

# *l'art de* **la Voie**

Histoire et culture des arts martiaux



## **Panthéon martial**

### **Funakoshi Gichin**

Venez à la rencontre de l'un des hommes les plus importants de l'histoire du karaté.

## **Lumière sur...**

### **Le taiji style Chen**

A la découverte de la forme la plus ancienne et la plus martiale de cet art reconnu pour ses bienfaits thérapeutiques.



## **Histoire d'un art...**

# **Le pigua quan**





## ÉDITORIAL

Bonjour à tous,

La rentrée a commencé il y a déjà presque un mois et l'art de la voie est de retour avec un peu de retard. Je tiens à m'excuser pour cette absence et j'espère que l'attente ne fut pas trop longue. Pour ceux qui n'auraient pas suivi l'actualité sur la page facebook du magazine, le numéro 19 aurait dû sortir à la fin du mois précédent mais des soucis informatiques ont retardé sa sortie jusqu'à maintenant. Cependant, dès à présent, le magazine devrait retrouver un rythme de parution normal à savoir un tous les deux mois.

Pour ce qui est de la nouvelle formule elle n'a pas changé depuis les numéros précédents si ce n'est le départ de Matthieu Jeandel et de sa rubrique au cœur de l'aiki. Cependant n'ayez crainte la rubrique mise au poing de Johnny Gence ainsi que les magnifiques illustrations de Cédric Bové, elles, sont toujours là. Ce numéro devrait vous faire voyager entre la Chine et le Japon pour découvrir ou redécouvrir certains arts martiaux. Pour ceux qui nous suivent depuis un moment vous remarquerez peut être que le kendo avait été traité dans un ancien numéro. Cependant l'article ne rendait pas justice au kendo qui méritait bien un nouvel article plus complet. Il se peut qu'à l'occasion d'autres anciens articles soient remis au goût du jour, mais ce sera de manière occasionnelle.

En attendant je suis ravi de vous retrouver et je vous souhaite une bonne lecture à tous et à toutes.

N'hésitez pas à me faire part de vos remarques et n'oubliez pas de vous rendre sur la page facebook l'art de la voie et sur le site se trouvant à l'adresse suivante:

<http://l-art-de-la-voie.over-blog.com/>

## SOMMAIRE

Histoire d'un art	Le pigua quan	page 3
Bibliographie	Contes et récits des arts martiaux	page 6
La voie du sabre	Le kendo	page 7
Filmographie	The grandmaster	page 12
Mise au poing	Yama Tsuki et application	page 13
Le choix des armes	L'arc	page 15
Lumière sur	Le taiji style Chen	page 16
Panthéon martial	Gichin Funakoshi	page 19
la plume et l'épée	Le vieux chat	page 22

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

Diffusion





# Histoire d'un art Le pigua quan

Le XXème siècle marqua un tournant majeur dans le développement du pigua quan. Deux histoires relativement similaires courent sur la réunification du pigua quan. Elles ont en commun de se dérouler aux alentours de 1927 ou 1928 et d'avoir pour principaux protagonistes Ma Yingtu de l'école de Yanshan et Guo Changsheng de l'école de Cangshi.

## Le pigua quan

Si le baji quan est très reconnu pour son efficacité, son développement et son efficacité sont étroitement liés à ceux d'un autre art : le pigua quan aussi nommé pigua zhang. Tous deux partagent une histoire commune si bien qu'aujourd'hui on parle parfois de baji pigua. Le pigua

quan est un art martial aux très nombreuses sources qui fut influencé par divers arts tout au long de son développement et qui s'est aujourd'hui exporté dans le monde entier.

### Les premiers pas du pigua quan

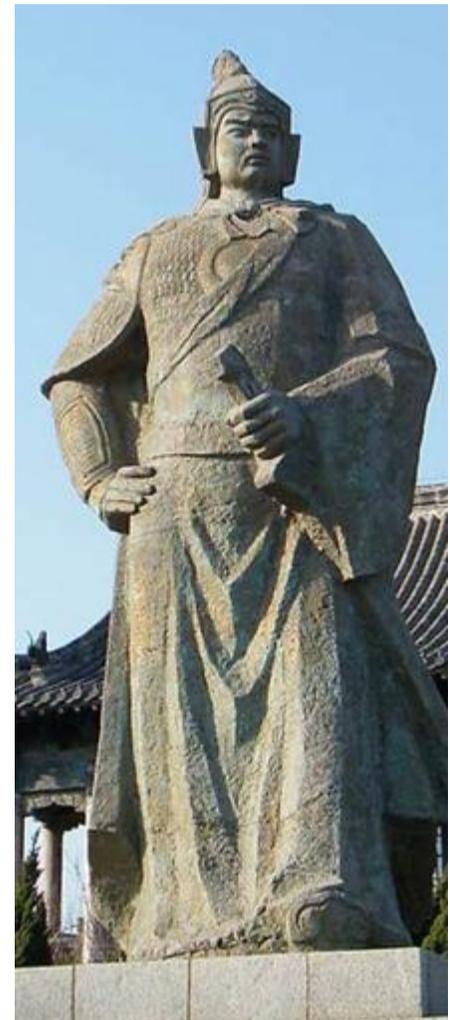
#### Des origines incertaines

Bien que tous s'accordent pour dire que les premières traces certaines de cet art remontent à Wu Zhong (1712 - 1802), il semble que l'on puisse faire remonter l'histoire du pigua quan jusqu'au XVIème siècle. Le « Jixiao Xinshu » rédigé par le général Qi Jinguang fait référence au « Pi Gua Heng quan », c'est à dire au coup de poing horizontal du pi guan. Le terme Pi ferait référence à une armure et Gua et Heng à des techniques. Il semblerait donc que si l'on parle bien ici du même art, il était pratiqué pour combattre à main nue en portant une armure. Cette théorie est contestée par certains qui estiment que l'art qui était alors pratiqué par les troupes serait le tongbei quan et non le pigua quan. Cette théorie pose d'autant plus de problèmes que les deux arts seront très liés

qui lui aurait enseigné son art aux alentours de 1727 et qui serait donc la base du baji quan et du pigua quan. Wu Zhong aurait enseigné le baji quan et le pigua quan à sa fille Wu Rong qui sépara les deux enseignements. Elle et son mari auraient alors enseigné le pigua quan au village de Luo Tong et le baji quan au village de Mong.

