

l'art de la Voie

Histoire et culture des arts martiaux



Mise au poing

Bunkai Heian Shodan

Un article montrant quelques interprétations possibles des principaux mouvements du premier kata du karaté shotokan.

Horizon martial

Le jogo do pau

Venez découvrir cette discipline portugaise de combat au bâton aux racines anciennes.



Lumière sur...

Le Yoseikan Budo

ÉDITORIAL

Bonjour à tous,

Après les changements des derniers mois, les choses se calment un peu au sein de « L'art de la voie ». Les 9ème kyu se poursuivent tout doucement au rythme d'un épisode toutes les deux semaines et ont déjà permis à de nombreuses personnes de découvrir ou redécouvrir : le kung fu, le karaté, le taiji quan, la capoeira et l'aïkido. Si peu d'articles sont sortis ces derniers temps sur le site, plusieurs refontes d'anciens écrits sont en préparation. A ce titre le livre « Voies martiales » est momentanément indisponible (suite à un petit problème de mise en page et d'impression) et je profite de cette occasion pour le mettre à jour.

Pour ce qui est de ce magazine il va encore une fois vous faire voyager de l'Inde au Japon en passant par le Portugal et la France. Encore une fois, toute notre équipe s'est démenée pour vous offrir un contenu de qualité et vous faire découvrir et redécouvrir avec passion les arts martiaux. Pour ce qui est du projet en cours, je peux simplement vous dire qu'il avance et qu'il s'agira d'un numéro spécial entièrement consacré à un sujet qui devrait intéresser beaucoup d'entre vous.

Il ne me reste plus qu'à vous souhaiter une bonne lecture à tous et à vous rappeler que vous pouvez suivre notre actualité sur Facebook et Twitter et retrouver tous les anciens magazines sur le site :

www.lartdelavoie.com

SOMMAIRE

Histoire d'un art	Le kalarippayat	page 3
Bibliographie	Bagua zhang	page 8
Mise au poing	Bunkai Heian Shodan	page 9
Panthéon martial	Masutatsu Oyama	page 11
Autour du poing	Le maître et l'élève	page 16
Piliers martiaux	L'art du poing	page 17
Voix d'une voie	Mestre Tartaruga	page 20
Lumière sur	Le yoseikan budo	page 24
Filmographie	Combat de maître	page 30
Horizon martial	Le jogo do pau	page 31
Nous soutenir sur Tipeee et remerciements		page 32

Rédacteur en chef	Antoine Thibaut
Rédacteurs	Johnny Gence, Loïc Blanchetête, Sixtine Dezwarte, Antoine Thibaut.
Correction	Sixtine Dezwarte
Maquettistes	Gilles Aubin et Antoine Thibaut
Contact	lartdelavoie@laposte.net

Partenaire de





Histoire d'un art Le kalarippayat

C'est dans ce contexte que se construira peu à peu le kalarippayat et il est fort probable que cette situation lui permis de devenir un art martial efficace et souvent mis à l'épreuve. Il est d'ailleurs intéressant de savoir que jusqu'au XVIème siècle, les dirigeants locaux confiaient la sécurité de la région à des milices formées au kalarippayat, ces dernières s'avérant d'une grande efficacité. A ce sujet il semble que de nombreux voyageurs auraient rapporté que la côte du Malabar (où se situe le Kerala) était l'une des plus sûres du monde.

Le kalaripayat



Parasurama



Indra

Le kalaripayat, bien qu'il soit difficilement accessible en Occident, est l'une des disciplines martiales les plus connues des pratiquants d'arts martiaux. C'est une discipline riche qui combine comme nulle autre un aspect thérapeutique par une science très poussée des massages, et une grande richesse martiale composée de techniques à mains nues et de l'apprentissage de nombreuses armes. Art martial très ancien dont certains prétendent qu'il aurait entre 3 000 et 4 000 ans, il est surtout connu pour être, selon la légende, à l'origine des arts martiaux de Shaolin.

Des origines anciennes et mythiques

Des origines mythologiques

Art martial réputé pour être le plus ancien, on sait peu de chose des origines du kalaripayat. La légende la plus connue fait remonter la création de cet art martial à Parasurama ; (aussi nommé Parashûrama) un avatar du dieu Vishnou. Dans la religion hindoue, Vishnou est l'un des 3 dieux majeurs composant la Trimouti avec Shiva et Brahma. Chacun de ces trois dieux représente un état de l'univers. Là où Brahma représente la création et Shiva la destruction, le dieu Vishnou représente la préservation. Lorsque le chaos et le désordre menacent le monde il est dit que le dieu Vishnou se manifeste via un avatar qui peut être comparé à une incarnation physique du dieu. Il est dit que Parasurama, surnommé le Rama à la hache, est apparu lorsque la caste des kshatriya (c'est-à-dire les guerriers les nobles et les rois) refusèrent de reconnaître l'autorité de la caste religieuse des brahmanes. A noter que la caste des brahmanes comprend en plus des prêtres, des professeurs et des hommes de loi. Il est dit que pour rétablir l'ordre des choses, le dieu dut décimer 21 générations de la caste des kshatriya.

Si ce désordre sera à l'origine de l'arrivée du Rama à la hache, ce dernier ne se serait pas limité au seul rétablissement de l'ordre. En effet, il serait à l'origine de la création du Kerala, une région au sud-ouest de l'Inde, qu'il fit jaillir de l'océan. Là, il aurait enseigné le kalaripayat à 21 disciples qui ouvriront à leur tour 108 kalari (lieux d'enseignement). Cette discipline aurait été voulue comme une discipline tant physique que spirituelle

pour défendre le peuple du Kerala et l'ordre. A noter que le kalaripayat serait à l'origine une émanation de la déesse Shiva, lorsque cette dernière combattait le dieu Daksha, qui était fils de Brahma et dieu des géniteurs, de la magie et ancêtre des démons. Ce serait cette dernière qui aurait transmis le kalaripayat à Parasurama.

Si cette théorie mythologique est la plus souvent retenue, un autre dieu est parfois mentionné comme étant à l'origine du kalaripayat, ou du moins l'une de ses formes primaires. Selon cette légende relatée dans le Rig-Veda, un texte sacré remontant entre -1500 et -900, Le dieu Indra aurait participé à un combat dantesque. Ce combat est probablement celui l'opposant au démon de la sécheresse Vritra. Il est dit qu'Indra qui était le dieu du ciel, de l'orage et de la guerre aurait réussi à vaincre son adversaire en attaquant ses points vitaux (ou marmas). Il serait ainsi à l'origine d'une pratique martiale qui serait selon certains à l'origine du kalaripayat.

Autres théories sur l'origine

Au-delà des origines mythologiques il existe de nombreuses théories plus historiques concernant les origines du kalaripayat. Si ces théories sont différentes, toutes semblent plus ou moins s'accorder sur le fait que le kalaripayat soit originaire du royaume du Kerala et se serait principalement développé au sein de la caste guerrière des nayars ou naïrs.

L'une des théories les plus communes fait remonter les origines du kalaripayat à une période allant du

Il est dit que Parasurama, surnommé le Rama à la hache, est apparu lorsque la caste des kshatriya [...] refusèrent de reconnaître l'autorité de la caste religieuse des brahmanes.

second siècle au premier siècle avant notre ère. Selon cette théorie les premières techniques martiales furent créés à partir de l'observation des animaux des jungles du sud de l'Inde tel l'éléphant, l'ours, le serpent, le singe... Avec le temps plusieurs styles émergèrent dans différents villages ce qui mena peu à peu à une pratique basée sur un travail de posture nommé Asata vadivu, postures qui seront utilisées dans le kalarippayat. Par la suite, plusieurs maîtres découvrirent les marmas (points vitaux) qui étaient au nombre de 108 pouvant être utilisés tant de manière martiale que thérapeutique. D'autres connaissances médicales comme l'usage de massages thérapeutiques connus depuis un certain temps en Inde se grefferont peu à peu à la pratique martiale ce qui donnera le kalarippayat. A partir de ce point cette théorie semble se scinder en deux. Selon certains, ce serait le prince Boddhidharma qui créera la première école de kalarippayat avant de partir en Chine pour enseigner le bouddhisme, et selon d'autres le prince n'aurait eu aucun rôle majeur dans l'évolution du kalarippayat et se serait contenté d'en maîtriser tous les aspects avant de partir pour son voyage vers la Chine.

Les premières traces écrites indiquant probablement l'existence du kalarippayat remontent à l'ère Sangam (3ème siècle avant JC- 4ème siècle). Il s'agit de deux ouvrages nommés l'Akananuru et le Purananuru décrivant entre autre les pratiques militaires de l'époque. Ces ouvrages font notamment mention du fait que les soldats de l'époque recevaient un entraînement militaire complet comprenant le maniement de la lance, du sabre et du bouclier. Bien qu'il semble que le terme kalarippayat n'y soit pas mentionné directement, le terme kalari y est utilisé pour désigner un champ de bataille ou une arène de combat et ce à plusieurs reprises. A noter que ce terme est encore utilisé de nos jours pour désigner le lieu d'entraînement spécifiquement dédié à l'étude du kalarippayat.

Quelle que soit la vérité, l'existence du kalarippayat semble être attestée de manière certaine dès le IVème siècle. Cette affirmation reposerait en grande partie sur plusieurs sculptures votives représentant des mouvements de kalarippayat.



Boddhidharma

Bien qu'il semble que le terme kalarippayat n'y soit pas mentionné directement, le terme kalari y est utilisé pour désigner un champ de bataille ou une arène de combat...

Evolution et âge d'or

L'émergence du kalarippayat

Quelle que soit la vérité concernant les origines du kalarippayat, il semble que ce dernier évoluera peu à peu jusqu'à obtenir la forme qu'on lui connaît aujourd'hui aux alentours du XIIème ou selon d'autres sources au XIVème siècle.

Il faut garder à l'esprit qu'à l'époque l'Inde n'était pas un pays uni mais était divisé en de nombreux royaumes. Dans le sud de l'Inde, et durant plusieurs siècles, de nombreux royaumes se livreront des guerres pour ainsi dire constantes. Il semble que parmi ces royaumes les trois plus puissants étaient Chola à l'est, Pandya au sud-est et Chera à l'ouest où se situe l'actuel Kerala. Au fil du temps et des guerres chacun de ces royaumes prendra plus ou moins l'ascendant sur les autres au fil du temps. A noter qu'il semble que l'identité keralaise commencera à émerger à partir du XIVème siècle, ou plus tôt selon d'autres sources.

Parallèlement à cela, la région du Kerala et à plus forte région sa partie côtière, était une région très riche du fait de ses nombreux échanges commerciaux avec le Moyen- Orient et l'Occident. Le commerce maritime étant non seulement très développé mais aussi basé sur l'exportation de ressources rares et chères comme les épices et les pierres précieuses, les habitants durent vite apprendre à faire face aux nombreux pirates menaçant les côtes.

C'est dans ce contexte que se construira peu à peu le kalarippayat et il est fort probable que cette situation lui permis de devenir un art martial efficace et souvent mis à l'épreuve. Il est d'ailleurs intéressant de savoir que jusqu'au XVIème siècle, les dirigeants locaux confiaient la sécurité de la région à des milices formées au kalarippayat, ces dernières s'avérant d'une grande efficacité. A ce sujet il semble que de nombreux voyageurs auraient rapporté





que la côte du Malabar (où se situe le Kerala) était l'une des plus sûres du monde. A noter toutefois que contrairement à d'autres arts martiaux, les aspects thérapeutiques, spirituels et martiaux resteront très profondément liés les uns aux autres et aucun ne semble avoir été mis de côté lors de l'évolution de l'art.

L'âge d'or du kalarippayat

Les XIVème et XVème siècles marqueront l'âge d'or du kalarippayat. Sa pratique aurait été une clef de voute de la société kéralaise. A ce titre la caste guerrière des nayars qui pratiquait cet art martial agissait non seulement comme une troupe chargée de protéger les côtes, mais agissait aussi comme force de police. Il ne faut cependant pas penser que le kalarippayat était réservé à la seule caste guerrière puisque sa pratique était déjà ouverte à tous y compris aux femmes mais aussi aux non indous.

D'un point de vue militaire le kalarippayat avait de toute évidence une grande importance car non seulement il était la pratique martiale des soldats du Kerala; mais surtout, à cette époque les conflits entre les Etats étaient réglés par des duels entre les deux meilleurs combattants de chacun des royaumes. On peut comprendre que dans ce contexte, non seulement le kalarippayat put grandement se raffiner, mais aussi qu'une formation poussée des soldats était une chose vitale pour la survie des différentes principautés qui composaient le Kerala. A noter que ce

mode de résolution des conflits par duel était aussi possible pour les litiges entre les personnes du peuple. Il faut cependant garder à l'esprit qu'aucun document ne semble indiquer avec précision quand ce mode de résolution des conflits fut adopté.

A cette époque le kalarippayat était enseigné au sein d'un kalari. Le kalari qui est un lieu sacré est un lieu d'entraînement construit près d'un temple selon des normes très précises. L'art martial est enseigné par un gurukkal aussi parfois simplement nommé guru, asan ou panikkars pour les groupes musulmans du Kerala. Ce maître avait une grande importance dans la société kéralaise de l'époque car non seulement il formait les jeunes et les combattants qui allaient peut-être déterminer l'avenir de leur royaume, mais en plus il était un guérisseur. En tant que professeur il recevait les enfants de toutes castes et de tout sexe à partir de l'âge de 6 à 8 ans et disposait sur eux d'une très grande autorité. En plus de l'enseignement du kalarippayat il leur enseignait la lecture et les sciences. Les filles devaient rester avec leur maître jusqu'à la puberté et pouvaient ensuite choisir de continuer ou non leur formation, et les hommes ne continuaient leur entraînement que jusqu'à ce qu'ils aient parfaitement maîtrisé le kalarippayat.

