firent de lui une légende, ce dernier était aussi un médecin au et il tenait la clinique Po Chi Lam. On dit qu'il y traitait tout patient dans le besoin, que ce dernier puisse payer les soins ou non. C'est dans cette clinique que son fils apprendra les rudiments de la médecine traditionnelle chinoise ainsi que les valeurs d'altruisme et de bonté.

L'apprentissage des arts martiaux par Wang Fei Hong

Il ne faut cependant pas croire que Wong Kei Ying enseigna directement les arts martiaux à son fils. Dans un premier temps, ce dernier fut réticent à les lui enseigner. Wang Fei Hong apprit tout de même la médecine traditionnelle à ce dernier, ainsi que la danse du lion (bien que l'on ne sache



pas qui le lui avait enseigné). Ce sera le maître de Wong Kei Ying, qui fut frappé par les compétences du fils de ce dernier lorsque ce dernier assista à une démonstration de ce dernier. Maître Luk Ah-Choi décida alors d'enseigner les bases du Hung Gar à Wang Fei Hong et ce n'est que par la suite que son père accepta de lui enseigner ses connaissances en arts martiaux.

Le jeune prodige apprit très vite le Hung Gar, si bien qu'il sera considéré dès ses 20 ans comme un artiste martial accompli et l'un des meilleurs

Le jeune prodige apprit très vite le Hung Gar, si bien qu'il sera considéré dès ses 20 ans comme un artiste martial accompli et l'un des meilleurs combattants du canton.

L'apogée du maître

La naissance de la légende

La légende de Wang Fei Hong est pleine de nombreux combats aussi épiques les uns que les autres, l'opposant parfois aux triades et à d'autres moments aux forces de l'ordre, mais toujours il semble que le maître se soit battu pour ses convictions et la protection des plus faibles. L'un de ses faits d'armes les plus connus, repris dans un certain nombre de films est son combat contre une trentaine de membres des triades qu'il réussit à vaincre seul, armé d'un simple bâton. Si cette anecdote est sans doute exagérée, elle permet de comprendre que non seulement le maître avait une grande compétence au combat à main nue mais qu'il maîtrisait également le bâton et vraisemblablement un certain nombre d'armes. On dit d'ailleurs qu'il ne sera jamais vaincu tout au long de sa vie et ceci notamment en vertu des principes particulièrement efficaces qu'il mettait en œuvre lorsqu'il utilisait son art, tels viser les yeux, la gorge etc...

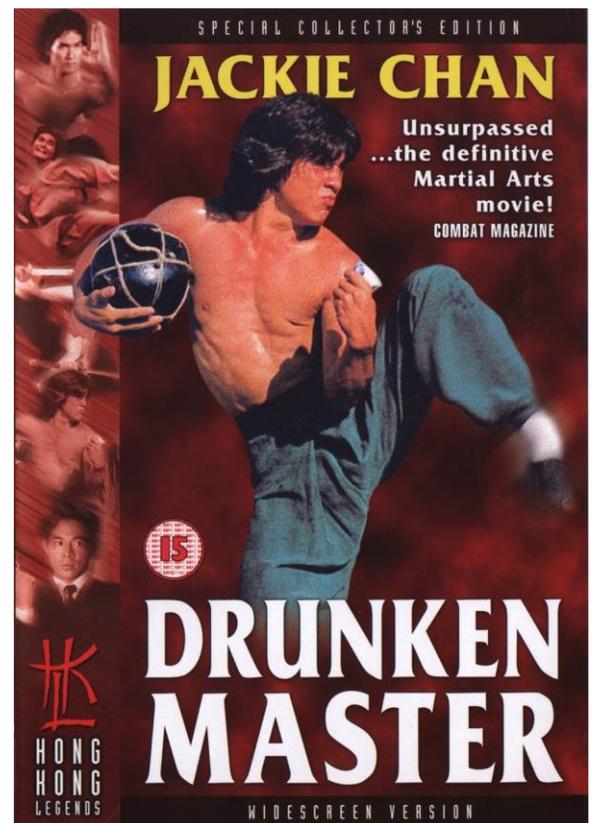
La réputation du maître fut telle qu'il sera invité à devenir instructeur dans l'armée du Canton, poste qu'il occupera un certain temps, puis il deviendra chef d'une milice civile. Malgré tout, il n'abandonna pas la clinique de son père dans laquelle il devint médecin. Il ne faut cependant pas croire qu'il enseignait l'ensemble de son savoir à