#### La diversification de l'art

On trouve relativement peu d'informations sur le développement du pigua quan, contrairement au baji quan. Il semble cependant que cette boxe ait eu un certain succès sous la dynastie Qing. On peut aussi dire que plusieurs courants de cet art ont dû se créer, notamment celui de Cangshi qui serait le fruit du travail d'un garde impérial du nom de Guo Dafa. Il est intéressant de



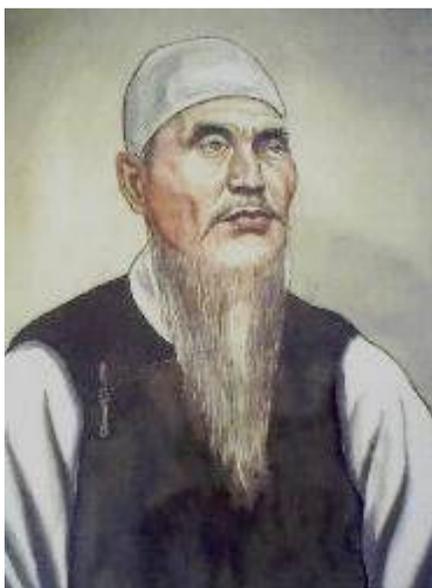
Le général Qi Jiguang

*Le « Jixiao Xinshu » rédigé par le général Qi Jinguang fait référence au « Pi Gua Heng quan », c'est à dire au coup de poing horizontal du pi guan.*

à partir du début du XXème siècle.

Ce qui est en revanche beaucoup plus admis est que le pigua quan aurait été pratiqué par Wu Zhong considéré comme le père tant du baji quan que du pigua quan. Ce serait un moine du nom de Lai

noter que, si cela était avéré, cet art garde de bonnes relations avec le milieu militaire, ce qui pourrait être en lien avec le fait qu'il s'intéresse autant à l'attaque qu'à la défense, contrairement à d'autres arts qui privilégient la défense. Ce style se caractériserait par des coups de poings



A gauche: Wu Zhong.

A droite: Wu Rong.



rapides et enchaînés. Les compétences de Guo Dafa auraient été telles qu'on lui aurait demandé d'enseigner son art à la famille impériale.

Le style de Yanshan, fondé par Zuo Baomei (1753-1818), est un autre courant qui se serait développé à la même époque. Son fondateur aurait été respecté non

seulement pour ses compétences martiales mais surtout pour son éthique, ce qui aurait amené les gens à l'appeler « Zuo Ba Ye » en preuve de respect. Ce style se caractériserait par des séries de coups de poings lents et par la forme qinglongquan (la boxe du dragon vert).

## L'apogée du pigua quan

### La réunification de l'art martial

Le XXème siècle marqua un tournant majeur dans le développement du pigua quan. Deux histoires relativement similaires courent sur la réunification du pigua quan. Elles ont en commun de se dérouler aux alentours de 1927 ou 1928 et d'avoir pour principaux protagonistes Ma Yingtu de l'école de Yanshan et Guo Changsheng de l'école de Cangshi. La première version fait référence à la « Zhonghua wushi hui » (association des artistes martiaux chinois) fondé à Tianjing par Ma Yingtu et son frère en 1910. Ma Yingtu aurait alors invité Guo Changsheng pour faire le point sur l'évolution des deux branches de l'art et le réunifier. La seconde version prendrait place à l'association des arts martiaux nationaux de Nanjing, où Ma Yingtu aurait eu un poste important.

Les versions s'accordent néanmoins sur le fait que les deux hommes ont bien remanié le pigua quan pour en faire un art nouveau. Ainsi, au pigua quan, ils ajoutèrent leur connaissance du baji quan, du fanzi quan et du chuoja. Ils ajoutèrent aussi deux nouvelles méthodes d'armes : le pigua dao ou sabre du pigua et le fengmo gun ou bâton du démon fou. Leur création sera nommée tongbei quan mais portera aussi parfois le nom de pigua quan ou de pigua tongbei quan, ce qui rend d'autant plus difficile la lecture de l'histoire du pigua quan.

Après cette rencontre, ils allèrent chacun enseigner dans leur région respective, propageant peu à peu l'art martial recréé.

### Propagation et diversification du pigua quan.

Bien que la rencontre de 1927 ait eu pour bénéfice de mettre en avant le pigua quan et de tenter une unification du style, celle-ci ne fut pas véritablement une réussite. En effet, Ma Yingtu et Guo Changsheng ajoutèrent très vite à leur enseignement les autres arts qu'ils avaient étudiés. Ma Yingtu eut un professeur de baji quan du nom de Li Shuwen ce qui permit au pigua quan de renouer avec une des branches de cet art.

Les deux courants évoluèrent si bien, qu'au final, malgré un aspect commun, leur étude diffère énormément notamment au niveau du cursus. Au final, ils n'ont que peu de choses en commun. Le tongbei quan évolua pour sa part en un art à part entière, bien qu'il soit toujours considéré par certains comme un style de pigua quan.



Ma Yingtu



Guo Changsheng

## CONTES ET RÉCITS DES ARTS MARTIAUX DE CHINE ET DU JAPON

RÉUNIS PAR PASCAL FAULIOT  
PRÉFACE DE MICHEL RANDOM



Spiritualités vivantes

Albin Michel

### Contes et récits des arts martiaux de Chine et du Japon

*Réunis par Pascal Fauliot.*

Le monde des arts martiaux est peuplé de légendes, d'histoires plus ou moins vraies. Ces histoires nous parlent de grands maîtres, de moines à la sagesse infinie et quand bien même elles ne seraient pas vraies, elles viennent enrichir notre pratique et sont une partie intégrante de la culture martiale. C'est dans cet optique que cet ouvrage est, à mon sens, d'une grande importance car il permet de faire survivre des légendes du monde des arts martiaux qui tendent à s'oublier à l'époque de la compétition et de l'efficacité scientifique que l'on semble rechercher pour ces arts.

Bien plus que des contes, les histoires présentes dans cet ouvrage amèneront le lecteur à s'interroger sur sa pratique martiale et la finalité de cette dernière. On y retrouve des classiques comme Bokuden et ses trois fils, mais la majorité risque de vous être inconnus. L'ouvrage se lit facilement et malgré sa petite taille (un peu moins de 200 pages) on y revient souvent tant certaines histoires peuvent nous marquer par leur profondeur.

Le seul point négatif que l'on pourrait trouver à cet ouvrage est qu'il se concentre principalement sur les arts martiaux de la Chine et du Japon (bien que le Japon soit beaucoup plus présent). En effet, il aurait été intéressant de découvrir les contes martiaux de la Corée, de la Thaïlande et de bien d'autres pays. Malgré tout, c'est un ouvrage que je ne peux que vous conseiller.

