

FRANCE SHOTOKAN LIAISONS



ASSOCIATION LOI 1901/66 RUE DE SEVRES 75007 PARIS/TEL (1) 45 66 40 84/AVRIL 86 N° 29

INTERVIEW
DE MAÎTRE OHSHIMA
(VICHY 1985)

Jean-Gérard Bloch : Les katas sont-ils totalement la reconstitution de combats réels ou ont-ils plus une valeur de trame symbolique et pédagogique ?

Me Ohshima : Oh, les deux sont vrais.

J-G. B. : Oui, mais par exemple reculer en ligne dans eian sandan est artificiel.

Me Ohshima Oh, bien sûr, c'est très artificiel de reculer bien en ligne, SUi trois attaques comme dans la ligne médiane de eian sandan. Mais tout le reste est parfaitement réaliste.

J-G. B. Dans la deuxième ligne médiane de Heian Sandan, est-il pensable que l'adversaire attaque en reculant ?

Me Ohshima : Ah, non, non. Arrête de penser comme ça, tu vas t'embourber dans tes raisonnements ! Bien sûr, il s'agit-là d'une méthode d'entraînement mise au point par quelqu'un. Nous disposons d'une trame permettant de très nombreuses répétitions, trame sans laquelle ces répétitions deviendraient rapidement lassantes voire impossibles. Grâce à ce canevas, nous pouvons effectuer ces nombreuses répétitions chaque jour différemment. Un kata peut être effectué individuellement ou en groupe, et répété de

nombreuses fois. Bien sûr, il n'est que partiellement réaliste, car le principe même de l'organisation d'un kata est artificiel.

Le kata n'est pas naturel, au même titre qu'un être vivant il s'agit d'une création humaine : d'une suite de mouvements qui ne prend tout son sens que pour celui qui essaye profondément, sincèrement, d'être réaliste à chaque mouvement de chacune des répétitions, faute de quoi, c'est une perte de temps.

Utilise ta tête, c'est une question de bon sens à la portée de tout le monde : (est-ce qu'il recule en attaquant...) j'avance, il recule, c'est complètement fou. La question n'est pas de savoir si le kata en soi est réaliste ou non, mais plutôt de savoir si celui qui l'effectue est sérieux ou non. Et ça, tu peux le dire tout de suite en voyant le kata.

J-G. B. : Pourquoi tous les katas commencent-ils par un blocage ?

Me Ohshima : Premièrement parce que les créateurs des katas aimaient beaucoup les blocages (rires). Deuxièmement, quelqu'un qui pratique le karaté ne se bat jamais, n'attaque jamais le premier.

Laisse l'autre engager le combat et bloque ensuite l'attaque. Voilà pourquoi le karaté est beau et les katas magnifiques. Si c'est ça que tu veux entendre, tu vois, je peux te le dire ! Faire ainsi permet en l'occurrence de prendre l'avantage, et c'est tout.

J-G. B. : Dans certains katas, un groupe de mouvements correspondant à l'adversaire peut ne jamais comporter d'attaque et de contre-attaque et se terminer par un blocage (eian sandan).

Me Ohshima : Là aussi, c'est la même chose. L'inventeur du kata l'a conçu ainsi. Ne t'embarque pas dans des spéculations oiseuses « je ne tue pas le premier adversaire, je me retourne contre un deuxième », mais là que veux-tu faire, le premier revient par derrière et pan ! Bien sûr que ce n'est pas réaliste. Bon, je vais te répondre en me plaçant au niveau de ta question. Quand je bloque, l'adversaire est terrorisé par la puissance de mon blocage. Il s'enfuit...

L'adversaire suivant arrive. Je le terrorise aussi. Est-ce une bonne réponse ? C'est une réponse stupide, n'est-ce pas (rires) et bien ta question était stupide (rires) ! Je suis désolé (rires quand même).

J.G. B. : En combat, au fur et à mesure que l'on progresse, on voit mieux ce qui se passe (avec tout ce que cela comporte). À quoi correspondent les sortes de syncopes visuelles que l'on a au début ? (peur, blocages, etc.).