combattants du canton. Son étude martiale ne se limita tout de même pas au seul Hung Gar, mais on dit qu'il étudia aussi le Zui Quan : la boxe des huit immortels, aussi nommée boxe de l'homme ivre. Au-delà de ses compétences martiales, il sera connu comme un homme de valeur qui, à l'instar de son père, n'hésitait pas à aider les personnes dans le besoin et à faire face aux triades ainsi qu'aux autorités.

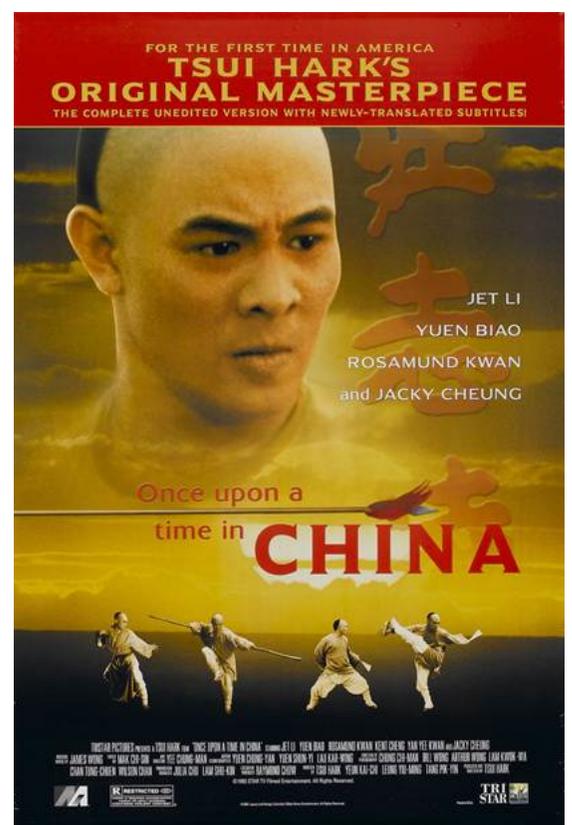
ses élèves. Wang Fei Hong faisait, disait-on, très attention à quelle technique il enseignait à quel élève, si bien que peu d'entre eux reçurent l'intégralité de l'art. A ce titre, un événement le marquera particulièrement. Vers 1890, le fils de Wang Fei Hong, Wong Haw-Sum, qui avait suivi l'enseignement de son père et suivi son exemple en voulant protéger les faibles, sera tué lors d'un combat l'opposant face à un gang. A la suite de cet événement, le maître décida de ne plus enseigner son art à ses enfants, pour éviter que ses derniers ne soient blessés ou tués suite à une provocation en duel.

L'héritage de Wang Fei Hong

Le principal apport de Wang Fei Hong est qu'il donna ses lettres de noblesse au Hung Gar. Au-delà de sa réputation d'invincibilité qui resurgit sur l'ensemble de son art, il introduisit dans ce dernier la forme de la « réunion du tigre et de la grue », qui est encore aujourd'hui l'une des formes les plus caractéristiques du Hung Gar. Il contribua aussi au développement de son style d'une façon bien moins connue lors de son 4ème mariage avec Mo Kwei Lan. Il ne s'agissait pas ici d'un mariage d'amour, Wong Fei Hong étant âgé de 60 ans et son épouse de seulement 16 ans, mais d'un mariage ayant pour but d'unifier les styles Hung



Interprétation de
Wang Fei Hong par
Jackie Chan



Interprétation de
Wang Fei Hong par
Jet Li



Hung gar et Mo ga. Il faut cependant noter que le style Mo ga continuera à exister de manière à part entière.