A kendo practitioner in full armor, including a helmet (men) and a chest plate (do), stands in a traditional Japanese dojo. The practitioner is holding a shinai (bamboo sword) and is positioned in the foreground, looking towards the right. In the background, other practitioners are visible, some in motion, suggesting a training session. The floor is made of light-colored wooden planks, and the walls are dark with traditional architectural elements.

# LA VOIE DU SABRE

## Le kendo

On notera que l'armure en kendo ne protège que l'avant du corps, car les frappes dans le dos sont interdites en kendo. En effet, les zones de frappe sont limitées aux parties les plus protégées par l'armure à savoir le ventre, le sommet du crâne, les poignets et la gorge pour les pratiquants les plus avancés.

## Le kendo

Parmi les arts martiaux dits modernes, il en est un qui s'illustre comme le plus populaire et le plus respecté. Il s'agit du kendo, art très respecté dans son pays d'origine qui a réussi à s'exporter de par le monde, même si sa renommée y est

### Brève histoire du kendo

#### Aux origines du kendo

Bien que le kendo apparaisse bien souvent comme un art martial moderne, il n'en est pas moins relativement ancien. Ainsi, il trouverait son origine durant la période Edo, une époque de paix après plusieurs siècles de guerre. L'ère Tokugawa, commencée aux alentours de 1604, fut une période de paix qui faisait suite à plusieurs siècles de troubles ayant donné naissance à des générations de guerriers farouches et où nombre de clans se vouaient une certaine haine. L'apparition du kendo durant la période Edo est logique, puisque, en temps de paix, les samourais durent trouver une nouvelle raison à la pratique martiale, de sorte que ce qui était « le sabre pour tuer » se mua peu à peu en « sabre pour vivre ». C'est au XVIII<sup>ème</sup> siècle, pour permettre aux pratiquants de se faire face sans risque, que Naguma Shiro aurait mis au point le shinaï, un sabre composé de lattes de bambous, ainsi que des protections. Cela permit la mise

*À l'époque, la pratique de tels combats ne constituait pas réellement un art martial à part entière, mais plutôt un exercice pratiqué dans plusieurs écoles...*

en place d'assauts où les frappes réelles étaient autorisées. Cependant, d'autres écoles possédaient déjà un tel équipement, à l'instar de l'Araki ryu, où des assauts étaient possibles grâce à des protections rembourrées portées sur la tête et les mains et à des bokken disposant de tsuba. Certaines sources font néanmoins remonter la création du shinaï au tout début de la période Edo. Ce serait alors Hikida Bungoro (1537-1606) qui aurait mis au point cet outil d'entraînement.

À l'époque, la pratique de tels combats ne constituait pas réellement un art martial à part entière, mais plutôt un

exercice pratiqué dans plusieurs écoles et qui prit peu à peu une importance grandissante, au point que des écoles s'ouvrirent pour l'enseigner spécifiquement. On appelait alors cette pratique shinaï geiko.

Il semble que le gouvernement de l'époque ait vu d'un bon œil cette évolution et la création du kendo. En effet, il permettait aux nombreux soldats sillonnant le pays de trouver un exutoire grâce auquel ils pouvaient entretenir leurs facultés martiales. Il s'agissait également de les canaliser pour éviter de nouveaux conflits sur le territoire.

Le kendo évoluera peu à peu en se dotant de règles et en améliorant l'équipement utilisé jusqu'à trouver sa forme actuelle à la fin de la période Edo (vers 1868). Il est cependant à noter que le terme kendo n'apparaîtra qu'en 1912 dans le Nihon Kendo no Kata. Avant cette date, il aurait porté le nom de

shinaï geiko. En revanche, d'autres sources prétendent que le terme kendo aurait déjà été utilisé au XVII<sup>ème</sup> siècle par Abe Gorodayu, ainsi que par Yamanushi, l'un de ses contemporains.

#### Le développement du kendo

L'évolution du kendo ne se fit pas sans heurts. Dès ses débuts, de nombreux maîtres émirent des réserves quant à la direction sportive qu'avait prise la pratique martiale, ce qui n'empêcha pas son développement.

Le second coup donné à l'établissement du kendo – et plus largement à l'ensemble des arts martiaux – fit suite



Tokugawa Iyasu





à la restauration Meiji (à partir de 1868). En effet, lors de la période qui suivit, le kendo et les autres arts martiaux furent considérés comme des reliques d'un passé révolu et furent délaissés tant du public que du gouvernement qui souhaitait une société moderne sur le modèle occidental. Il faudra attendre plusieurs années pour que le gouvernement daigne s'intéresser de nouveau aux arts martiaux en tant que support à l'essor de l'esprit nationaliste. Une école sera d'ailleurs fondée au sein de la police de Tokyo.

En 1906, la section kendo du Butokukai, une association ayant pour but la préservation des arts martiaux, a réuni de nombreux experts principalement des écoles Hokushin Itto Ryu, Shindo Musen Ryu, Jiki Shin Kage Ryu et Ono Ha Itto ryu pour mettre au point un corpus de kata reprenant les principales techniques de

## La pratique du kyudo

### Le matériel en kendo

Les pratiquants de kendo peuvent être reconnus instantanément grâce au matériel qu'ils utilisent pour pouvoir effectuer des assauts sans risquer de se blesser. L'équipement en kendo est tout d'abord composé d'une armure kendo-gu (ou bogu) qui se divise en quatre segments :

- le men : il s'agit d'un casque permettant de protéger non seulement le haut de la tête, mais aussi l'avant du visage grâce à une grille, ainsi que la gorge et les épaules. Un tissu est enroulé autour de la tête sous le casque de manière à atténuer les coups reçus sur le sommet du crâne. On peut aussi y voir des raisons d'hygiène, dans la mesure où un tel casque tient chaud, surtout lors de combats.
- les kote : il s'agit de mouffles dont le dos est très épais pour venir protéger les

ces écoles. Cette démarche aboutira en 1912 à la création officielle du Dai Nippon Teikoku Kendo Kata. Avant cela, en 1911, une décision du gouvernement rendra la pratique du kendo et du judo obligatoire dans les collèges.