Ce maître avait une grande importance dans la société kéralaise de l'époque car non seulement il formait les jeunes et les combattants qui allaient peut-être déterminer l'avenir de leur royaume, mais en plus il était un guérisseur.



Déclin et renaissance du kalarippayat

La chute de l'art martial indien

Le déclin du kalarippayat est intimement lié à la colonisation du Kerala par les puissances occidentales. Dès le début du XV^{ème} siècle ce seront les portugais qui coloniseront par des jeux d'alliances et par la force toute une partie de la région côtière du Kerala. Bien que les combattants du Kerala aient réussi à défaire les portugais à plusieurs reprises ils se rendirent bien vite à l'évidence, leur pratique martiale, aussi évoluée soit-elle, ne pouvait pas faire face aux armes à feu européennes. Cette prise de conscience aurait amorcé le lent déclin de l'art martial. Il faudra cependant attendre le XVIII^{ème} siècle et l'invasion du nord du Kerala par le royaume de Mysore (un autre royaume situé dans l'Inde actuelle) pour qu'un autre coup significatif soit porté au kalarippayat. En effet sous le règne du nouveau souverain, les milices qui défendaient jusqu'alors le Kerala firent place à une armée régulière utilisant des armes à feu modernes. Le kalarippayat n'ayant plus vraiment de raison d'être dans la nouvelle organisation militaire du pays, son déclin ne fera que s'accélérer.

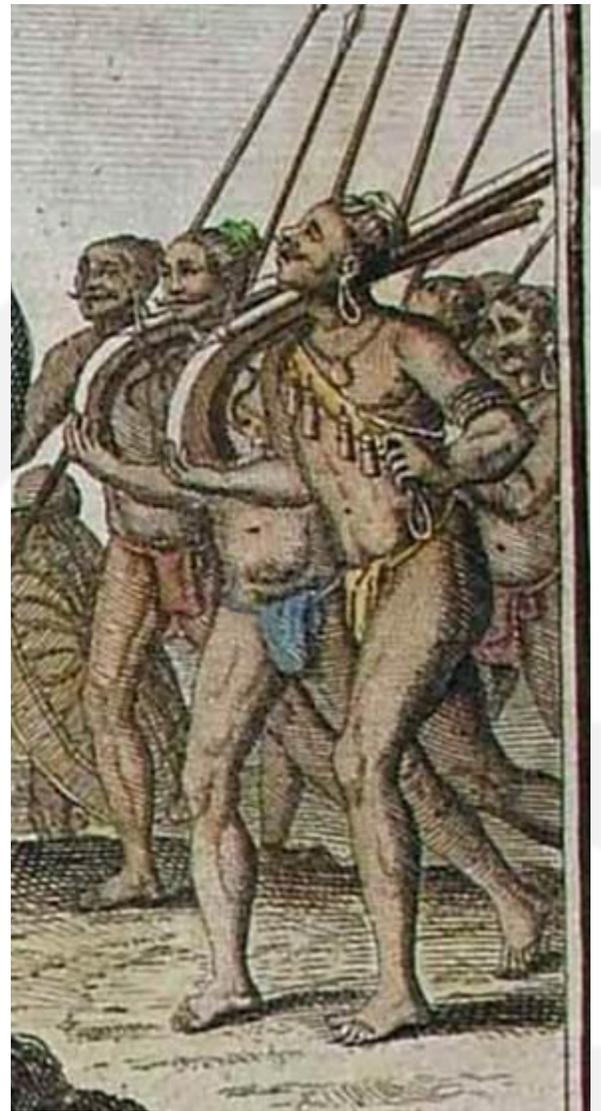
La colonisation du Kerala par l'Empire britannique à la toute fin du XVIII^{ème} sera le coup le plus dur porté à l'art martial et a bien failli le faire disparaître. En effet dès 1792 dans le but d'éviter toute forme de révolte et d'imposer la supériorité britannique, les colons firent interdire le port d'armes et toutes les pratiques martiales. Le kalarippayat restait cependant une part importante dans la société kéralaise qui gardait un esprit martial ce qui força les britanniques à partir de 1804, à condamner à la déportation ou à la mort toute personne surprise à étudier le kalarippayat ou à porter une arme. Cependant même si les autorités britanniques réussirent à briser l'esprit martial du Kerala, le kalarippayat continua à être enseigné en secret dans

les régions rurales ce qui lui permettra de survivre durant les deux siècles et demi d'occupation.

Le renouveau

Le renouveau du kalarippayat commença avant la décolonisation de l'Inde. En effet les prémices du retour du kalarippayat se trouvent dans les débuts du XX^{ème} siècle. Cette époque sera en effet entre autre marquée par l'émergence de mouvements nationalistes keralais qui firent beaucoup pour faire renaître de nombreuses traditions dont le kalarippayat. La pratique de cet art martial put ainsi reprendre ouvertement à l'indépendance de l'Inde en 1947, mais il semblerait que l'influence de la société britannique se soit immiscée dans l'art martial qui fut au fil du temps interdit aux femmes. Certaines sources avancent qu'il y avait en fait peu de pratiquants de cet art martial dans les années 50 et que le grand retour de cette discipline sur le devant de la scène sera entre autre l'œuvre du maître Sri Kanaran.

Ce sera à partir de 1956 que le renouveau du kalarippayat commencera à susciter l'intérêt des autorités locales. Ceci permettra notamment en 1958 la création de la State Kalaripayattu Association par le Conseil d'Etat des Sports du Kerala. Cette organisation permettra un grand retour de la discipline et cherchera aussi à la moderniser notamment en organisant des compétitions de la discipline au niveau des districts et de l'Etat. La discipline suscite aujourd'hui de plus en plus d'intérêt de la part des occidentaux et plusieurs clubs ont ouvert en Europe et aux Etats unis. Malgré cela il semble que l'art martial peine à intéresser les jeunes indiens qui lui préfèrent des arts martiaux plus connus.



Bibliographie



Ba Gua Zhang : ou la boxe des huit trigrammes

De Wong Tun Ken

Si quand on s'intéresse aux arts martiaux chinois on entend très vite parler du bagua zhang, il est en fait assez difficile de trouver des informations à son sujet. Par chance cet ouvrage de Wong Tun Ken est non seulement un livre accessible, mais en plus il est assez complet pour prendre la mesure de l'étendue de cette pratique martiale.

Les premières pages du livre sont consacrées à son auteur nous permettant de faire un peu mieux connaissance avec son parcours et la manière dont il a été amené au bagua zhang. Vient ensuite la première partie du livre une présentation particulièrement complète de l'histoire du bagua zhang depuis ses origines jusqu'à une époque plus récente. Cependant l'ouvrage s'attarde particulièrement sur les diverses théories concernant l'origine du bagua zhang ainsi que sur une biographie du maître fondateur de la discipline et de courts récits sur plusieurs maîtres de seconde génération. Bien que cette partie ne soit composée que d'une soixantaine de pages, elle nous permet de bien comprendre les raisons de la richesse et de la diversité du bagua zhang.

Viennent ensuite plusieurs sections consacrées aux principes et exercices de base du bagua zhang. Si cette partie est beaucoup moins accessible, un livre ne pouvant remplacer l'expérience de l'entraînement, elle permet au moins de comprendre quelques points clefs de la discipline. Arrivent ensuite des sections plus techniques nous présentant un tao, des exercices de renforcement, des applications... Et à la toute fin de l'ouvrage un rappel des principes et de l'essence du bagua zhang.

Cet ouvrage est clairement un ouvrage de référence sur le bagua zhang destiné tant aux pratiquants qu'aux curieux.

Mise au poing

Bunkai Heian Shodan

Je vais vous parler ce mois-ci de Bunkai, mais sans m'étendre sur les différentes visions que l'on peut avoir de cet exercice qui peut être vu sous forme d'explication du mouvement du kata, d'interprétation personnelle, de vision self-défense ou encore de démonstration de capacités athlétiques.

Je me concentre sur un travail où je vais utiliser le bunkai, donc travail avec partenaire comme contrainte physique afin de valider ma technique. Je ne change rien au mouvement du kata mais je l'utilise pour faire autre chose. Il y a ce que j'appelle le bunkai 1ère forme, sorte d'explication logique qui saute aux yeux, le classique, celui que tout le monde devrait connaître lors de l'apprentissage du kata. Le travail proposé ici est je dirais de 2nde forme, où je vais prendre le mouvement du kata mais l'utilisant à faire autre chose que ce qui est prévu dans sa forme classique.

Prenons les mouvements 3,4, 5 et 6 d'heian Shodan.

La 1ère forme (images 1,2,3,4 et 5) : sur une attaque de stuki shodan, on bloque gédan barai, l'adversaire nous saisit le poignet, on exerce une rotation vers le bas pour se sortir de la saisie (on n'arrache pas en force). Cette rotation s'effectue avec la rotation de la hanche avec une pression vers le bas afin de

sortir sans difficulté et remonter toujours avec l'aide de la hanche pour faire tetsui au visage, on avance ensuite pour finir en stuki, en supposant que l'adversaire recule suite au tetsui.

Maintenant sur une attaque de oie tsuki suivi d'un gyaku tsuki (images 6,7,8,9 et 10) : On bloque toujours gédan barai pour le oie tsuki, mais on bloque nagashi, balayage avec l'avant-bras pour remonter en saisie sur le gyaku tsuki, c'est exactement le même geste que tetsui. Le dégagement devient donc un blocage suivi d'une saisie et doit être réalisé avec les bons critères techniques, la résistance offerte par le gyaku va nous permettre de vérifier la bonne exécution du tetsui, c'est-à-dire, rotation de l'avant-bras, utilisation de la hanche etc... On avance ensuite sur uké en gardant la pression sur lui pour venir faire un tsuki visage.

A propos de l'auteur



Johnny Gence pratique les arts martiaux depuis près de 30 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.





11



12



13



14



15



16



17



18



19

De cette position, on va venir armer gédan barai en le faisant on ramème uké vers nous pour pouvoir ensuite utiliser l'exécution du gedan barai pour le balayer (10 à 13). Ici uké va nous permettre de vérifier l'armement, en effet on doit presser les coudes vers soi, pour créer une pression avant exécution, transfert de poids vers l'arriere, le corps droit etc... si vous ne respectez pas ces critères il sera très difficile de réaliser la technique, cela devient donc un test pour vérifier l'exactitude de votre technique réalisée lors du kata. Ensuite on fait gédan barai qui offre un balayage et un arm-lock sans changer quoique ce soit à la technique. On peut finir pourquoi pas avec un autre arm-lock en faisant le agé uké, en passant sous le coude.

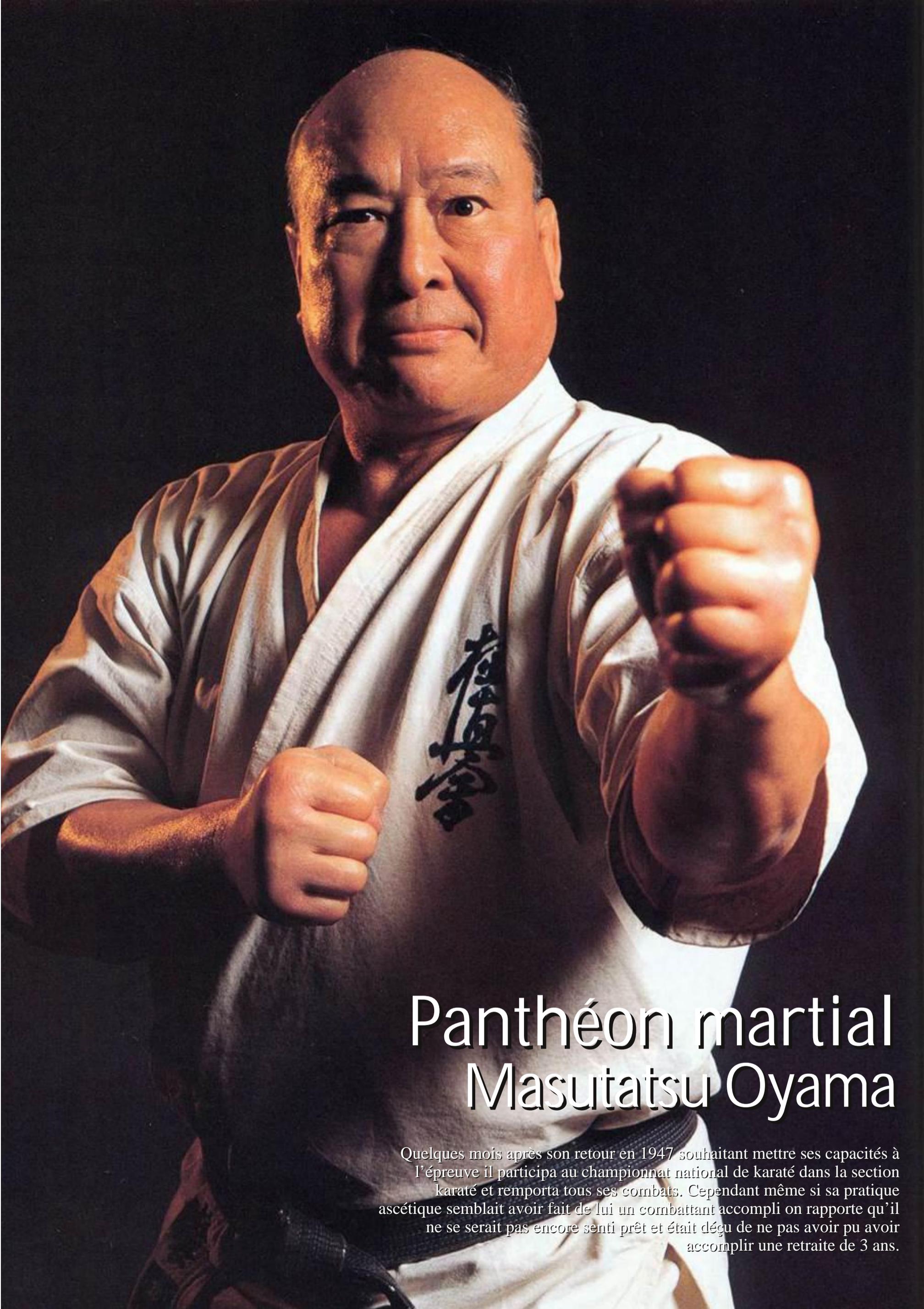
Un autre exemple, pour vérifier sa connection lors du changement de direction apres le agé uké (images 14 à 19). Le agé uké devient une attaque à la gorge, on se sert de l'armement du gédan barai pour venir chercher avec la main du haut le col de l'adversaire et la

main du bas le bras de l'adversaire. On rentre dans son centre en restant connecté, surtout le coude et on exécute gédan barai qui devient là aussi un balayage.