Me Ohshima. Bien sûr, bien sûr, tu sais le corps humain est très lent à comprendre. En cela il est différent de la conscience humaine. Notre conscient travaille à partir de mots, puis intervient, immédiatement après, la compréhension. Mais ce n'est pas exactement la compréhension. Une compréhension totale inclut une compréhension « subconsciente ». Lorsque, à travers notre pratique (si celle-ci est sérieuse, sincère, honnête, comme ce doit être le cas), nous associons le corps, l'esprit et la conscience, les trois ensemble, alors graduellement nous devenons capables de communiquer avec d'autres êtres humains qui pratiquent de la même manière. Et beaucoup de messages peuvent être perçus ainsi. Bien sûr je ne prétends pas que c'est la seule façon correcte de communiquer. Mais en ce qui me concerne, ma progression s'est faite selon ce schéma.



RELEVÉ ET CONTINUÏTÉ

.../...

Je pouvais communiquer, je voyais soudain les choses clairement : ces gens sont comme cela pour telles ou telles raisons.

D'autre part, nous partageons avec les autres une même expérience. J'entends par expérience quelque chose qui se passe dans notre esprit lorsque intervient une situation réellement critique, lorsque nous sommes confrontés à notre propre mort, ou lorsque nous risquons d'être sérieusement blessés. Il arrive alors que notre esprit s'ouvre, se réveille et les choses qui arrivent se déroulent lentement, une à une, de telle sorte qu'on les voit clairement.

Cette sorte d'expérience est... je ne peux pas l'expliquer à des gens qui ne l'ont jamais vécue, ils me rétorqueraient que je raconte des histoires ; mais ceux qui ont fait le même genre d'expérience (à travers les stages spéciaux et une pratique réelle) diront qu'ils connaissent ce genre de sensation. C'est là un des aspects très gratifiants de notre pratique. Même privés de mots pour les exprimer, nous pouvons partager les mêmes expériences. C'est très différent de tout ce qu'on peut lire dans un livre et de ce que l'on peut en penser. Oui, ce genre de choses arrive.

Nous parlons expériences humaines, c'est pourquoi c'est très compliqué et pas linéaire. Bon, quand j'étais ceinture blanche, il m'arrivait de vivre des fragments de sensations qui émergent bien plus tard, je réalisais alors que j'avais déjà ressenti quelque chose de semblable. Mais à l'époque, juste une fois, boum. Dix ans après, boum, boum, boum, ça devenait plus fréquent. Bon, alors la sensation apparaît plus forte, mais c'est la même qualité, la même expérience que 10 ans auparavant. Bien sûr, plus on se familiarise avec ce genre d'expérience, plus on voit de choses et de ce fait on parvient à percevoir plus clairement ce qu'il y a ou qu'il n'y a pas dans son esprit, c'est une expérience qui en vaut la peine.

Aujourd'hui à France Shotokan quelle place et quel rôle accordons-nous aux enfants dans l'enseignement du karaté ?

En effet, si la formation et l'enseignement aux adultes revêt une place prépondérante, nous n'ignorons pas que l'apport des sections jeunes est vital à l'équilibre des clubs d'adultes.

Si par tradition l'enseignement a été dispensé aux adultes, voire aux adolescents, une place grandissante est faite aux sections enfantines afin d'assurer pour une part l'avenir des clubs à long terme.

Le développement pose un certain nombre d'interrogations de nature pédagogique et d'organisation, mais également d'informations car bien souvent la démarche de l'enfant doit être assurée par son encadrement familial.

Je n'ai pas ici dans cet article la prétention d'assécher ce vaste thème, mais d'apporter ma contribution qui je l'espère, appréhendera les problèmes aigus auxquels sont confrontés quotidiennement certains d'entre nous. La section jeunes de Vaires, créée sous l'impulsion de Jacques Dupré en 1978 n'a cessé de croître depuis son origine, et représente actuellement un effectif de

50 enfants. Depuis 1980 je dirige moi-même cette section, succédant ainsi à Jacques pour le meilleur et pour le pire.