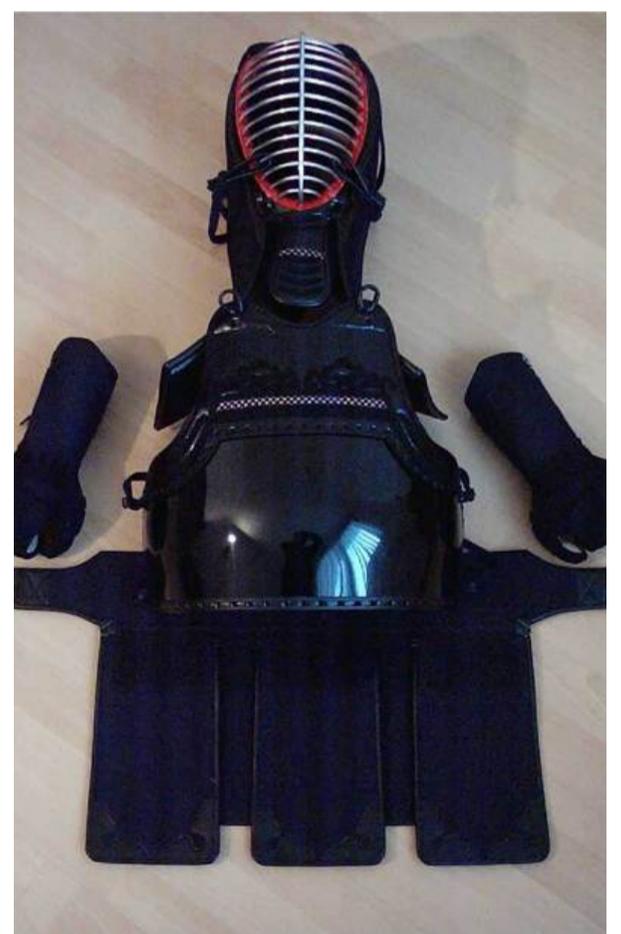
La seconde guerre mondiale porta un second coup à la pratique martiale, qui fut tout bonnement interdite à partir de 1945 par les forces d'occupation qui y voyaient un vecteur de vertus ultranationalistes. Cette interdiction ne fut levée qu'en 1950 (bien que la pratique d'autres arts martiaux comme l'aïkido ait été autorisée avant cela). Peu à peu, les arts martiaux regagnèrent leur place au sein du grand public et c'est principalement à partir des années 1970 que le kendo commença à vraiment s'internationaliser.

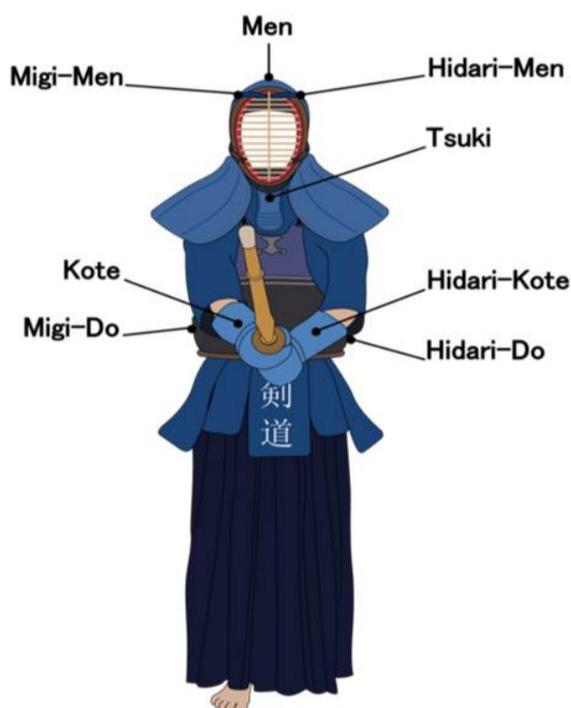
mains, les poignets et une bonne partie de l'avant-bras. Les gants sont souvent rembourrés avec du coton et une couche de cuir vient protéger l'extérieur.

- le do : c'est un plastron protégeant l'avant et les flancs du corps. Traditionnellement en bambou, on en trouve aujourd'hui en fibre de verre moins onéreux.

- le tare : il s'agit d'un ensemble de trois pièces venant protéger le bas ventre ainsi que le haut des cuisses. Composé de trois lanières on retrouve souvent le nom du kendoka sur la lanière avant ainsi que le nom de son club. Ces lanières peuvent être en tissus épais ou en cuir.

On notera que l'armure en kendo ne protège que l'avant du corps, car les frappes dans le dos sont interdites en kendo. En effet, les zones de frappe





sont limitées aux parties les plus protégées par l'armure à savoir le ventre, le sommet du crâne, les poignets et la gorge pour les pratiquants les plus avancés.

Concernant les armes utilisées en kendo, si des bokkens ou des katanas peuvent servir lors des katas, l'arme principale est le shinai. Il s'agit d'un long sabre composé de lattes de bambou ce qui lui permet d'être très léger tout en amenuisant les chocs. Un fil parcourant sa longueur vient préciser ou se trouve le dos de la lame et seul les frappes effectués avec le troisième tiers de l'arme sont valides.

### Le travail en kendo

La compétition et la préparation à ses combats occupent une part importante de l'étude du kendo. Le pratiquant devra apprendre non seulement à connaître les zones de frappes et savoir les toucher, mais aussi à faire face à tout type d'adversaire, car il n'y a pas de catégories de poids en kendo.

Un autre point essentiel de l'étude du kendo concerne les katas, qui se réalisent non pas avec un shinai mais avec un bokken et sont au nombre de 11. Ainsi, on trouve sept katas pour le sabre long, trois pour le sabre court et un pratiqué avec un bokken beaucoup plus lourd. Ces katas permettent non seulement d'avoir une meilleure compréhension du kendo, mais on y retrouve des techniques plus martiales renvoyant aux origines de cet art. Ils sont relativement courts et se réalisent à deux, en principe le pratiquant le plus avancé est celui qui attaque et porte le premier coup, le pratiquant le moins avancé étant celui qui défend et porte le dernier coup. L'un des objectifs de ces katas est le ki ken tai no ichi.

Le ki ken tai no ichi est la pierre angulaire du kendo, il s'agit de l'unité entre l'esprit (ki), le sabre (ken) et le corps (tai). Il ne s'agit cependant pas que d'un concept purement philosophique, car il permet aussi lors des combats de déterminer si une frappe est valable ou non. Concernant le ki, lorsqu'un coup est asséné, il doit l'être avec la volonté de trancher. Ainsi, pour que le coup soit valide, il doit être accompagné d'un kiai. Concernant le ken, le coup devra être porté avec la partie la plus tranchante de l'arme, de sorte qu'il ne sera valide que s'il est porté avec le troisième tiers de l'arme, le dos de la lame (représenté par une corde) faisant face à celui qui le porte. Le tai désigne l'engagement du corps qui représente aussi la volonté. En pratique, un coup ne sera valide que s'il est porté en frappant du pied avant sur le sol.