Vous l'aurez donc compris le but de ce type de bunkai, autre que de donner une explication au mouvement, permet aussi de vérifier notre structure et notre exécution, si vous faites des erreurs techniques comme le décollage du coude, perte de connection, pencher en avant etc... il sera difficile de faire les balayages par exemple.

Ceci n'étant qu'un exemple je vous invite à travailler ce type d'exercice avec d'autres bunkai, c'est ce que j'appelle les bunkai avec contrainte.

Johnny Gence



Panthéon martial Masutatsu Oyama

Quelques mois après son retour en 1947 souhaitant mettre ses capacités à l'épreuve il participa au championnat national de karaté dans la section karaté et remporta tous ses combats. Cependant même si sa pratique ascétique semblait avoir fait de lui un combattant accompli on rapporte qu'il ne se serait pas encore senti prêt et était déçu de ne pas avoir pu avoir accomplir une retraite de 3 ans.

Masutatsu Oyama



Parmi tous les grands maîtres de karaté, peu ont eu une aussi grande aura que Masutatsu Oyama. Fondateur du kyokushinkai, il est connu pour sa grande force physique et l'entraînement particulièrement dur qu'il s'infligeait à lui-même comme à ses élèves. Malgré le fait qu'il soit un maître très récent, son histoire qui relève presque de la légende est soumise à plusieurs controverses.

Enfance et apprentissage du karaté

La jeunesse du maître

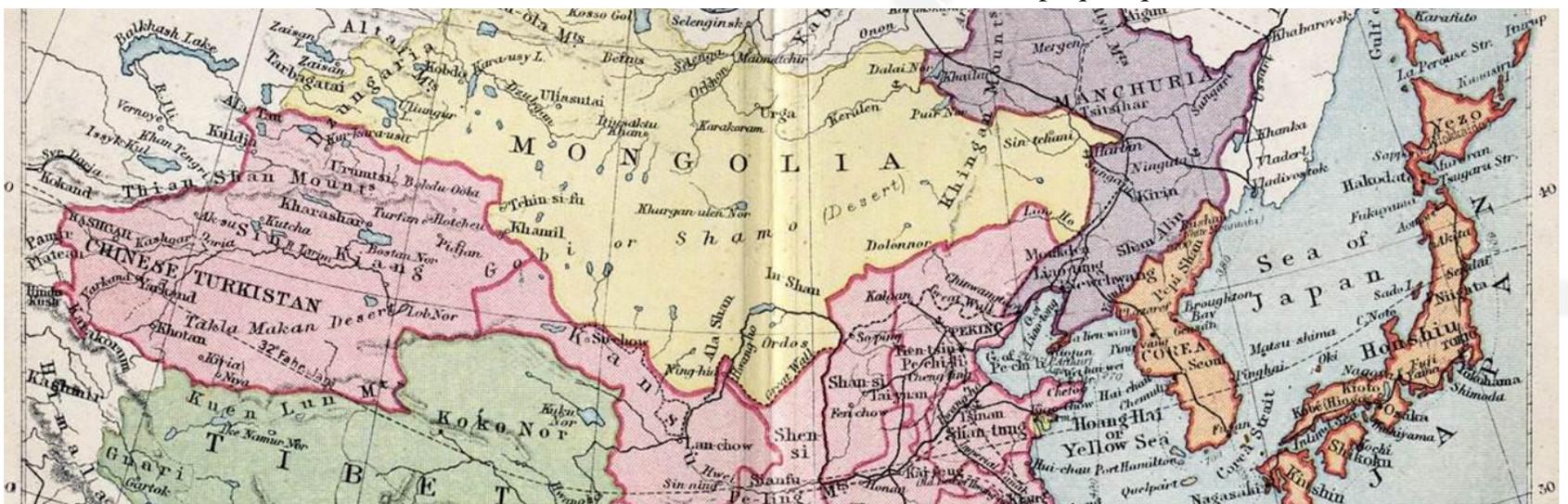
Celui que l'on connaît aujourd'hui sous le nom de Masutatsu Oyama est né le 27 juillet 1923 dans le village de Qa-Ryong-Ri Yong-chi-Myo'n Chul Na Do, situé non loin de la ville de Gimje dans l'actuelle Corée du Sud. Issu d'une famille aristocratique aisée, son nom de naissance était en fait Choi Yeong-Eui (Choi Young-i) et il se fera plus tard connaître sous le nom de Choi Bae-dal. Quatrième enfant d'une fratrie de 7, il aurait bénéficié d'une très bonne condition physique qu'il aurait entre autre entretenue très tôt grâce à de longues marches, son école se situant à environ 10 kilomètres de chez lui. Un fait important à garder en tête est qu'il est né près de trois ans après le début de l'occupation de la Corée par le Japon et a donc grandi en recevant une éducation du moins en partie japonaise. Cette éducation alliée au fait qu'il était issu d'une famille aisée est sans doute l'une des raisons pour lesquelles il ne semble pas avoir entretenu le moindre ressentiment pour le Japon.

certaines sources c'est avec ce dernier qu'il aurait aussi étudié les arts martiaux coréens alors que selon d'autres il n'aurait étudié les arts martiaux coréens qu'à son retour chez ses parents alors qu'il avait environ 12 ou 13 ans. Pour d'autres ce serait ses frères qui l'auraient initié au Taiken ou au Chabee, deux arts martiaux coréens, alors que Masutatsu Oyama avait 13 ans et était retourné vivre avec sa tante à Séoul. A noter que selon certains il n'aurait pas du tout étudié les arts martiaux coréens, et selon ces derniers cette théorie viserait principalement à donner des racines coréennes au karaté kyokushinkai. Certains avancent qu'il aurait aussi eu l'occasion d'étudier le karaté goju ryu auprès de l'un des employés de ses parents.

Quelle que fut la vérité sur cette période de sa vie, il est clair que Masutatsu Oyama a eu dans sa jeunesse un contact plus ou moins prononcé avec les arts martiaux même si certaines sources estiment qu'il ne s'y intéressait que peu. Quoiqu'il en soit ce serait en 1938, alors qu'il était âgé de 15 ans qu'il sera envoyé au Japon. Selon certains Masutatsu Oyama s'y serait rendu de son propre chef dans le but de devenir pilote dans l'armée japonaise et selon d'autres ce serait son père qui l'y aurait envoyé excédé par son comportement. Si la vérité se situe probablement entre ces deux théories, ce serait à cette époque que ce dernier se serait rendu



Ce serait vers l'âge de 9 ans, ou plus tôt selon certains, qu'il aurait été envoyé dans la ferme de sa sœur située en Manchourie. C'est là qu'il aurait eu son premier contact avec les arts martiaux. Bien que les histoires soient floues à ce sujet il semblerait qu'il y ait étudié une forme de kempo chinois appelée les 18 mains avec un certain maître Yi qui travaillait au sein de la ferme. Selon



Bien qu'il ait eu le plus grand respect pour son maître, il est dit qu'il trouvait le karaté qui lui avait été enseigné trop éloigné de la réalité.

compte de la difficulté d'être un coréen dans le Japon de l'époque ce qui le forcera à adopter le nom qu'on lui connaît aujourd'hui.

La découverte du karaté

Installé à Tokyo et malgré une vie difficile qui mettra entre autre fin à ses ambitions de devenir pilote, il continuera de pratiquer les arts martiaux. Il semblerait qu'il ait d'abord commencé l'étude du judo et de la boxe, judo où il excellera très vite, obtenant le grade de 4ème dans en seulement 4 ans. C'est durant cet apprentissage qu'il aurait découvert par hasard le karaté qui l'intéressa très vite. C'est ainsi qu'il commença à suivre l'enseignement de Gichin Funakoshi. Elève très doué il aurait atteint le grade de 2ème dan à seulement 17 ou 18 ans et celui de 4ème dan à l'âge de 20 ans. A noter que certaines sources indiqueraient plutôt qu'il ait d'abord commencé l'étude du karaté (aux alentours de septembre 1938), et que c'est cette étude qui l'aurait amené plus tard à découvrir le judo.

Parallèlement à son entraînement, Masutatsu Oyama qui était très patriote cherchera à servir l'armée impériale et aurait rejoint le Butokukai qui était en charge de la formation de l'armée impériale, et plus particulièrement dans la formation de « forces spéciales » spécialisées dans les techniques de guérilla, d'espionnage et de combat au corps à corps. Selon certains suite à une altercation avec un officier une décision aurait été prise pour l'envoyer dans le Pacifique. Cette décision ne sera jamais appliquée le Japon annonçant sa reddition quelques jours plus tard.

Après la fin de la guerre, et selon les théories Masutatsu aurait arrêté ou du moins n'aurait pas repris son entraînement au karaté Shotokan. Bien qu'il ait eu le plus grand respect pour

son maître, il est dit qu'il trouvait le karaté qui lui avait été enseigné trop éloigné de la réalité. Il fera cependant la rencontre d'un certain Nei-Chu So avec qui il se liera très vite. Nei-Chu So était l'un des plus grands maîtres du karaté goju ryu de l'époque mais était aussi tout comme Masutatsu Oyama, un coréen et il est dit qu'il venait du même village que lui. Ce serait sous la tutelle de ce maître connu pour sa grande force physique et spirituelle que Masutatsu Oyama étudia pendant un temps le goju ryu. Ce sera ce maître qui incitera Masutatsu Oyama à consacrer sa vie entière au karaté.

C'est durant cette époque que se serait déroulée une anecdote très connue de l'histoire du maître. L'histoire veut que Masutatsu Oyama était resté très amer à l'encontre des américains qui avaient tué plusieurs de ses amis durant la guerre et qu'il profitait de chaque occasion pour se battre avec eux. Un jour il aurait tué d'un seul coup de poing un soldat en faction qui s'en prenait à une danseuse. Ce fut un véritable choc pour Masutatsu Oyama qui, apprenant que le soldat avait une femme et un enfant, travaillera durant plusieurs années dans une ferme pour leur assurer un revenu régulier. Une autre version de cette histoire veut que la victime fut non pas un américain, mais un japonais, et que Masutatsu Oyama ait décidé de travailler dans la ferme de sa femme jusqu'à ce qu'elle puisse avoir un rendement régulier. Bien que rien ne semble prouver l'une ou l'autre des versions de cette histoire elles soulignent toutes deux choses. La première est que Masutatsu Oyama aurait à l'époque été un combattant disposant d'une très grande force physique mais n'ayant pas le contrôle de soi. La seconde est qu'il était un homme avec un grand sens moral.

manière romancée la vie de Miyamoto Musashi. L'auteur et le livre auraient eu une grande influence sur Masutatsu Oyama lui apprenant le bushido et faisant du samouraï légendaire le modèle du pratiquant de karaté.

Ce serait en voulant prendre exemple sur Miyamoto Musashi que Masutatsu Oyama choisit de s'exiler sur le mont Mitobu dans la préfecture de Chiba. En



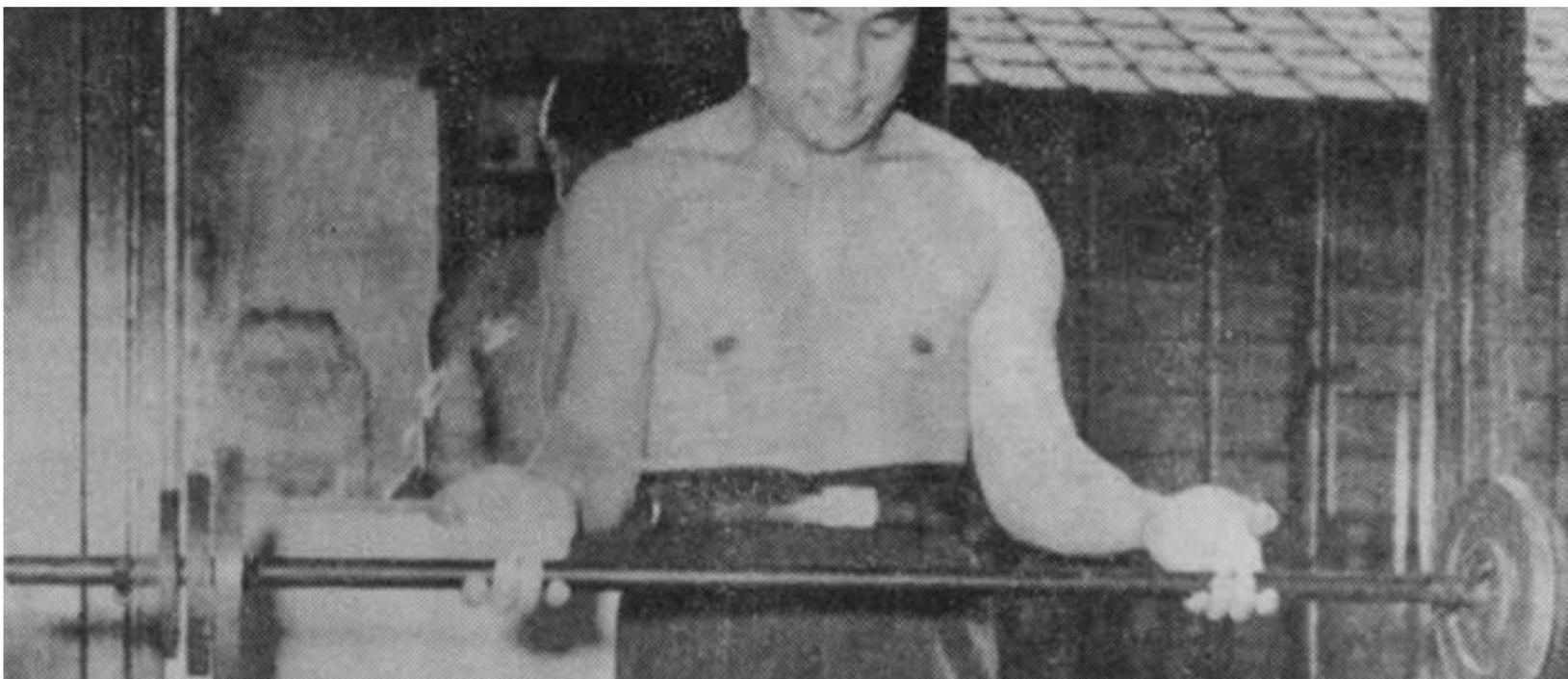
Nei-Chu So



L'émergence d'un maître

Un entraînement ascétique

Cette partie de la vie de Masutatsu Oyama est l'une des plus connues. Ce serait maître So qui lui aurait conseillé d'effectuer une retraite de 3 ans dans la montagne pour se forger l'esprit et le corps. Il est dit que quelques temps avant d'entreprendre sa retraite il aurait fait la rencontre de Eiji Yoshikawa (1892-1962) auteur de Musashi, une série de nouvelles présentant de