Les caractéristiques sociologiques des enfants sont diverses. Ils sont issus de milieux fort différents et sont compris dans une tranche d'âge allant de 8 à 16 ans, limite supérieure qui leur permet, s'ils le souhaitent, de passer dans la section adultes que je dirige également.

Le niveau d'aptitude de chaque enfant est sensiblement différent, tant sur les aspects physique, morphologique, mental que de la compréhension. Toutefois, sans faire des généralités, on observe un meilleur suivi et une attention plus soutenue que chez les adultes.

Les motivations, qu'elles soient directement le désir de l'enfant ou des parents, conditionnent l'ambiance générale de travail et pour ma part, je n'ai jamais eu à réguler la discipline et le sérieux pendant les cours. Quant aux cours, ils se déroulent en deux séances d'une heure chacune le mercredi soir et le samedi après-midi chaque semaine, et pour les plus anciens des enseignements plus élaborés en complément.



À la différence du travail effectué avec la section adulte, mon enseignement porte plus particulièrement sur le rythme de compréhension, le développement physique et mental de l'enfant, chacun d'entre eux évoluant « librement » compte tenu d'un programme que je détermine en fonction de l'aptitude de l'enfant, sans imposer néanmoins mon propre rythme.

La découverte corporelle, la compréhension cinétique du mouvement, le développement de la proprioception, l'agilité, la souplesse musculaire et articulaire, l'équilibre et la discipline servant de base au travail pédagogique étalé sur l'année. À cela s'ajoutent des notions de ponctualité, d'autodiscipline, de respect de l'autre et de volonté, indispensables à la maturation de l'individu.



Par ailleurs, il me paraît indispensable, voire essentiel, de créer une atmosphère favorable au travail en groupe, afin d'établir des relations humaines, propres à satisfaire les enfants.

Enfin, je pense que des distinctions « honorifiques » stimulent la volonté des enfants et le désir de progresser. À cette fin l'utilisation des « ceintures de couleurs » est un bon moyen qu'il se doit de compléter avec des degrés entre chaque couleur de ceinture. Cela crée parmi eux une certaine émulation qui les fixe dans un objectif, et dans une progression à long terme. En complément, il m'est apparu utile de voir leurs efforts gratifiés d'une récompense (médaille, livre, coupe, etc.) qui leur est décernée annuellement lors de la fête du club organisée en fin d'année scolaire, j'ai observé que ce moment était très apprécié des enfants, et qu'il permettait un point de rencontre avec les parents.

Pour ma part, avec le peu d'expérience acquise, je serais tenté de dire qu'une des qualités fondamentales qui régit la pédagogie enfantine est la patience de l'enseignant. Seul un suivi constant et une

répétition des techniques de base adaptées permettra à l'enfant d'acquiescer graduellement les principes essentiels à la pratique du karaté. Il ne faut en aucune manière attendre le « miracle » mais inlassablement mettre l'enfant dans les conditions favorables à son évolution.

Mon expérience m'est propre, cela va sans dire, mais je ne peux qu'encourager d'autres dans cette voie, car le travail avec les enfants apporte des satisfactions de nature différente de celles de l'adulte. Voilà après cette esquisse très superficielle qui a exclu en partie « l'aspect mimétisme » du travail de l'enfant, je tiens à remercier Christian Bertotti, qui m'a largement aidé à la formulation de cet article.

*Jean-Pierre Van Gansbeke
Interview Christian Bertotti*

SPIRITUALITÉ

Nombreux sont ceux qui, lorsqu'ils se sont entraînés deux fois dans la semaine, abandonnent toute référence à la civilisation occidentale et se croient engagés dans des voies mystiques. Pour les aider dans cette voie difficile, voici quelques conseils de base :

1) Tout d'abord, bien marquer ses préoccupations spirituelles, surtout en public. Il est par exemple bien venu de venir en stage spécial avec un coussin de méditation.