### Art martial ou sport de combat ?

Cette question est assez problématique car le kendo apparaît bien souvent comme un monument du monde des arts martiaux. Cependant, il y a tout de même matière à se poser question notamment du fait de la place que prend la compétition dans cette pratique martiale. Sur ce point, le kendo est dans son essence même lié à l'idée de compétition et c'est d'ailleurs la volonté de permettre à deux pratiquants de se combattre sans risquer de graves blessures qui a modelé cet art tout au long de son évolution. À ce titre, un point important à souligner est que toutes les frappes, à l'exception de la gorge peut être, visent les parties les plus solides de l'armure, à savoir le sommet du casque (qu'il était normalement impossible de fendre avec un sabre), le plastron et les poignets





(protégés par des gantelets munis de bandes métalliques). Il en résulte donc une pratique totalement sécurisée qui a permis un grand développement de l'aspect compétitif de cette pratique martiale qui est antinomique avec la réalité des arts martiaux.

Cependant, l'aspect philosophique et la recherche de soi restent très souvent un point fondamental dans le kendo, chose que l'on retrouve comme fondement d'autres arts martiaux (comme le kyudo) qui ont, eux aussi, grandement perdu de leur réalité martiale.





## Synopsis

*"Chine, 1936. Ip Man, maître légendaire de Wing Chun (un des divers styles de kung-fu) et futur mentor de Bruce Lee, mène une vie prospère à Foshan où il partage son temps entre sa famille et les arts-martiaux.*

*C'est à ce moment que le Grand maître Baosen, à la tête de l'Ordre des Arts Martiaux Chinois, cherche son successeur. Pour sa cérémonie d'adieux, il se rend à Foshan, avec sa fille Gong Er, elle-même maître du style Ba Gua et la seule à connaître la figure mortelle des 64 mains. Lors de cette cérémonie, Ip Man affronte les grands maîtres du Sud et fait alors la connaissance de Gong Er en qui il trouve son égal. Très vite l'admiration laisse place au désir et dévoile une histoire d'amour impossible. Peu de temps après, le Grand maître Baosen est assassiné par l'un de ses disciples, puis, entre 1937 et 1945, l'occupation japonaise plonge le pays dans le chaos. Divisions et complots naissent alors au sein des différentes écoles d'arts martiaux, poussant Ip Man et Gong Er à prendre des décisions qui changeront leur vie à jamais...*

C'est avec enthousiasme que j'ai eu la chance de regarder il y a quelques jours *The Grandmaster*. Je suppose que nombre d'entre vous ont attendu ce film avec impatience et nombreux sont ceux qui ont du se ruer sur le film lors de sa sortie au cinéma (chose que je n'ai pas pu faire), alléchés que nous étions par les bandes annonces nous montrant non seulement un film épique mais en plus un film relativement juste sur les arts martiaux. Je l'ai regardé et je dois avouer que je suis à la fois comblé et déçu par ce film.

Du côté des points positifs, les combats sont tout d'abord superbement chorégraphiés. Dans l'ensemble, on se rapproche vraiment de l'esprit des différents arts martiaux présentés et l'on va même jusqu'à nous parler de certaines bases théoriques des arts. Malheureusement les combats me semblent un peu gâchés par leur une certaine exagération qui viennent ternir le tableau. Dans cet esprit, certains pourraient regretter l'usage parfois abusif de ralentis, parfois même hors des combats. Un autre point fort du film est son esthétique très soignée.

Malheureusement, ce film souffre aussi de nombreux points faibles, le premier et le principal à mon sens est la division du film en deux temps distincts. Dans la première partie du film les combats fusent et s'enchaînent, mais une fois arrivé à la seconde moitié du film, le ton est assez calme et laisse un peu trop apparaître un scénario qui n'a vraiment rien d'original et qui semble s'éterniser. Un autre point qui m'a personnellement gêné est l'utilisation de Yip Man en personnage principal. Bien que ce ne soit pas inintéressant, on peut se demander pourquoi lui et pas un autre. Heureusement, ce film ne prétend pas refaire toute l'histoire de ce grand homme qui, bien que personnage principal, aura un rôle presque secondaire dans le film. Un dernier point négatif est que ce film semble suggérer que le Bajiquan serait une création récente (milieu du XX<sup>ème</sup> siècle) et aurait pour origine le Piguan.

Au final le film reste très intéressant et a le mérite de faire parler d'arts martiaux méconnus du grand public. Cependant il souffre de certaines longueurs qui pourraient forcer certains à arrêter le film après sa seconde moitié, quitte à rater le combat final.

## Yama Tsuki : les poings de la montagne

Yama tsuki ou coup de poing de la montagne dû à la forme de U que représente la technique ,fait partie des attaques double que l'on retrouve en Shotokan, présent notamment dans les Kata Basai-Dai et Wankan.

Pour l'exécuter à droite, le poing gauche fait une sorte de crochet avec une trajectoire circulaire dans le plan vertical de bas en haut pour venir au-dessus de sa tête, le poing droit vient faire un ura tsuki (crochet court sans rotation du poing) au niveau du ventre. Les poings se retrouve alignés verticalement, le coude droit doit rester à l'intérieur de son corps, pour être maintenu par celui-ci, en clair le coude est devant la hanche et non à cotés. Le corps est légèrement penché vers l'avant sans sacrifier la connexion du pied arrière. L'idéal étant de continuer l'alignement de la jambe arrière sans oublier la rétroversion du bassin. Les

bras ne sont pas tendus.(photo 1 exécutée à gauche, photo 2 exécutée à droite).

Initialement on la pratiquait en mettant aussi le dessus de la tête pour en faire une attaque triple (photo3).

Pour son application elle est très souvent utiliser comme blocage et contre-attaque simultané, le bras haut viens de par sa trajectoire circulaire dévier un tsuki jodan par exemple et venir frapper le visage et l'autre poing frapper le bas du ventre.(Photo4).

### 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.





## L'application :

Dans la séquence (photo 5 à 9) on retrouve un exemple d'application.

Départ en grade, tori attaque gyaku tsuki, uké bloque avec l'avant-bras en rentrant dans l'attaque. Le ura tsuki devient blocage en changeant légèrement sa trajectoire qui devient plus latérale, suivit immédiatement par une attaque au niveau jodan. On passe ensuite à l'intérieur du bras en pivotant sur son pied avant afin de faire une clef de coude, pour terminer par une frappe en ura au visage. Une retrouve ici, une application de 2 yama tsuki enchainés, le premier en sursaut avant

suivit d'un demi-tour yama tsuki. Cela peut très bien servir de bunkai dans le kata Wankan.