Il est dit que Nei-Chu So lui aurait conseillé de raser l'un de ses sourcils pour qu'il ait trop honte de se présenter en ville et qu'il puisse continuer sa pratique ascétique.



effet selon la légende c'est là que le célèbre rônin aurait mis au point la méthode de combat de l'école Nito ryu ou selon d'autres de l'école Hyoho Niten Ichi ryu. Il est dit que Masutatsu Oyama n'emporta avec lui que le nécessaire pour cuisiner et selon la version le livre d'Eiji Yoshikawa ou une version du traité des cinq roues de Miyamoto Musashi. Durant cette retraite il serait parti avec un élève du nom de Yoshiro qui est tour à tour considéré comme un élève de Masutatsu Oyama ou un élève de Nei-Chu So. Les deux pratiquants de karaté étaient régulièrement fournis en vivres par un certain monsieur Kayama qui était aussi leur seul contact avec le monde extérieur. Commença alors une période

d'entraînement particulièrement éprouvante et rude à tel point que Yoshiro aurait fui au bout de 6 mois. Cet abandon, la solitude et l'entraînement particulièrement difficile affectèrent beaucoup Masutatsu Oyama qui aurait alors demandé conseil par lettre à son maître. Il est dit que Nei-Chu So lui aurait conseillé de raser l'un de ses sourcils pour qu'il ait trop honte de se présenter en ville et qu'il puisse continuer sa pratique ascétique. Après 14 mois de retraite il sera contraint de retourner à la civilisation, M Kayama ne pouvant continuer de lui apporter des vivres.

Quelques mois après son retour en 1947 souhaitant mettre ses capacités à l'épreuve il participa au championnat national de karaté dans la section karaté et remporta tous ses combats. Cependant même si sa pratique

ascétique semblait avoir fait de lui un combattant accompli on rapporte qu'il ne se serait pas encore senti prêt et était déçu de ne pas avoir pu avoir accomplir une retraite de 3 ans. C'est ainsi que quelques temps plus tard il aurait effectué une seconde retraite cette fois ci seul dans le mont Kiyozumi. Lors de cette seconde retraite il se serait alors infligé une discipline beaucoup plus stricte avec des entraînements pouvant aller jusqu'à 12 heures par jour. Cependant ces entraînements n'étaient pas consacrés qu'au karaté mais aussi à la méditation et à l'étude du zen, de la philosophie et de plusieurs textes sur les arts martiaux. Ce second exil aurait duré près de 18 mois à l'issue desquels Masutatsu Oyama se sentit enfin avoir le contrôle de sa vie.

Une ascension fulgurante

Cet entraînement ascétique avait fait de Masutatsu Oyama un combattant accompli disposant d'une grande puissance et d'une grande endurance. Il est d'ailleurs dit que c'est peu de temps après son retour, aux alentours de 1950, que pour tester ses nouvelles capacités il choisit d'affronter un taureau en charge qu'il aurait tué d'un coup sur le crâne. Ce combat aurait été le premier de plusieurs autres dont un aurait failli coûter la vie du maître en 1957 alors qu'il avait 34 ans. Si l'histoire veut qu'il ait combattu près de 52 taureaux dans sa vie, cette histoire est soumise à controverse et selon certains ces « combats » étaient en fait des opérations marketing truquées du maître visant à faire la promotion de son karaté. Que cela soit le cas ou non il est fort



...il semble clair que Masutatsu Oyama avait en plus de ses grandes compétences martiales, [...] un sens aigu de la communication et du marketing.

probable que l'histoire comme le nombre de taureaux fut amplifié.

En avril 1952 alors qu'il n'avait pas encore de dojo, Masutatsu Oyama commença une tournée aux Etats Unis dont le but était de faire la promotion de son karaté. Cette tournée qui dura un an lui permit de faire la promotion de son art martial lors de shows télévisés où il aurait fait de nombreuses démonstrations de casse, aurait affronté plusieurs taureaux et accepté de nombreux défis. Il est d'ailleurs dit qu'il remporta tous ces combats en moins de trois minutes et arrivait souvent à vaincre ses adversaires d'un seul coup de poing ce qui lui vaudra le surnom de « main de dieu ». La légende veut qu'il aurait défait près de 270 adversaires durant cette seule année mais d'autres sources avancent le fait que ce soit en fait le nombre total d'adversaires qu'il ait combattu à partir de cette période, certains avancent qu'il n'aurait finalement que peu participé à des combats préférant les démonstrations et concours de casses. Il semble de plus que pour faire parler de lui et de son karaté, il ait proposé la somme de 1000\$ à toute personne qui serait capable de le battre en combat ou à un concours de casse. Quelle que soit la vérité sur le nombre de combats qu'il ait réellement effectué, il semble clair que Masutatsu Oyama avait en plus de ses grandes compétences martiales, une grande certitude quant à ses capacités au combat et un sens aigu de la communication et du marketing.

L'enseignement du karaté kyokushinkai

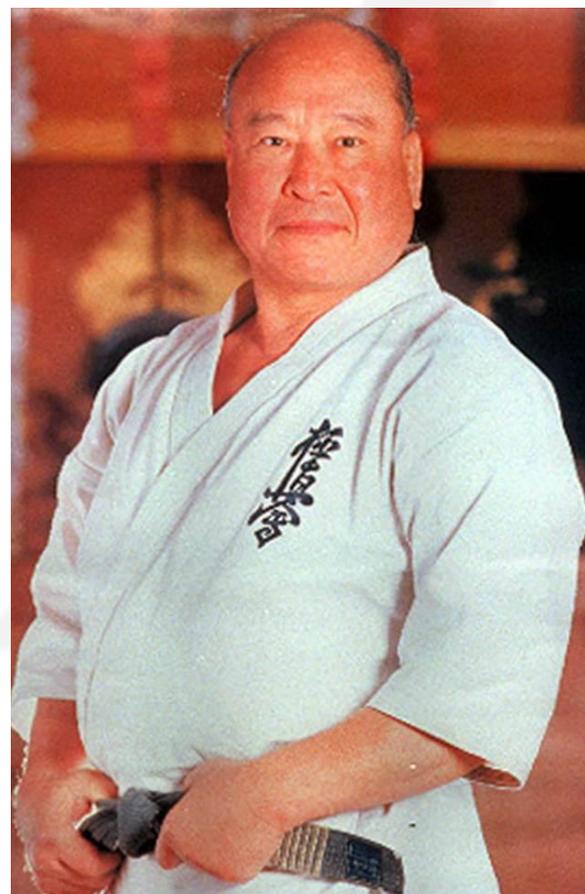
Masutatsu Oyama commencera à enseigner en 1953 dans un jardin public de Tokyo et n'ouvrira son premier dojo que trois ans plus tard en 1956 dans les locaux d'une ancienne école de ballet. Un an plus tard l'école, nommée The Oyama Karaté school comptait déjà près de 700 inscrits ou 300 selon d'autres sources. Ce chiffre est cependant à nuancer du fait des très nombreux cas d'abandon. En effet non seulement les entraînements étaient particulièrement éprouvants, mais il était très fréquent que des élèves soient blessés tant par Masutatsu Oyama lui-même que par d'autres pratiquants. Malgré cela l'école attira de très

nombreux élèves venus de différentes branches de karaté ce qui permit à l'école de Masutatsu Oyama de s'enrichir de nombreuses techniques. A noter qu'à cette époque le karaté de Masutatsu Oyama ne portait pas le nom de karaté kyokushinkai. Parallèlement à cela Masutatsu Oyama effectuait régulièrement des séjours à l'étranger effectuant des démonstrations dans le but de faire la promotion de son karaté. C'est durant l'une de ces démonstrations qu'il rencontrera Bobby Lowe qui deviendra son Uchi Deshi et ouvrira la première école basée sur le karaté de Masutatsu Oyama à Hawaï en 1957.

L'année 1964 marquera un autre tournant dans le karaté de Masutatsu Oyama puisqu'il s'agit de l'année où il donnera le nom de Kyokushin kai à son école. Cette année sera aussi marquée par le déménagement de son dojo sur la rue Nishi-Ikebukoro, dojo qui existe encore de nos jours. Il profitera aussi de cette année pour fonder l'« International Karate Organization Kyokushinkaikan ».

Cette période de la vie de Masutatsu Oyama sera aussi celle qui lui permit de rédiger un ensemble de trois ouvrages à savoir « What is Karate » en 1958, « This is Karate » en 1965 et « Advanced Karate ». Ces trois livres sont considérés comme formant l'encyclopédie la plus complète au sujet du karaté kyokushinkai et aurait eu un très gros succès à l'étranger. L'année 1965 sera aussi l'année où Masutatsu Oyama organisa le premier « Kyokushin Winter Camp » qui est devenu une tradition annuelle encore respectée aujourd'hui. Trois ans plus tard il organisera le premier « All Japan Open Karate Tournament ». Pour tous ces apports au karaté Masutatsu Oyama recevra en 1974 une ceinture de 10ème dan, plus haut niveau auquel puisse aspirer un maître.

Le maître fondateur du kyokushinkai continuera à enseigner durant le reste de sa vie jusqu'au 26 avril 1994, date à laquelle il décèdera des suites d'un cancer du poumon.



Autour du poing

Le maître et l'élève



La relation du maître à l'élève est une chose très particulière et il en existe de toutes sortes. Si les films d'arts martiaux nous montrent souvent des relations très hiérarchiques et formelles où élèves et maître ont chacun un rôle distinct et limité, la réalité est souvent bien différente. Plutôt que de faire un inventaire exhaustif, voici quelques grands archétypes que l'on peut rencontrer au cours de sa pratique.

La relation professionnelle ; c'est peut-être le cas de la relation la plus formelle qui soit. Dans une telle relation il n'y a pas vraiment d'échange et chacun se cantonne à sa place. Le maître enseigne et l'élève apprend sans se soucier de qui est son maître, de ses valeurs morales etc... La relation est avant tout ici fonctionnelle et concernant l'élève, ce qui comptera le plus souvent est la compétence du maître à enseigner plus que le maître en tant qu'individu. Le maître lui, cherchera à enseigner son art au mieux à son ou ses élèves ne cherchant pas à lui enseigner autre chose. Cela ne veut cependant pas dire qu'il enseignera de la même façon à tous et il pourra par exemple adapter son enseignement aux contraintes physiques de l'élève ou à ses difficultés. Ce type de relation restera avant tout hiérarchique et verticale où chacun a un rôle précis.

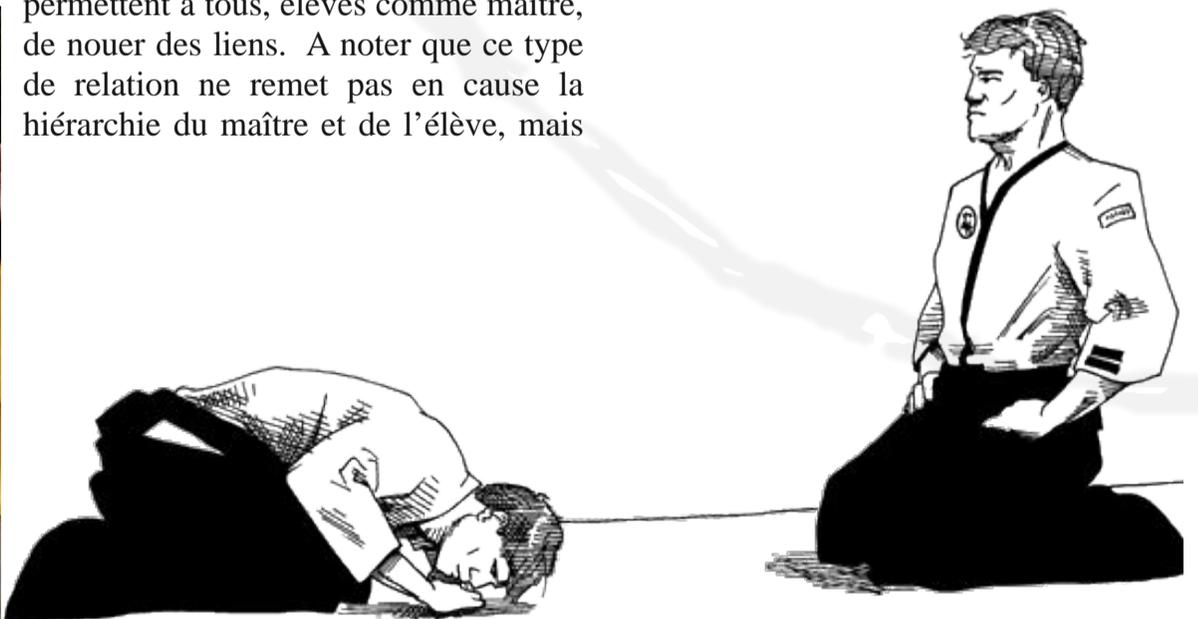
les relations peuvent passer d'un cadre vertical durant les cours à un cadre horizontal hors de ces derniers, et de plus sont souvent plus détendues.