Très recommandé également la lecture du docteur Bidule sur le « Hara », la respiration, l'harmonie corps-esprit ou toute autre couillonnade de ce genre. On renforce l'effet produit en lisant ce type d'ouvrages dans le vestiaire avant l'entraînement et en les offrant autour de soi.

2) Au cours de l'entraînement lui-même, éviter si possible les exercices violents qui nuisent au calme intérieur (par exemple, le jyu kumité). Après chaque séance, s'interroger sévèrement sur les progrès accomplis sur le chemin de la haute spiritualité. À l'issue de chaque mois, on fera le point sur les modifications intervenues dans sa personnalité : le « ki » et le « feeling » seront l'objet de vérifications périodiques. Toujours se demander si son égoïsme diminue (penser à se le demander étant en soi le signe d'une nette amélioration). À titre d'approfondissement de son ascèse personnelle dans le Karaté-do (le terme de Karaté est vulgaire : à éviter), on pratiquera l'aïkido, le bâton, ou mieux, le sabre. En revanche, on évitera le yoga, qui, mélangé au Zen japonais, fait désordre.

3) Un intérêt prononcé pour le monde des samouraïs et pour les armes japonaises est absolument indispensable. On connaîtra les noms des grands escrimeurs d'autrefois (rien à partir du XIX^e de toute façon) et on saura la vie de Myamoto Musashi dans tous ses détails. Il est souhaitable de pouvoir raconter l'épisode des mouches (celui où il attrape des mouches avec ses baguettes pour

impressionner quelques malfrats) et on aura une opinion sur sa rivalité avec Ganryu. On pourra lire « les 5 roues de la sagesse » dont on tirera le plus grand profit et tout particulièrement de cette phrase « claquez le sabre de votre adversaire et remportez la victoire » (grande utilité dans la vie quotidienne). Parmi les biographies des grands maîtres du passé, on peut lire « la pierre et le sabre » en ignorant ceux qui vous diront que c'est l'ouvrage Japonais le plus médiocre de ces cinquante dernières années qui ait été traduit en français. Côté film, professer une admiration sans bornes pour les « Sept Samourais ». On ne ratera jamais une exposition de lames japonaises : c'est un spectacle dont on ne peut se lasser, surtout lorsqu'elles sont en grande masse. Il faut apprendre à reconnaître les lames et pouvoir faire quelques commentaires bien sentis sur la trempe. Pour décorer son intérieur, un sabre court est toujours très prisé une fois accroché sur un mur, on évitera tout autre décoration dans le reste de l'appartement. Si quelqu'un s'avisait de poser ses doigts sur l'acier de la lame, il est de bon ton de pousser des hurlements.

4) On prêtera une attention extrême à son alimentation. Selon le niveau spirituel atteint, plusieurs comportements sont possibles : dans un premier temps, il est raisonnable de ne plus manger que dans les restaurants japonais, en professant un goût prononcé pour le poisson cru en tranches épaisses, et surtout pour le calmar et le poulpe. Malheureusement, il n'y a pas de restaurant Japonais en France qui corresponde à votre niveau, vous vous en apercevrez bien vite. Vous pourrez alors jeûner le plus possible et boire du thé vert japonais (un peu difficile à trouver, mais facile à remplacer par du gazon fraîchement coupé). Les céréales en poudre et autres produits de ce type vous rendront de grands services, à condition de ne faire aucune concession en groupe, en stage, en toutes circonstances

s'en tenir à ses poudres diverses mélangées dans un peu d'eau tiède, sans mépriser toutefois ceux qui s'empoisonnent à vos côtés en mangeant de la viande. De toutes façons, c'est vous qui gagnerez, car après 60 ans de régime, l'intérieur de votre corps sera parfaitement propre.

5) Chez soi pratiquer une hygiène personnelle très stricte. Prohiber matelas, oreillers, chaises, tables, au profit d'une vie au ras du sol, sur parquet. À titre d'activité intellectuelle, s'en tenir au jeu de « go » (les échecs n'ont aucune espèce d'intérêt). Une telle vie vous permet la plupart du temps d'éviter la maladie, puisque celle-ci, c'est bien connu, est entièrement liée à nos faiblesses psychiques.