Wang Fei Hung eut également de nombreux élèves dont certains se distinguèrent, le plus connu étant Lam Sai Wing, surnommé le « boucher volant » en raison de son utilisation des couteaux papillons et de son efficacité. Cependant, c'est à partir de maître Wang Fei Hung que l'on marque une distinction entre le Hung gar traditionnel et le Hung gar moderne,

bien qu'il soit reconnu par les deux lignées. Cette différence se retrouve notamment par des divergences dans la réalisation des formes ainsi que sur le corpus de techniques étudié.

L'archer et le moine

Un archer parcourait la forêt depuis des heures à la recherche de gibier. Il finit par relever les traces d'un cerf et se mit à les suivre. En passant près d'un sanctuaire où vivait un Maître Ch'an, il en profita pour lui demander s'il avait vu passer le cerf qu'il traquait.

— Ah bon, vous chassez les cerfs, répliqua le vieux moine. Mais, dites-moi, combien pouvez-vous en toucher avec une flèche ?

— Un seul, répondit le chasseur.

— Eh bien, vous vous donnez beaucoup de peine pour si peu.

— Que voulez-vous dire ? Et puis, que connaissez-vous du tir à l'arc ?

— Je pratique moi-même l'art du tir, affirma le moine Chian.

— Alors, combien pouvez-vous en toucher avec une flèche, demanda ironiquement le chasseur.

— Tout le troupeau.

— C'est impossible.

— Si, mais je dois vous avouer qu'il y a une méthode pour y parvenir.

— Ah oui, et laquelle ?

— Il faut apprendre à se tirer soi-même jusqu'à ne plus se manquer.

On dit que le chasseur, confronté à ce problème apparemment insoluble, eut soudain un éveil, un "satori" comme disent les Maîtres Zen. Il décida de s'attacher aux pas du vieux moine pour apprendre l'art de viser son propre cœur.

Réponses du numéro précédent :

- 1) un pratiquant renommé de Capoeira Regional
- 2) un art martial japonais se concentrant sur l'art de dégainer le sabre tout en frappant
- 3) du Taoïsme
- 4) Masutatsu Oyama
- 5) un sabre lourd à lame épaisse qui fut utilisé en Chine.
- 6) le Kum Khmer
- 7) le Mizong quan
- 8) Une pratique visant à étudier plusieurs arts martiaux, sports de combats et/ou méthode de self défense simultanément ou successivement.

Vous trouverez les réponses des questions de ce numéro dans le prochain numéro.

Questions:

- 1) D'où vient le tonfa ?
- 2) Quelle est le style de taiji le plus ancien?
- 3) Qu'est-ce que le kyudo ?
- 4) En quelle année est né Jigoro Kano ?
- 5) Comment appel t'on la lance de 3 mètre utilisé dans le Baji quan ?
- 6) Quelles sont les 5 animaux du Hung Gar ?
- 7) Qu'est ce que la ligne centrale en Wing tsun ?
- 8) Dans quel art martial pratique t'on les Tanren ?

Bon courage à tous



Tous les mois l'Art de la Voie vous offre une sélection de sites internet à découvrir ou à redécouvrir sur des disciplines connues ou méconnues, mais toujours dignes d'intérêt.

clanndair.blogspot.fr



Si vous souhaitez en apprendre plus sur l'Irish stick fighting voici le site de Patrick Vincent qui a partagé sa connaissance de cet art dans ce numéro. Vous y trouverez un grand nombre d'article très intéressant ainsi que des adresses d'autre site malheureusement parfois en anglais où vous pourrez approfondir ce qui a été dit dans l'article dédié à cet art.

passionmartiale.com



Voici un site généraliste fort intéressant. Il serait très difficile d'être exhaustif sur ce site tant il y a de choses dessus. Vous y trouverez de nombreuses interview de pratiquants chevronnés mais aussi un grand nombre d'article qui vous feront tantôt découvrir de nouvelles disciplines comme le Kurae No Ken, le Zen Kwun Do, le Chang Moo Kwanet bien d'autres. Mais aussi parfois des anecdotes plus personnelles sur la pratique martiale du créateur du site. Un site à visiter et à intégrer à vos favoris.