La secte est le cas le plus destructeur, puisque l'élève devient non plus un élève du maître mais un disciple de ce dernier qui aura alors une influence plus ou moins importante sur ce dernier. Il arrive alors que certains « maîtres » utilisent cette influence pour extorquer de l'argent à leurs élèves en leur faisant par exemple miroiter une invincibilité illusoire ou un éveil spirituel. Ce type de relation se base principalement sur la renommée prétendue du maître, sur son charisme et sur l'emprise qu'il a sur les autres élèves. A noter que dans certains cas le maître ne se rend parfois même pas compte de la situation convaincu de son invincibilité et que la manière dont il agit est tout à fait normale.



La relation amicale ; relation beaucoup moins formelle, le maître est non seulement celui qui enseigne mais aussi un ami à qui l'élève peut se confier ou avec qui il peut aller boire un verre. Plus que l'aspect purement fonctionnel c'est ici l'aspect humain qui prime. Cette relation est souvent favorable à créer un bon climat au sein d'un club par exemple en organisant des sorties occasionnelles au restaurant qui permettent à tous, élèves comme maître, de nouer des liens. A noter que ce type de relation ne remet pas en cause la hiérarchie du maître et de l'élève, mais

Ce ne sont là que trois grands cas de relations maître/élèves et ces dernières peuvent prendre bien d'autres formes. Il ne faut pas oublier que les relations évoluent avec le temps et dépendent autant du maître que de l'élève. Cette relation est essentielle dans la pratique et influence tant sur la capacité du maître à enseigner à l'élève que celle de l'élève à apprendre du maître.



Piliers martiaux

L'art de la main

Par l'art de la main il faut comprendre toutes les formes de frappe pouvant être effectuées par celle-ci : du coup de poing basique (rituel) à la frappe pouvant briser les os. Sans oublier la manière adéquate de s'exercer avec, ou sans, partenaire.

Poing souple ou poing dur ?

Avec la multiplication des styles de combat on peut se demander quelle forme est la plus efficace ? Surtout lorsqu'il s'agit des arts de la frappe. Beaucoup d'écoles travaillent poing fermé, que ce soit les différents styles de boxe, de Karate, de Ju-Jutsu, de self défense... C'est ce que l'on appelle en japonais le Go-Ken (poing en force, dur). Cette forme est surtout inhérente à la compétition sportive et au combat "rituel" (pour plus de détail se reporter à l'art ultime et sublime des points vitaux de Maître Henry Plée). D'ailleurs le Karate-Do (Voie de la main vide que l'on traduit souvent par « sans arme » alors qu'il serait plus juste de comprendre « main ouverte ») s'est mis à fermer les poings avec son entrée dans le monde sportif et l'éducation de masse. Le Go-Ken se donne en force brute (boxe) ou en puissance (dans certains styles de combat) dans le but d'ébranler, de choquer, de mettre KO un adversaire. Les résultats d'un tel coup sont souvent un hématome, parfois un KO, voire une plaie, suivant le point d'impact. Mais il nécessite un réarmement de l'arme à chaque nouvelle frappe afin de pouvoir retrouver sa pleine puissance. Le poing fermé n'est pas la seule arme utilisée en Go-Ken, on y retrouve aussi le tranchant de la main, la paume, le revers de la main... mais ceux-ci sont donnés avec force comme un coup de poing.

En contrepartie du Go-Ken on trouve le Ju-Ken (poing souple). C'est une forme de frappe avec la main ouverte : paume, phalanges, tranchant, dos de la main... Ici on recherche plus la vitesse de frappe que de la force brute, la puissance venant d'un mouvement entier du corps (le Hakei : exposition

d'énergie). L'objectif étant de frapper les points vitaux du corps humain. L'avantage d'une telle forme est qu'une personne de faible musculature puisse vaincre un individu plus fort physiquement par des frappes rapides, multiples et puissantes. Pour rappel une trop forte musculature réduit la vitesse de frappe et que la puissance croît au carré de la vitesse. Pour ceux qui ne connaissent pas ce principe prenons deux individus avec une force de 4 unités. Si le premier double sa force il obtiendra une puissance de frappe de $(4 \times 2) 8$ unités, logique. Par contre si le deuxième double sa vitesse il obtiendra une puissance de frappe de $(4 \times 4) 16$ unités. CQFD. De même, lorsque l'on pratique le poing souple, la frappe démarre là où se trouve la main, sans armer celle-ci, puisque c'est le corps entier qui transmet sa puissance à la frappe, et c'est grâce au Ju Ken que l'on induit une énergie négative dans le corps de l'adversaire en Dim Mak.

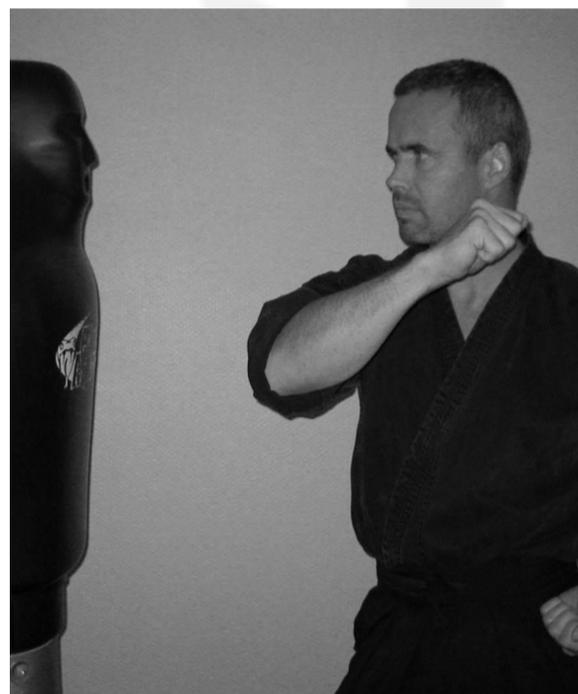
Pour bien différencier ces deux principes prenons l'exemple du Janken (le jeu pierre, papier, ciseau). Bien que simpliste, un simple jeu permet d'expliquer parfois certaines choses (c'est d'ailleurs pour cela que l'éducation en arts martiaux et en sports de combats des enfants est souvent basé sur le jeu). La pierre (le poing) sert à ébranler l'extérieur de l'adversaire, le papier (la paume) sert quant à elle à endommager les organes internes de l'adversaire, le ciseau (les doigts, le tranchant) sert quant à lui à atteindre les points vitaux et à briser les os. Dans tout entraînement martial il convient de travailler ces trois principes, mais certains plus que d'autres en fonction de sa Voie et de son école.

A propos de l'auteur



Loïc Blanchetête a pratiqué les arts martiaux et plus particulièrement l'aspect traditionnel du judo ainsi que le jujutsu. Membre du FIPAM (Fond International pour la Préservation des Arts Martiaux), il est

entre autre l'auteur des livres « Judo les techniques oubliées », « Judo Okuden, les secrets de l'efficacité » et « Kage Judo, application martiale du Judo »



Go ken

Ici on recherche plus la vitesse de frappe que de la force brute, la puissance venant d'un mouvement entier du corps...



Ju ken

Entraînement : avec ou sans contact ?

Une question qui a son importance : faut-il qu'il y ait contact lors d'un travail de frappe ou faut-il s'arrêter à quelques centimètres de la cible ? Tout d'abord il faut se rappeler l'évolution qu'a subi le Karate (pour exemple puisqu'il est l'un des premiers arts martiaux, après le judo, à être connu du grand public) à une période où le problème est apparu, en rapport à son efficacité. En effet, dans les premiers temps du Karate-Do il n'y avait jamais contact lorsque les pratiquants portaient des coups. L'explication donnée par certains était que l'on recherchait un contrôle parfait du geste. Ce qui, dans un sens, était vrai. Mais on a vite reproché à celui-ci, notamment avec l'arrivée des boxes asiatiques (thaïlandaise ou autre, et maintenant avec le MMA), le manque de réalisme et d'efficacité en combat réel. Ce qui, dans un autre sens, était vrai. Alors faut-il qu'il y ait contact pour acquérir de l'efficacité ?

En fait tout dépend du point de vue duquel on se place : d'un point de vue sportif, lorsque l'on frappe uniquement avec les mains fermées des cibles précises stipulées dans les règlements, on peut travailler avec contact (sous couvert de protection évidemment) afin d'avoir plus de sensations et d'acquérir une efficacité en compétition, mais qui reste toute relative en combat réel... Pour comprendre cela il faut se placer d'un autre point de vue, plus traditionnel, où l'on considère réellement nos mains (ou pieds, genoux, coudes...) comme des armes qui peuvent être mortelles. Dans ce type de travail on ne frappe plus du poing basique (qui, je le rappelle, est

l'arme de la main la moins efficace, et qui fait partie du combat rituel) mais des tranchants, de la paume, des doigts, des phalanges... et toujours en visant l'un des Kyusho (points vitaux) du corps humain. Du fait de ce type de travail on ne peut pas porter un coup qui serait trop dangereux pour notre partenaire, d'où la nécessité de s'arrêter au plus près de la cible choisie (ce type d'entraînement s'appelle Sun Dome en japonais : stopper à courte distance). Mais il faut faire ici attention à ce que l'on reprochait au Karate, car un contrôle du geste ne veut pas dire un geste vide de puissance. En fait il ne faut pas frapper en se disant "je vais m'arrêter tout prêt de ma cible" mais frapper dès le début à pleine puissance, comme si notre vie en dépendait, et s'arrêter tout prêt parce que j'ai en face de moi un partenaire auquel je ne veux aucun mal (pour sentir une frappe réelle mieux vaut prendre un sac, un mannequin ou un maquiwara...).

Tel devrait être l'enseignement dans les écoles : s'entraîner à faire des frappes justes, avec la bonne arme, sur une cible précise, avec le maximum de puissance (en libérant son instinct animal), mais en respectant son partenaire. Ce qui permet, le moment venu, de laisser exploser sa frappe sans un mauvais réflexe de rétention du coup. Ce travail, appelé en japonais Ikken Hissatsu (tuer d'un seul coup) est indissociable des arts martiaux traditionnels et dans celui-ci il n'y a aucune place pour le hasard et l'approximation.

d'un autre point de vue, plus traditionnel, où l'on considère réellement nos mains[...] comme des armes qui peuvent être mortelles.

Vriller la main

Toute l'action du corps a un « impact » sur l'effet de la technique, un petit détail dans l'exécution peut avoir des conséquences sur la finalité de celle-ci. L'un de ces petits détails est l'action de vriller la main au moment de l'impact. Cette vrille de la main permet de rendre le coup plus pénétrant, ce qui a son importance lors d'une frappe sur un point vital où l'on recherche l'efficacité maximum. C'est d'ailleurs ce type de frappe qui est privilégié lorsque l'on utilise une technique en Hakei ou Fa Jing, car cette action de vrille permet

non seulement de projeter une onde d'énergie dans la cible mais aussi, pour les plus doués d'entre nous, d'endommager (certains textes parlent d'explosion) l'organe interne associé au méridien attaqué en induisant de l'énergie dans un point.

Le Tranchant de la main

Cette frappe est l'une des plus intéressantes à travailler en arts martiaux car elle offre plusieurs possibilités d'application. Elle correspond : au Shuto Uchi du Karate, au Kiten-Ken du Ju-Jitsu, au Sudo ou Sonkal du Taekwondo et au Kan-Zhang ou Sao-fut-shou du Wushu. Souvent traduit par « coup de sabre » de la main cette technique peut à elle seule frapper, repousser ou briser.

Principe : cette frappe s'effectue avec le tranchant externe de la main, de la base de l'auriculaire au poignet, soit le muscle de l'éminence hypothénar. Afin de rendre la surface de frappe plus solide (par contraction du muscle), on creuse légèrement la main tout en arquant les doigts qui sont maintenus en contact. Le pouce quant à lui est légèrement plié et en appui sur les autres doigts. Au moment de l'impact, on contracte les muscles de la main tout en exerçant une pression avec le pouce dans la direction de la cible afin de rendre le coup plus percutant.

Frapper : Il s'agit de l'attaque de base, en force (Go-Ken), qui s'effectue après un mouvement « armé » de la main. L'objectif de ce coup est d'atteindre tout simplement un point vulnérable de l'adversaire.

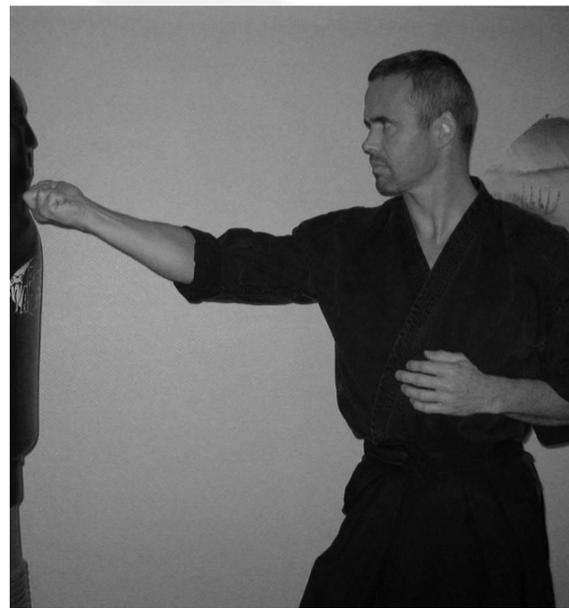
Repousser ou frapper en « profondeur »: A présent le coup part de là où se trouve la main. On utilise le mouvement explosif du corps (en Hakei) pour porter l'attaque. L'objectif est soit de déséquilibrer l'adversaire afin d'enchaîner par une projection ou une clé articulaire, soit d'atteindre et de causer des dommages à un point vital. La particularité de ce coup est, qu'au

moment de l'impact, le poignet effectue une légère vrille (vers l'extérieur ou l'intérieur) pour amplifier l'effet du coup et le rendre plus pénétrant.