On peut aussi très bien envisager une défense sur mae géri, le ura tsuki transformé venant cette fois-ci bloquer le coup de pied. (Photo 10)

**Johnny Gence**



## L'arc

Si le tir à l'arc est devenu le plus souvent un sport apparenté aux sports de combat, certaines méthodes, considérées encore aujourd'hui comme des arts martiaux, demeurent. L'arc est une arme qui a longtemps déterminé la victoire de tel ou tel camp sur les champs de batailles tant en Occident qu'en Orient. En Occident, les arcs étaient le plus souvent constitués d'une simple courbe, ce qui n'empêchait pas certains peuples de faire preuve d'une grande ingéniosité. A ce titre on peut citer l'archerie anglaise qui sera longtemps redoutée et dont les arcs longs étaient composés de pas moins de 3 bois différents, ce qui leur assura notamment l'ascendant sur les troupes françaises durant la guerre de cent ans, équipées d'arbalètes (arme beaucoup plus lente à recharger).

En Orient, c'est l'arc mongol qui influencera fortement le développement de cette arme. Les mongols au XII<sup>ème</sup> siècle réussirent à conquérir l'empire le plus vaste qui n'ait jamais existé grâce à leurs stratégies novatrices mais aussi grâce à leur science de l'arc. Les arcs mongols seront à cette époque considérés comme le sommet de la technologie militaire. Ces derniers étaient constitués d'un cœur en corne et en tendons, entouré d'une écorce de bouleau. La principale particularité extérieure de ces arcs était qu'ils étaient non seulement beaucoup plus petits que nos arcs occidentaux, mais aussi qu'ils étaient composés de deux , qui leur permettaient de garder une grande puissance dans les traits. Cette arme influencera notamment l'archerie japonaise à partir de la fin du XIII<sup>ème</sup> siècle.

Aujourd'hui, on trouve cependant peu d'arts martiaux traitants de cette arme. On en trouve principalement deux. Le premier est le Kung dao, une méthode de tir à l'arc chinoise influencée par la philosophie taoïste et du bouddhisme. L'arc qui y est utilisé est très proche des arcs relativement court, à double courbe, proche en apparence des arcs mongols. Le second art martial d'arc qui, lui, est beaucoup plus connu est le kyudo. Dans cet art martial japonais, fortement influencé par la philosophie zen, l'arc utilisé yumi est un long arc asymétrique unique en son genre, bien que l'on décèle dans sa forme une double courbe héritée de ses ancêtres. Ce qu'il est intéressant de noter est que ces deux méthodes de tir à l'arc ont gardé la forte influence philosophique les rapprochant d'une forme de méditation en mouvement.



En dessous: arc mongol.





# Lumière sur... Le taiji quan style Chen

La pratique du taiji du style Chen repose principalement sur l'étude de deux formes qui sont présentes, quoique parfois différentes, dans les trois grandes branches où leur réalisation reste dans l'ensemble relativement similaire. C'est dans l'interprétation des mouvements des formes que les différentes branches se séparent.

## Le Taiji quan style Chen

Considéré comme le plus ancien des styles de taiji, cet art martial respecté des pratiquants reste paradoxalement très méconnu, contrairement aux styles Wu et surtout au style Yang. Loin des clichés que l'on peut se faire sur le taiji, le style Yang est réputé pour son

approche beaucoup plus martiale que ses autres variantes et a marqué durant de longues années les arts martiaux chinois avant d'être éclipsé par la variante de Yang Luchan.

### Un art martial aux nombreuses branches

#### Les caractéristiques du style

La première chose qui frappe lorsque l'on observe le style Chen est son aspect résolument plus martial que l'image que donne le style Yang du taiji. Il est d'ailleurs réputé comme le plus efficace des styles de taiji pour faire face à une agression et se caractérise par des alternances de mouvements lents et rapides avec des explosions d'énergie (fajing). Les aspects internes y sont tout aussi importants que la dimension externe, ce qui en fait un art à mi-chemin entre les deux courants, même s'il est traditionnellement relié à l'interne. Il est intéressant de noter sur ce point que lorsque l'on parle d'arts internes, le premier art martial qui nous vient à l'esprit est le taiji. On pense alors par défaut au style Yang très souple et lent, où l'interne a une part prépondérante. On remarque alors bien que la notoriété du style Yang a dépassé dans l'esprit général celle du style Chen, alors qu'il en est l'héritier.

Le style Chen est martiallement très riche et comprend de très nombreuses

techniques, qu'il s'agisse de frappes, de clefs ou de saisies. Cependant, la dimension interne y a aussi un rôle très important, notamment grâce à une étude poussée du qi gong et des principes de la médecine traditionnelle chinoise. À ce titre, on notera l'importance de la pensée taoïste dans la pratique de cet art et notamment la bipolarité yin/yang que l'on retrouve dans l'ensemble des formes du style, entre autres au travers de l'alternance entre la lenteur et la puissance.

Le style Chen se caractérise dans les grandes lignes par des positions plus basses et stables que dans les autres styles ainsi que, comme il a été signalé, par des alternances de mouvements doux et puissants.

#### Un style aux nombreuses ramifications

Ce style étant très ancien, il a logiquement subi de nombreuses évolutions et s'est scindé en plusieurs branches au fil des années. Si de nombreux styles comme le taiji quan Hun Yuan Xingyi se sont développés



*On remarque alors bien que la notoriété du style Yang a dépassé dans l'esprit général celle du style Chen, alors qu'il en est l'héritier.*





autour du style Chen, on constate que le cœur de ce dernier est divisé en trois branches maîtresses : Laojia, Xiaojia et Xinjia. Bien que ces trois branches soient distinctes, les distinctions restent mineures, le corpus de l'étude restant le même.

Laojia, ou vieille forme (aussi nommée grande forme), remonterait à la 14<sup>ème</sup> génération de la famille Chen et serait la branche la plus ancienne du style. Les mouvements y sont plus amples et les positions plus basses que Xiaojia.

Xiaojia, ou petite forme, est une branche restée très longtemps réservée aux membres du clan Chen et était très pratiquée par les personnes âgées, ce qui laisserait croire que ce style était

plus axé sur l'aspect thérapeutique du taiji. Il semble que ce soit la forme la moins exportée du style.