Briser : Cette technique a besoin de plus de puissance que les précédentes car l'objectif de celle-ci est le bris articulaire (notamment poignet, avant-bras, coude...). Pour réussir cette frappe il faut non seulement y mettre de l'intention mais aussi toute la puissance disponible, sans pour cela briser notre propre main. Ici le travail de durcissement joue un rôle pour renforcer la main, ainsi que la vitesse et la concentration de l'énergie. Mais, comme pour toutes les frappes, ces éléments entrent en jeu surtout au moment de l'impact. Tout comme la technique précédente le poignet a son rôle à jouer mais son action est ici plus accentuée. La trajectoire de la frappe est elle aussi importante, elle doit décrire une virgule. Enfin, pour avoir un maximum de puissance dans ce type de frappe, l'idéal est de partir poing fermé, la main ne s'ouvrant qu'au moment de l'impact.

Il s'agit ici que d'un échantillon sur les possibilités techniques du tranchant de la main, on pourrait y consacrer un livre. Mais ces exemples peuvent vous servir de piste de travail non seulement pour cette frappe mais aussi pour toutes les autres. Ainsi une frappe de la paume peut être elle aussi basique (droite) mais aussi remontante ou descendante, vrillée, tirée, pénétrante...

Loïc Blanchetête



Travail de précision.vrille.

Interview de Mestre Tartaruga



Pour ce numéro j'ai choisi de vous faire découvrir un pratiquant moins connu d'une discipline un peu à part; Mestre Tartaruga. Ce dernier qui enseigne actuellement la capoeira à Maubeuge a aussi derrière lui un long parcours d'arts martiaux plus classiques et a accepté de nous présenter la vision de son art martial.

Bonjour Tartaruga, pouvez-vous vous présenter en quelques mots ?

Tout simplement tataruga (tortue) est mon nom de capoeiriste qui m'a été donné par mon professeur et mon maître lors de mon premier baptême, qu'on appelle baptisado. C'est un baptême où on passe ses grades, où on change ses cordes. C'est lors du premier baptême que l'on donne le nom de capoeiriste et ton premier grade. Ça se passe dans une roda et l'on joue avec plusieurs professeurs, plusieurs maîtres... C'est un évènement qui se fait au niveau de l'académie et il arrive parfois que l'on invite d'autres groupes. Pourquoi ce nom ? Ça il n'y a que mon professeur et mon maître qui peuvent le dire, même moi je ne peux pas l'expliquer.

Cela fait maintenant des années que je pratique et j'enseigne depuis 18 ans.

Parlez-nous de votre parcours dans les arts martiaux.

A l'âge de 3 ans j'ai pratiqué le judo, ce qui a abouti à diverses compétitions de haut niveau. J'ai notamment fait trois fois les championnats de France où j'ai réussi à être deux fois champion de

France et une fois vice-champion de France. J'ai aussi fait des compétitions européennes par équipe où on a fini 3ème. J'ai arrêté au grade de ceinture noire 2ème dan de judo après environ 25 ans de pratique pour me consacrer complètement à la capoeira. J'ai aussi pratiqué le karaté que j'ai commencé vers 4 ou 5 ans et que j'ai pratiqué durant une bonne vingtaine d'années. J'ai fait un peu de compétition comme en judo avant de m'arrêter au grade de 2ème dan.

J'ai aussi pratiqué divers arts martiaux pied/poing pour pouvoir me développer dans la capoeira notamment la boxe française et la boxe thaï.

Qu'est-ce qui vous a amené à la capoeira ?

C'est l'ensemble des arts martiaux que j'avais pratiqués et la diversité de la capoeira. Tout ce qui est instrumental, rythmique et l'ambiance du « jeu » en fait.

La capoeira dans un premier temps, je l'ai découverte, par des reportages. C'est un art martial que j'ai toujours voulu faire déjà tout petit et comme elle

C'est lors du premier baptême que l'on donne le nom de capoeiriste et ton premier grade.



n'était pas encore pratiquée dans le nord de la France, et que les écoles étaient trop loin pour pouvoir pratiquer, j'ai attendu durant quelques années pour pouvoir m'y mettre jusqu'à ce qu'un club se soit ouvert sur Valenciennes. C'est comme ça que j'ai commencé à pratiquer la capoeira en parallèle du judo au début, puis je m'y suis consacré à fond. Les premiers cours ont été vraiment durs, mais pour les premiers cours on souffre tous. En judo ou en karaté on reste assez rigide, alors qu'en capoeira on accentue vraiment sur la souplesse et le cardio.

La première année a été très intensive. J'ai effectué de nombreux déplacements notamment à Amsterdam et Bruxelles où j'ai assisté à plusieurs stages de mon maître. Mais aussi auprès d'autres écoles du groupe Capoeira Brésil en France. J'ai aussi eu la chance de faire un stage intensif de capoeira au Brésil.

Comme je travaillais très rigoureusement, j'ai pu reprendre le club à la fin de ma première année quand mon maître est parti au Brésil. Par la suite j'ai aussi ouvert un club à Roubaix, puis il y a deux ans j'ai ouvert un club ici à Maubeuge.

Comment est perçue et enseignée la capoeira au Brésil ?

Là-bas c'est leur sport national avec le football donc elle est pratiquée partout. Pas forcément dans des académies ou des clubs, des associations... C'est vraiment pratiqué partout. On voit des gosses qui n'ont pas d'argent pour pratiquer dans des académies, pratiquent dans la rue sur les plages vraiment partout. Pour ce qui est de l'entraînement au sein des clubs il est plus cadré, plus intensif, mais les clubs en Europe valent largement les clubs du Brésil.

Dans votre école quel type de capoeira enseignez-vous regional, angola, contemporaine?

Dans un premier temps j'ai appris la capoeira regional, car dans le groupe Capoeira Brasil on pratique essentiellement cette capoeira. Cette capoeira est plus rythmique et plus acrobatique. Dans un deuxième temps on a suivi des stages de capoeira

angolaise. Aujourd'hui j'enseigne les deux mais essentiellement la capoeira regional.

Dans notre club on enseigne aussi le maculele, la samba de roda et la Puxada de Rede ou danse du pêcheur.

Le maculele a une histoire. Ce serait un enfant du nom de Maculele qui a défendu son village quand sa tribu est partie à la chasse et s'est fait attaquer par un autre groupe. Maculele était un jeune garçon et il a pu défendre sa tribu grâce à l'aide de bâtons. Ça reste un mythe brésilien que l'on retrouve aussi en capoeira angola. Techniquement le maculele c'est un jeu de bâtons il se différencie de la capoeira car il se décompose en 4 temps alors que la capoeira se décompose en 3 temps.

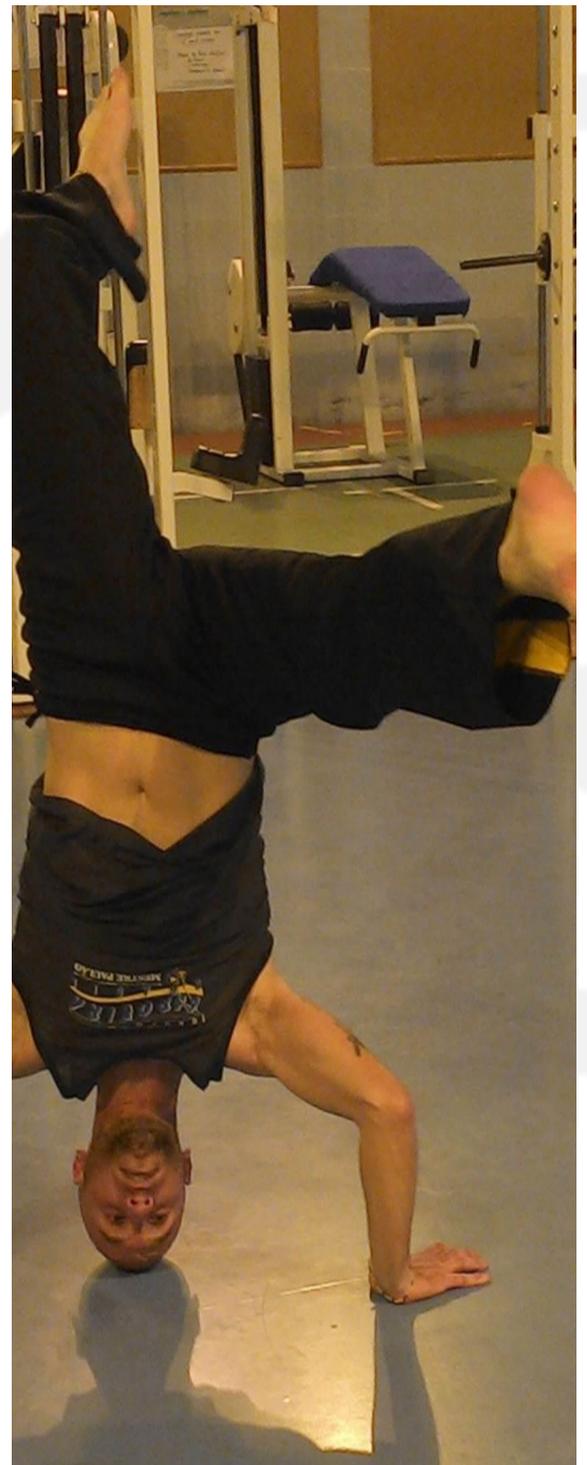
La samba de roda c'est un esprit de fête on la pratique parfois après les rodas et ça arrive que lors des baptisado on la pratique. A la différence de la capoeira elle se décompose en 4 temps comme le maculele.

La puxa de rede, ça fait partie de l'histoire du Brésil et de l'Afrique. C'est la danse du pêcheur, à l'époque on la pratiquait après la pêche et elle amené à des rodas de capoeira. La puxa de rede est plus une danse folklorique qu'une pratique martiale avec un esprit martial.

Malgré le fait que sa codification soit très récente, la capoeira est divisée en de très nombreux groupes comment expliquez-vous cela ? Et qu'est ce qui les différencie ?

Effectivement il y a plusieurs groupes. Ils se différencient par des codes de couleurs, leurs maîtres, leurs professeurs. Normalement en capoeira regional les groupes ont des couleurs de grades différents. Au sein des groupes d'un même type de capoeira c'est la seule vraie différence. Par contre j'ai déjà vu dans un groupe de capoeira angolaise le même système de corde que dans notre groupe. Il arrive aussi que dans le cursus de chants certains groupes incorporent le nom de leur groupe dans le chant, mais bien souvent ils se ressemblent.

La première année a été très intensive. J'ai effectué de nombreux déplacements notamment à Amsterdam et Bruxelles où j'ai assisté à plusieurs stages de mon maître.





Je considère la capoeira comme un art martial. On y retrouve des attaques, des esquives même si c'est agrémenté d'acrobaties, de musique etc...



Pourquoi il y a autant de groupes, car la capoeira s'est développée mondialement. En fait cela part d'un premier noyau, des deux premiers grands maîtres de la capoeira (Mestre Bimba et mestre Pasthina) qui ont fondé la capoeira angolaise et la capoeira régionale. Certains des élèves de ces maîtres ont à leur tour enseigné la capoeira, ils se sont éclatés et ont créé leur propre groupe.

Au sein des groupes de capoeira regional il n'y a pas beaucoup de différences.

Comment considérez-vous la capoeira ? Comme un art martial, un sport de combat, autre chose ?

Je considère la capoeira comme un art martial. On y retrouve des attaques, des esquives même si c'est agrémenté d'acrobaties, de musique etc... C'est principalement pour moi un art martial. On retrouve des licences d'encadrement et surtout on peut se développer, s'extérioriser par des coups, par des esquives, même si on ne porte pas les coups. C'est aussi pour moi un divertissement.

Qu'est-ce que la capoeira vous a apporté ?

La capoeira m'a apporté beaucoup de choses. Une philosophie, malgré tout la capoeira n'est pas qu'un art martial. Derrière ça il y a aussi toute une histoire, c'est aussi garder toute cette partie d'histoire à travers la pratique. Si on peut la développer et la préserver ce n'est que mieux.

C'est vraiment difficile de développer cette philosophie, c'est vraiment vaste et difficile à développer.

Pensez-vous que la capoeira puisse

être utilisée pour se défendre face à une agression dans la rue?

C'est pas le but principal de la capoeira, effectivement on apprend dans un premier temps à pouvoir se défendre, mais si on peut éviter de l'utiliser pour se défendre c'est beaucoup mieux. Mieux vaut discuter qu'avoir à se défendre. Après comme pour tout art martial si on est agressé et qu'on peut maîtriser un adversaire sans lui porter un coup fatal ce n'est que mieux.

Pour continuer sur ce thème avez-vous déjà eu des échanges avec des pratiquants d'autres pratiques martiales ?

Non généralement on ne va pas faire rivaliser deux sports de combat. Dans la capoeira on ne va pas chercher un autre art martial pour pouvoir se mesurer. Après on trouve dans d'autres sports de combat regroupant plusieurs arts martiaux dans un seul sport et ça devient des combats de rue. En capoeira on ne va pas se mesurer à d'autres arts martiaux.

Certains avancent l'idée qu'il faudra introduire des compétitions en capoeira, qu'en pensez-vous ?

Nous, en Europe on en pratique pas de compétition de capoeira. Au Brésil ça existe, ils appellent ça de la capoeira Fight. Là-bas ils portent vraiment les coups, ici dans la capoeira c'est un « jeu » où l'on ne porte pas vraiment les coups que ce soit dans la capoeira régionale ou dans la capoeira angolaise. Mais ça c'est européen et c'est le plus répandu au niveau mondial.