Xinjia, ou nouvelle forme, est un dérivé de la vieille forme et constitue la plus jeune des branches. Elle aurait été créée par Chen Fake et aurait pour vocation de se rapprocher de la réalité des combats de l'époque. On y trouve notamment un certain nombre de clefs en plus des frappes et des saisies habituelles. Les positions y sont basses de manière à garder une certaine stabilité, mais les mouvements sont plus courts qu'en Laojia afin de pouvoir être exécutés plus rapidement.

## La pratique du taiji Chen

### Les formes au cœur de la pratique

La pratique du taiji du style Chen repose principalement sur l'étude de deux formes qui sont présentes, quoique parfois différentes, dans les trois grandes branches où leur réalisation reste dans l'ensemble relativement similaire. C'est dans l'interprétation des mouvements des formes que les différentes branches se séparent.

La première forme étudiée est appelée di yi lu (on retrouve parfois seulement yi lu). Elle est relativement douce et serait la plus ancienne du style. Cette forme permet au pratiquant de développer son équilibre et sa coordination et d'apprendre les bases du taiji Chen. On lui reconnaît également certains bénéfices thérapeutiques.

La seconde forme s'appelle er lu, ou poing canon. Elle est beaucoup plus vive dans son exécution que la première et on y retrouve de nombreuses explosions d'énergie (fajing). Elle est très éloignée de l'image que l'on a du taiji quan et son étude est réservée aux étudiants les plus avancés. Cette forme, propre au taiji Chen, démontre bien l'aspect résolument martial de la discipline.

### Un art complet

Bien que centré sur l'étude de ses deux formes, le taiji Chen ne se limite pas à

elles seules. Tout d'abord, il existe un certain nombre d'autres formes dont l'étude varie en fonction des écoles. Elles furent créées soit pour des besoins de compétition, soit à des fins davantage pédagogiques. On y trouve aussi des formes d'armes centrées sur l'étude de l'épée, du sabre, de la lance, du bâton et de la hallebarde. Cependant, cette étude est très variable et dépend bien souvent de l'école dans laquelle on étudie.

Un autre point qui est plus commun aux écoles de taiji Chen, est l'étude du qi gong et des postures comme celle de l'arbre (zhan zhuang) qui autorisent un travail plus interne.

Enfin, une étude commune à toutes les écoles de taiji Chen est celle du tuishou (poussée de mains). Ce type d'exercice est le plus souvent réservé aux élèves ayant déjà une bonne connaissance de la première forme et permet de voir plus en détails les applications des techniques cachées dans les formes. Il existerait cinq formes différentes de tuishou et certains considèrent que l'exercice en lui-même constituerait en une troisième forme qui vient compléter yi lu et er lu.



## Gichin Funakoshi

Parmi les hommes ayant participé à la propagation et la reconnaissance du karaté, il en est un reconnu de tous. Gichin Funakoshi, celui qui est considéré comme le fondateur du karaté Shotokan est l'un des artistes martiaux

les plus connus au monde et la contribution qu'il a apporté au karaté est indéniable au point que l'on peut difficilement imaginer ce que serait cet art aujourd'hui s'il n'avait pas existé.

### Enfance et apprentissage du karaté

#### Un homme marqué par son époque.

Gichin Funakoshi est né le 10 novembre 1868 à Yamakawa près de Shuri dans la préfecture d'Okinawa. Cependant sa date de naissance officielle serait le 10 novembre 1870 chose réfutée par bon nombre de personnes. Il était d'une famille issue de la petite noblesse qui avait servi la famille royale de l'archipel des Ryukyu. Il se trouve que son grand-père avait lui-même enseigné à cette famille et ce serait lui qui aurait pris en charge Gichin Funakoshi dès son plus jeune âge. Ceci lui permit d'avoir accès à une éducation de qualité et il étudia très vite le confucianisme et la littérature classique chinoise.

De par son année de naissance, Gichin Funakoshi fut très marqué par le contexte politique et social de l'époque. En effet à partir de la restauration Meiji et la déposition officielle du roi des Ryukyu en 1879, l'île se scinda en deux. D'un côté on trouvait ceux en faveur des avancées techniques et de l'occidentalisation du Japon sous la

bannière du « Parti éclairé ». Face à eux se trouvaient les partisans du « Parti obstiné » qui souhaitaient le maintien des traditions ainsi que le port du chignon, le port des sabres... Issue d'une famille traditionaliste il semble que ce dernier ait dû renoncer entre autre à faire des études de médecine. Après la victoire du « Parti Éclairé », Gichin dû se résoudre à se soumettre à la nouvelle réalité du Japon et il devint enseignant vers 1888.

#### L'apprentissage des arts martiaux.

On trouve deux théories à ce sujet. La première qui est la plus répandue et que l'on retrouve dans l'autobiographie de Gichin Funakoshi relève qu'il aurait commencé la pratique du karaté (Shurite) à l'âge de 11 ans auprès du fils d'Azato Yatsune l'un des plus grands maîtres de son époque. Il étudia auprès de ce dernier jusqu'à l'âge de 15 ans période à partir de laquelle il continua son étude auprès de maître Azato lui-même. Ce dernier lui aurait non seulement enseigné les côtés techniques du karaté mais aussi une certaine



4 『琉球拳法唐手』を著した頃（大正11年）

*Les maîtres du karaté des années 1930 à Tokyo. Gichin Funakoshi se trouve à la 4ème place sur la gauche.*





morale et des manières dignes. Par la suite il fait la rencontre de maître Yasutsune Itosu auprès de qui il aurait étudié environ 10 ans ce qui lui aurait permis de maîtriser les trois katas fondamentaux. Par la suite il aurait étudié avec de nombreux maîtres dont Sokon Matsumura et Kanryu Higaonna.

Une autre théorie bien moins répandue relèverait que Gichin Funakoshi aurait en réalité commencé son étude du karaté aux alentours de ses vingt ans auprès de Taitei Kinjo. Il semble que si cette seconde théorie s'avère vraie, il aurait bien vite quitté son maître pour aller étudier auprès de maître Azato en raison de l'attitude de son Taitei.

On dit aussi qu'il étudia le maniement du bo auprès de son père qui aurait eu de bonnes capacités en la matière. Peu à

peu il mit au point sa propre méthode d'endurcissement du corps par la pratique de longues marches, de musculation et de longues heures de frappes sur des makiwara. Une anecdote à ce sujet raconte que lors des typhons il se mettait sur le toit de sa maison en position du cavalier pour faire face au vent. Sa renommée monta peu à peu si bien qu'il dut régulièrement jouer les médiateurs durant les conflits entre professeurs et élèves de l'école locale et l'on dit que la police faisait parfois appel à ses services.