Pour moi les compétitions sont une mise en application du savoir-faire. Après je ne suis pas tout à fait d'accord avec les compétitions car ce n'est pas

dans l'esprit de la capoeira. A moins de vouloir se défendre on ne doit pas porter le coup. Faire de la compétition je n'en vois pas la nécessité.

La capoeira est une discipline exigeante pour le corps, pensez-vous qu'elle soit accessible à tous ?

Elle est accessible à tous avec beaucoup de travail. Quand j'ai été professeur sur Roubaix j'avais des licenciés qui étaient cinquantenaires, j'avais en fait trois générations dans le même groupe. C'est abordable, mais bien sûr avec les possibilités de chacun.

Dernière question auriez-vous un conseil à donner aux pratiquants de disciplines martiales en général ?

Il faut de l'assiduité avant tout c'est ce qui fait progresser. Il faut aussi de la passion et de la philosophie.

Pour celui qui veut faire de la capoeira il est le bienvenue car ça reste une grande famille, tout le monde se fait la bise, c'est convivial, ça reste un art martial mais aussi un jeu où on ne porte pas les coups. C'est une discipline que je pourrais conseiller à tout le monde aussi bien petit que plus ancien. Pour ceux qui sont acharnés de capoeira ils peuvent se plonger dans l'histoire c'est une pratique complète.





Lumière sur... Le yoseikan budo

Ainsi bien que le yoseikan budo possède un certain nombre de techniques « officielles » ces dernières ne doivent pas être vues comme des limites pour l'élève qui est libre et incité à chercher de nouvelles applications au principe. Il en résulte que le yoseikan est un art martial en constante évolution et en constante mutation pouvant s'adapter à de très nombreuses situations et s'enrichir au contact de nombreuses disciplines.

Le yoseikan budo

Le Yoseikan budo qui fut créé par Hiroo Moshizuki durant les années 1960 et 1970 est l'un des arts martiaux les plus riches qui existe aujourd'hui. Il est le fruit d'une longue réflexion visant à unir la pratique de plusieurs arts martiaux dont le judo, l'aïkido, le karaté et le kenjutsu en une seule discipline unie par des principes communs. Pratique martiale donnant autant d'importance à l'aspect moral que technique elle est une discipline très moderne dans sa pratique qui a réussi à s'exporter dans de nombreux pays à travers le globe.

Symboles et principes du yoseikan budo

Une pratique aux nombreux symboles

Tout d'abord le nom yoseikan budo possède un lourd sens symbolique. Le terme yoseikan est composé de yo qui traduit la notion d'éducation, sei qui renvoie à des valeurs comme la droiture, le sens de la justice ou encore l'honnêteté et kan qui désigne l'école. Le terme budo lui est un terme bien connu des pratiquants d'arts martiaux. Souvent traduit à tort comme désignant l'ensemble des arts martiaux japonais il désigne en fait seulement les pratiques « modernes » dont le but est autant d'élever les pratiquants spirituellement en leur apportant des valeurs que de leur apporter une efficacité au combat. Ils sont de ce point de vue l'évolution des bujutsu qui s'intéressaient principalement à la technique. De ce point de vue le terme yoseikan budo pourrait se traduire par « l'école pour éduquer à la droiture par la pratique du budo ». Ceci démontre l'importance donnée à la construction morale de l'individu dans la pratique.

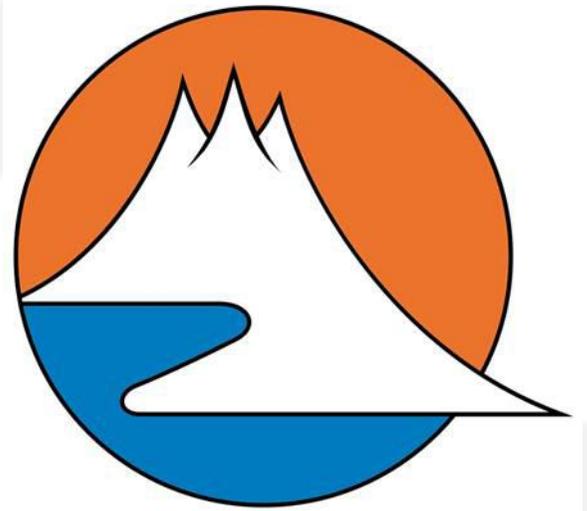
Le principal symbole du yoseikan budo est son logo composé d'une montagne à trois pics bordée d'eau et partiellement inscrite dans un cercle. C'est un symbole lourd de sens dont chaque partie évoque l'un des attributs du yoseikan budo. Tout d'abord le cercle symbolise la perfection, cependant le fait qu'il soit interrompu est là pour rappeler que nul n'est parfait et que par conséquent le pratiquant, même à haut niveau, doit faire preuve de modestie. Le ciel orange, parfois associé au soleil est censé symboliser l'oxygène, et donc l'importance de la respiration ainsi que la lumière et la gaieté. La partie bleue quant à elle est censée représenter l'eau

à la fois symbole de souplesse, d'adaptation et de calme ; éléments que le pratiquant devra développer en étudiant le yoseikan budo. Cette référence à l'eau peut aussi rappeler le mouvement ondulatoire qui est le principe le plus important de la discipline. La montagne blanche est quant à elle censée représenter à la fois l'endurance, la dureté mais aussi la pureté et donc l'honnêteté. Le fait qu'il y ait trois cimes à la montagne est censé rappeler aux pratiquants qu'ils ne peuvent pas progresser seuls, mais qu'au contraire ils ont besoin les uns des autres pour avancer.

Enfin la tenue revêt elle aussi un aspect symbolique. Les couleurs bleues et blanches sont censées représenter le in et le yo japonais qui sont l'équivalent du yin et du yang de la philosophie taoïste. L'un des points les plus caractéristiques de cet art martial est que ces deux couleurs sont reprises dans la ceinture, ceinture qui est la même pour tous et ce quel que soit le niveau. L'une des raisons de ce choix est l'importance donnée à la valeur morale dans le yoseikan budo. En effet selon le fondateur de cette discipline, une personne peut avoir un haut niveau technique sans pour autant avoir une valeur morale élevée, or, cette valeur morale est prépondérante. Il en résulte le choix de ne pas différencier les élèves.

Les principes du yoseikan budo

La pratique du yoseikan budo repose principalement sur un principe central qui est celui de l'onde, parfois aussi appelé mouvement en vague ou onde de choc. Il est dit que son fondateur a eu beaucoup de mal à unifier le karaté, le



Lumière sur...

Le fait qu'il y ait trois cimes à la montagne est censé rappeler aux pratiquants qu'ils ne peuvent pas progresser seuls...



judo, l'aïkido et la pratique des armes autour d'un même principe chose qu'il réussit grâce au principe de l'onde. Ce principe se traduit par le fait que lors de l'exécution d'une technique, chaque segment du corps utilisé vient accélérer la technique, la rendant plus puissante et efficace. On pourrait comparer cela à l'utilisation d'un fléau, dont l'articulation permet d'accentuer la frappe du poids. Ce principe est fondamental à la pratique du yoseikan et si on peut en trouver d'autres s'en approchant dans certains arts martiaux, dans la pratique du yoseikan il est la base de toute la pratique et est étudié dès les tout premiers cours.

Un autre principe lié à ce premier est que l'élève ne doit pas s'enfermer dans une technique mais au contraire explorer toutes les possibilités de ce principe et l'appliquer à toutes les formes de combat qu'il soit armé, au sol, au corps à corps... Ainsi bien que le yoseikan budo possède un certain nombre de techniques « officielles » ces dernières ne doivent pas être vues comme des limites pour l'élève qui est libre et incité à chercher de nouvelles applications au principe. Il en résulte que le yoseikan est un art martial en constante évolution et en constante mutation pouvant s'adapter à de très nombreuses situations et s'enrichir au contact de nombreuses disciplines. A ce

titre l'une des volontés du fondateur était justement de vouloir créer un art martial uni autour d'un principe et pas une synthèse de techniques issues de plusieurs pratiques martiales.

Un autre principe qui lui est lié à l'aspect moral de la pratique est l'étude du rei shiki. Ce terme peut être traduit par le protocole et régit la manière d'être dans le dojo comme par exemple le fait de saluer, l'attitude à avoir etc... Une grande importance est d'ailleurs donnée au deux formes de salut (debout et à genoux) qui sont soumis à des règles de positionnement très précises. Ce point fondamental dans la pratique du yoseikan budo a pour but d'éduquer le pratiquant, de lui apprendre cette « droiture » présente dans le nom de la discipline. Il apprendra ainsi le respect de l'autre, la modération, la courtoisie, la modestie... Cet apprentissage commence dès les premiers cours et suivra le pratiquant tout au long de son étude du yoseikan. Si ce principe est présent dans la pratique de très nombreux arts martiaux et plus particulièrement dans les budos, il semble tout de même revêtir une importance encore plus prépondérante dans le yoseikan budo.

La pratique du yoseikan budo

Les caractéristiques du yoseikan budo

L'une des principales caractéristiques du yoseikan budo est son très large éventail de techniques dû en grande partie à ses principes. On trouve ainsi des frappes avec toutes les parties du corps, des clefs, des projections, des étranglements ainsi que le travail de très nombreuses armes. La discipline permet ainsi de faire face à de très nombreuses situations et d'adapter sa stratégie en fonction du nombre

d'adversaires ainsi que la distance de combat. Il en résulte un art martial très complet et diversifié pouvant s'adapter à toutes les morphologies. Cette diversité tend à s'accroître avec le temps du fait de l'absence d'un cloisonnement technique propre à nombre d'autres disciplines. Une autre conséquence des principes et du très large éventail technique est que contrairement à d'autres arts martiaux, le yoseikan budo n'est spécialisé dans aucun type de combat.

Une autre caractéristique assez marquante de la pratique martiale est qu'elle se divise en deux volets, la pratique traditionnelle et la pratique sportive. La pratique traditionnelle est celle orientée vers la pratique de la self défense, des katas, du kobudo... A toutes les pratiques visant à mettre hors de combat un adversaire hors du cadre sportif. Cette pratique étant particulièrement vaste elle est souvent divisée pédagogiquement en plusieurs branches selon le type de combat étudié. La pratique sportive elle vise la pratique compétitive. La forme des combats peut varier et ces derniers ont pour but de permettre le développement de qualités qui ne seraient pas permises par la pratique traditionnelle comme le timing, la prise d'initiative, l'improvisation, l'adaptation... L'une des spécificités de la pratique sportive dans le yoseikan budo est que non seulement elle comprend un important volet à main nue, mais elle comprend aussi des formes de combat avec des armes d'entraînement recouvertes de mousse comme dans le sport de chanbara. Ces deux volets sont indissociables dans la pratique du yoseikan budo et si les élèves ne sont pas contraints de participer à des compétitions, pour progresser, ils sont tout de même incités à étudier les deux orientations de la discipline.

Les exercices du yoseikan budo

Le yoseikan budo étant très vaste, son enseignement est souvent divisé comme nous l'avons dit en plusieurs disciplines de manière pédagogique. Ainsi on trouve entre autre :

-Le yoseikan aiki : issu de l'enseignement d'aiki-jutsu que prodiguait Minoru Mochizuki, mais qui a peu à peu évolué en s'adaptant aux principes du yoseikan budo.

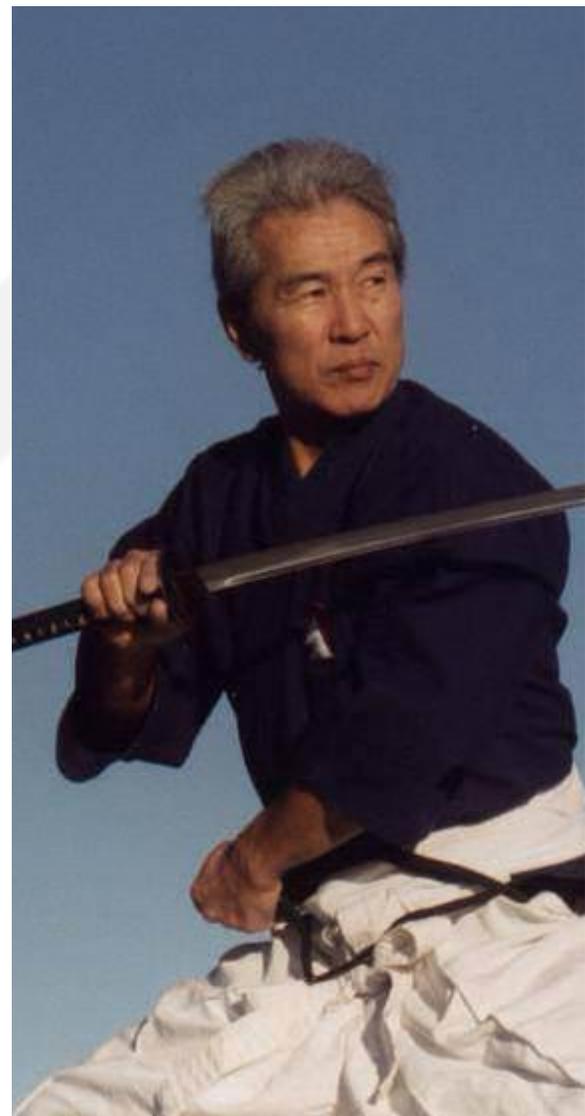
-Le yoseikan karaté : ici le travail repose sur l'étude des katas et bunkai (application des katas). A noter que le kata Happo est fondamental dans la pratique du yoseikan budo puisqu'il permettra au pratiquant de prendre conscience du principe de l'onde.

-Le yoseikan kempo, kumi achi et Ne-waza : Il s'agit en fait respectivement de l'étude des techniques de frappes, de projections et de corps à corps, et de luttes (immobilisation, luxations, étranglements...). La pratique du yoseikan goshin-jutsu, qui est l'étude de la self défense est fortement lié à ces trois disciplines et permet de les travailler ensemble hors d'un cadre compétitif.