## L'apogée d'un grand maître

### La participation de Gichin Funakoshi à la reconnaissance du karaté.

Gichin Funakoshi fut l'un des acteurs majeurs pour ne pas dire le principal acteur de la reconnaissance du karaté comme budo par la Japon. Le karaté sera jusque dans les années 1920 considéré comme un art martial inférieur aux arts martiaux japonais et ce ne sera qu'après de lourds efforts, et certaines concessions de Gichin Funakoshi et d'autres maîtres qu'il sera considéré comme étant l'égal du judo. Aux alentours de 1901 une première étape fut franchie et Gichin Funakoshi réussit à inclure l'étude du karaté au programme scolaire des écoles d'Okinawa. Il faudra cependant attendre 1917 pour qu'une première démonstration de karaté ait lieu au Japon devant le Butoku-den à Tokyo. Il semble que cette démonstration n'en fut cependant pas déterminante dans l'avenir du karaté qui souffrait alors de certains points vus d'un mauvais œil par les japonais. Le principal de ces points était le nom qu'il portait alors « To-te » qui signifiait main de Chine. C'est Gichin Funakoshi qui aurait changé « to » en « kara » qui signifie vide. On dit aussi que c'est lui qui instaura la tenue portée actuellement en karaté de manière à le faire apparaître plus « discipliné » et se conformant à la

norme qu'avait instauré Jigoro Kano dans son art.

L'année 1922 aurait été l'aboutissement du travail qu'avait effectué le maître pour son art. En effet c'est durant cette année qu'il aurait fait (sur demande de Jigoro Kano selon certains) une présentation du karaté lors d'une démonstration d'arts martiaux organisée par le ministère de l'éducation Japonais. On dit que le public reçut cette démonstration avec enthousiasme et suite à cela Jigoro Kano lui aurait proposé d'enseigner au Kodokan, se serait d'ailleurs selon certains à ce contact qu'il adopta le système de ceinture noire. Si le fait que cette démonstration ait eu lieu et le fait qu'elle fut un tournant dans la carrière de Gichin Funakoshi ne peut être nié, toutefois, il semblerait selon certaines sources que son importance soit parfois surestimée. En effet selon certains ce n'est pas cette démonstration qui permit la reconnaissance du karaté comme un budo à part entière mais il s'agirait en fait d'une démonstration faite quelques années plus tard par un élève de Chojun Myiagi. Une autre source encore affirme que la reconnaissance officielle du karaté comme un budo à part entière aurait eu lieu suite à une démonstration de Gichin Funakoshi en 1941.





Ce qui semble en revanche certain est que le premier club universitaire de karaté s'ouvrit en 1924 à Keio et qu'à partir du milieu des années 1920 le karaté commença peu à peu à se populariser si bien que de nombreux japonais s'y adonnèrent. A ce titre Gichin Funakoshi choisit de s'installer au Japon où il enseignera jusqu'à la fin de sa vie sans retourner à Okinawa. Pour faciliter son enseignement, ses élèves lui construisirent en 1935 (ou 1939 selon les sources) un dojo qui sera appelé Shotokan, nom que prenait maître Funakoshi lors de ses écrits.

### L'après seconde guerre mondiale et les apports du maître

La seconde guerre mondiale et les années qui suivirent furent très dures pour Jigoro Kano. Son dojo fut détruit lors d'un bombardement, son fils Gigo qui était considéré lui aussi comme un maître en karaté mourut d'une leucémie puis ce fut le tour de sa femme qui périt en 1947 d'une crise d'asthme. Malgré ses évènements il contribua au renouveau du karaté si bien qu'en 1953 il enverra des élèves enseigner son art aux Etats Unis. Lors de la constitution de la JKA aux alentours de 1949 il sera nommé directeur technique. Sur ce point certaines sources affirment que Gichin Funakoshi aurait participé activement à la création de cet organisme cependant ceci est contestable du fait que la JKA ait

participé activement au développement compétitif du karaté ce contre quoi Gichin Funakoshi s'était toujours opposé. A en croire ce second point de vue Gichin Funakoshi n'accepta jamais la nomination qui lui était accordée.

Si ce conflit concernant la JKA est incertain, ce qui l'est est que maître Funakoshi a toujours défendu une pratique du karaté comme un mode de vie, fondée sur les katas et les valeurs morales et excluant toute idée de compétition. A ce titre il nommera comme successeur non pas son fils adepte du développement sportif mais Shigeru Egami, l'un de ses plus brillants élèves qui partageait sa vision des choses. Celui-ci pour préserver la vision de son maître créa le Nihon Karate-do Shotokai.

Maître Gichin Funakoshi mourut le 26 avril 1957 à l'âge de 89 ans. Sa mort donna lieu à une grande cérémonie à laquelle, dit-on, assistèrent plus de 20 000 personnes et un monument commémoratif fut érigé à son honneur dans le temple Enkakuji.

# “le Shogun était confronté à

Autrefois, à l'époque du Japon féodal, le Shogun du moment était confronté à un gros problème : dans sa demeure, **un rat particulièrement fort tenait tous les chats en échec** ; aucun d'eux n'osait se frotter à lui. Pour trouver une solution, le Seigneur de la Guerre envoya ses messagers dans les quatre coins du comté. Ainsi, il apprit que dans le village voisin vivait un vieux chat, exceptionnellement doué pour occire les rats, quelque soit leur gabarit.

Après les politesses d'usage, le tigre de salon fila tout droit devant la cheminée d'où il ne bougea plus. Dès le lendemain, le rat vint le narguer, en passant ostensiblement devant lui, en roulant des épaules. Le vieux chat daigna à peine ouvrir les yeux pour le regarder.

L'autre, imbu de sa force et de son agilité, se rapprocha de plus en plus... **toujours pas de réactions.**

# un rat, particulièrement fort”

Avec le temps, le Shogun devint d'humeur maussade, car son tueur tant réputé se comportait davantage comme un squatter, nourri et logé de surcroît. Quand le rat passait devant le matou, il ne prêtait même plus attention à lui, tout occupé à organiser ses razzias.

Jusqu'au jour où **le vieux chat le foudroya d'un coup de patte, un atémi en pleine poire**, suivi d'un coup de dents pour briser la nuque.

Quand le Shogun rentra chez lui, il vit le cadavre à l'entrée, et le vieux chat

au coin du feu, comme à l'accoutumée...

comme s'il ne s'était jamais rien passé.