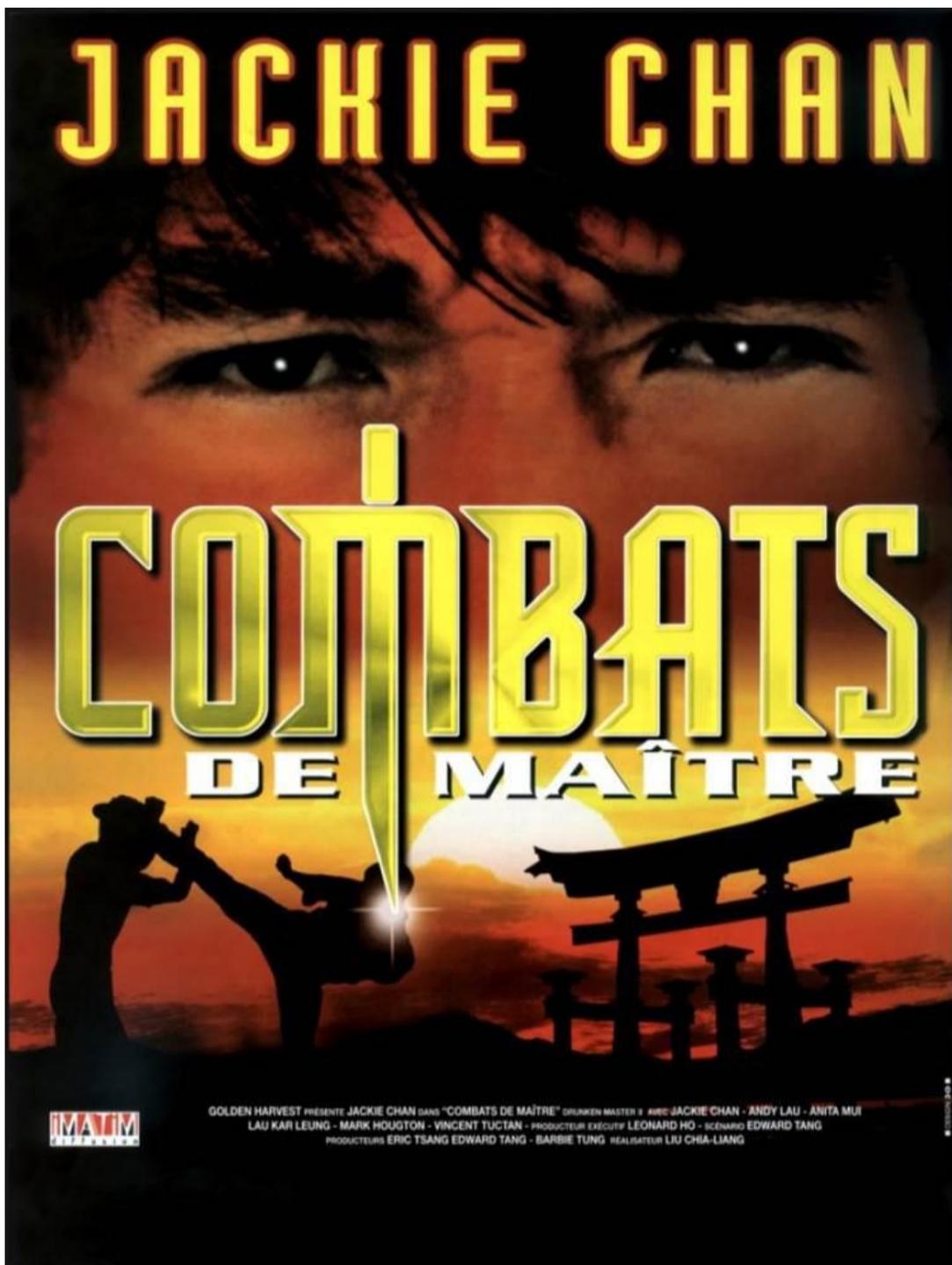
-Le yoseikan kenjutsu : il s'agit simplement de l'étude du travail des armes. On y retrouve les nombreuses influences du yoseikan budo car sont étudiées des armes issues du kobudo d'Okinawa (du tonfa, du saï et nunchaku) mais aussi d'autres armes issues des écoles de kenjutsu tanto (couteau), tachi (sabre), jô, bô, de la naginata et yari (lance)). A cette discipline est souvent adjointe l'étude du iaido, ou l'art de frapper en dégainant. Ce kenjutsu dans sa forme sportive se pratique avec des armes recouvertes de mousse qui sont principalement au nombre de trois symbolisant les couteaux, les bâtons ou sabres courts et les sabres longs.

-Le yoseikan training : il s'agit d'une forme de travail dynamique axé sur la mise en bonne condition du corps et le travail du système cardio vasculaire. Il s'agit d'un travail rythmé et chorégraphié pouvant se faire seul ou à deux. Il s'agit plus d'un exercice d'entretien physique que d'une réelle pratique martiale.

Un autre point caractéristique du yoseikan budo est qu'il s'adapte en fonction de l'âge du pratiquant ainsi si les enfants ont une pratique orientée vers le développement psychomoteur et des aspects plus ludiques, les adolescents seront orientés vers une pratique plus sportive, puis une fois qu'ils auront gagné en maturité, vers une pratique plus martiale.



Lumière sur...



Synopsis

"L'histoire part sur une sorte de quiproquo. Le jeune et insouciant Wong Fei Hung intervertit le paquet d'un voleur, contenant un sceau impérial, avec le sien contenant du ginseng. Les deux hommes se retrouveront et échangeront leur paquets. Le voleur explique alors à Fei Hung qu'il a voulu sauver le sceau, un des bijoux du patrimoine chinois convoité par des colons anglais, qui font passer diverses oeuvres d'art chinoises en Angleterre.... "

Combat de maître (à ne pas confondre avec le film le combat des maîtres) est plus connu sous le nom de Drunken master 2. Suite directe du premier film, on y retrouve encore une fois Jackie Chan incarnant un Wong Fei-Hong jeune, turbulent et grand expert d'arts martiaux.

Le moins que l'on puisse dire est que Drunken Master 2 est un grand classique des film d'arts martiaux qui est très apprécié de nombreux cinéphiles qui le préfèrent même parfois au premier du nom. Bien que le film soit quelque peu daté, c'est justement ce côté kitch qui le rend très agréable à regarder. Le film est très premier degré et si les combats sont agréables à regarder sans pour autant être réalistes, c'est surtout l'humour qui donne tout son sel au film. Contrairement à d'autres films d'arts martiaux de la même époque qui n'abordaient qu'un côté sérieux, ici, l'humour et le second degré permettent d'éviter les longueurs. On regarde le film sans jamais trouver le temps long et sans se demander quand l'histoire va enfin avancer.

Mais l'un des principaux points forts de cette utilisation de l'humour est qu'elle permet de rendre des éléments qui seraient agaçants dans d'autres films, drôles. Ainsi, le fait que les personnages n'aient pas de profondeur et soient manichéens, le côté très kitch, la trame scénaristique plus que basique ne sont plus des obstacles mais des éléments avec lesquels on va rire donnant parfois au film un petit côté nanardesque. Pour accentuer cet effet, je ne peux que vous conseiller de regarder ce film en VF, les doublages étant tellement mauvais qu'ils en deviennent drôles. Vous aurez ainsi le droit à des citations comme « L'alcool a mis un tigre dans mon moteur. », « C'est vrai que c'est toi mon papa et pas le facteur. » ou encore « T'es prêt, Rambo ? ».

Pour en revenir aux combats ces derniers sont à la fois bien chorégraphiés sans pour autant en faire trop. Bien que peu réalistes, ils restent très intéressants et se permettent parfois des notes d'humour.

En somme c'est un bon film à voir si vous souhaitez passer un bon moment sans prise de tête.

Horizon martial

Le jogo do pau

Le Jogo do pau (jeu du bâton) est un art martial portugais et galicien pratiqué par les jogai. Il a toutefois une particularité, celle ne d'avoir pas toujours été une discipline martiale.

Les premières traces de l'utilisation du « pau » (le bâton) semblent remonter à l'époque de la Lusitanie pré-romaine. Il y aurait été utilisé à titre « d'accessoire » dans des danses ayant lieu lors de manifestations sportives. Ce n'est qu'à partir du Moyen-Âge que la population rurale, toujours équipée d'un bâton dans ses activités quotidiennes (marcher, rabattre le bétail...) prit conscience du potentiel du bâton. Il semblerait que les bergers s'en soient servi comme moyen de défense contre les tentatives de brigandage. Le mouvement se répandit ensuite en ville où nombre de personnes utilisèrent leurs cannes à des fins de self-défense.

Dès le Moyen-Âge, le pau aurait été adopté par les armées portugaises notamment contre les armées napoléoniennes pendant les guerres péninsulaires. Certains estiment qu'avec les comptoirs indiens (période coloniale), le jogo do pau et le kalaripayat se seraient mutuellement influencés. La première école de jogo serait née au Moyen-Âge dans la région du Minho et aurait eu pour but de transmettre l'ensemble des techniques du jogo. La transmission de techniques communes à tous les jogai est la première étape vers la création d'une discipline martiale. Au cours du XIX^e, les écoles de jogo s'exportèrent vers Lisbonne où les techniques du jogo seront appliquées au combat au sabre pour plus d'efficacité transformant ainsi le Jogo do Pau en Gameirosabre.

À partir des années 1930, le jogo do pau entra dans une période de déclin suite à l'interdiction par la police du port du pau dans les foires suite à des rixes trop fréquentes et l'utilisation des armes à feu en milieu urbain fit que la population se désintéressa du jogo do pau au profit d'un moyen de défense moins fastidieux en termes d'apprentissage. Cependant, depuis 1977 des organisations tentent de

préservé le Jogo do pau avec la demande de la création d'une Association Portugaise de Jogo do Pau. Ce sera chose faite en 2001 avec la Fédération Nationale du Jogo do Pau créé par Maître Joachim Monteiro. Le jogo do pau connut une renaissance lors d'un championnat ouvert aux bâtons longs en France pendant lesquels les portugais firent sensation après avoir remporté tous les matches.

Dans la région du centre, le pau possède un pommeau appelé maçaroca dont le but est d'augmenter la puissance des coups. À Cortes, les paus sont créés sur mesure dans des branches d'eucalyptus séchées pendant 6 mois, la taille du pau étant ensuite adapté à la taille de son propriétaire. La taille moyenne d'un pau en milieu rural serait d'1,5m tandis qu'en milieu urbain, on utiliserait un bastao de combate d'environ 80cm. L'école du Minho conserve des aspects de combat de rue, les combattants apprennent à y combattre plusieurs adversaires mais l'efficacité des techniques prime sur leur esthétique. L'école de Lisbonne quant à elle permet de combattre un seul adversaire mais les techniques y sont tellement précises et esthétiques que le jogo de Lisbonne est surnommé « escrime au bâton ». À Lisbonne, le jogo perd peu à peu son aspect martial pour devenir une discipline sportive et individuelle où les deux adversaires s'efforcent à ne pas se molester.

Il existe plusieurs modalités de combat, notamment : le contra jogo (combat singulier), la quelha (un combattant contre plusieurs adversaires), le um bater dois (un combattant, deux adversaires), le roda do meio (paralyser un combattant à l'aide d'un groupe d'adversaires)

A propos de l'auteur



Sixtine Dezwarte est la correctrice du magazine "l'art de la voie" depuis mai 2012. Ses connaissances en anglais lui ont permis d'être utile lors de la rédaction de plusieurs articles.

Contrairement aux autres membres de l'équipe elle n'a commencé la pratique des arts martiaux que très récemment.



Sixtine Dezwarte

Nous soutenir sur Tipeee

Bonjour à tous,

Pour ceux d'entre vous qui ne l'aurez pas vu il vous est maintenant possible de nous soutenir sur Tipeee. Alors qu'est-ce que tipeee et pourquoi ce soutien ?

Tipeee est un site destiné à soutenir la création sur internet. Ceux qui souhaitent soutenir un créateur de contenu via tipeee peuvent décider de donner de manière mensuelle ou occasionnelle une petite somme d'argent (à partir de 1 €). En contrepartie le créateur de contenu peut décider d'accorder des compensations en fonction de la somme fournie.

Pourquoi demander une telle aide pour "l'art de la voie" ? Comme vous devez vous en douter "l'art de la voie" est un travail qui demande du temps et génère des frais. Que ce soit l'hébergement du site, l'acquisition de nouvelles sources, l'acquisition de matériel ou encore les frais de déplacements... La production d'un tel magazine commence à coûter cher d'autant plus qu'il est gratuit et le restera. Mais en plus de cet argent la gestion d'un tel magazine (pour le rédacteur en chef) prend du temps, comptez en moyenne entre 6 et 8 heures par jour en fonction de la charge de travail. Les aides serviront en priorité à payer l'hébergement du site, ensuite à l'acquisition de ressources et seulement s'il y a des restes, ces dernières seront réparties entre les différents membres de l'équipe.

Pour ce qui est des contreparties, la philosophie de "l'art de la voie" reste de donner avant tout une information gratuite et accessible à tous sur l'histoire et la culture des arts martiaux aussi il n'y aura pas de contreparties vraiment conséquentes. Toutes les personnes ayant choisi de nous soutenir verront leur nom/pseudo tipeee cité dans le magazine suivant. Pour tout tip supérieur à 5 €, le tipeur se verra envoyer dans les deux semaines précédant la sortie d'un magazine un article (mis en page) en avant-première.

Si vous souhaitez en savoir plus je vous invite à aller voir la section « Nous soutenir » dans la rubrique à propos du site.

Je tiens à remercier les 3 tipeurs ayant choisi de soutenir "l'art de la voie" ces deux derniers mois:

Lucie Poudoulec, Luna et Yvan.

Merci de votre soutien et de votre confiance.