Mais il se peut toujours que, perturbé par la mauvaise mentalité de l'entourage on ait besoin de se soigner : on évitera alors tout recours à la médecine occidentale et même à l'acupuncture qui a fait la preuve de son efficacité et sera donc proscrite. En revanche, on aura recours aux massages japonais dits « shiatzu », souverains contre la grippe et la bronchite par exemple. À condition de ne pas se tromper de méridien (incident malheureusement fréquent), on est à peu près sûr de mourir guéri.

6) Enfin, garder la mesure en toutes choses et se garder de toute complaisance envers soi-même

Stéphane Audoin

PS. Vous pensez bien que ce n'est pas moi qui tenait à publier de tels propos sacrilèges, c'est la Rédaction qui m'a supplié !...

**DU COTE
DES DOJOS
DOJO DE NOGENT**

Voici les horaires de cours à Nogent :
Lundi de 19h à 20h30
Mercredi de 19h à 20h30
Samedi de 14h à 16h (libre de 16h à 18h)
Adresse du Dojo :
94, rue François Rolland
Nogent sur Marne

**DU COTE
DES STAGES
PARIS**

Daniel Chemla, de passage à Paris assurera les cours au Dojo Vaugirard, 87 rue de Vaugirard, 75006 Paris le vendredi 28 mars, de 20h à 22h

le samedi 19 mars, de 10h à 14h

Nous espérons que vous viendrez nombreux pour le rencontrer
MARSEILLE

Attention. changement des dates du stage spécial dirigé par **Me Ohshima** :

du 23 au 26 juillet 1986
arrivée le 22 au soir,
départ le 26 après-midi

COLMAR
Stage pour 2^e et 3^e Dan par
Alain Gabrielli

les 8 et 9 mars 1986
Inscriptions : Henri et Renée
Hug Tél. 89812285
Stage technique dirigé par

Michel Asseraf
les 30, 31 mai et 1^{er} juin 1986
BREST

Sous la direction de **Michel Asseraf** un stage spécial est organisé du 1^{er} au 4 mai
Arrivée le mercredi 30 avril en soirée

Adresse : Auberge de la Jeunesse. rue Kérangall. Port de plaisance
Prix 550 F

Délais d'inscription 15 avril
Pour tous renseignements
Claude Ledieu
22, rue Kérivin 29200 Brest
Tel.98440507

SUISSE
Stage spécial de Suisse.
Shotokan dirigé par
Me Ohshima
du 9 au 13 juillet 1986

Cher Monsieur Nisand...

Je prends aujourd'hui la plume pour vous remercier de votre gentillesse et de toutes les nouvelles fraîches que vous nous envoyez régulièrement de la Fédération française de Shotokan, voire le Shotokan-Liaison. Cela nous fait toujours plaisir d'avoir des nouvelles de l'autre côté de l'Atlantique... malheureusement Bernard Tremblay à qui vous envoyiez cette correspondance a dû déménager au courant de l'été pour la capitale, c'est-à-dire à Québec. Là-bas il s'entraîne et aide un autre copain d'ici à mettre sur pied une nouvelle école, semblerait-il que tout fonctionne assez bien, bien qu'ils aient à faire face à une bonne concurrence ; ils tirent bien leur épingle du jeu... Tout cela pour en venir à dire que, comme Bernard n'est plus par ici, il m'a demandé de prendre la relève pour lui... rien ne me fait plus plaisir car depuis mon voyage de cet été par chez vous, en plus de mon stage spécial à Brest (j'ai bien hâte d'y retourner d'ailleurs), hé bien cela m'a fait découvrir un paquet de choses nouvelles et depuis ce temps chaque fois que j'entends parler d'une activité quelconque en France j'accours m'informer. D'ailleurs il est probable qu'en mai, avec deux autres de mes copains de karaté, je retourne faire une petite virée française des différents dojos

En tous les cas si vous pouviez entre temps continuer à nous envoyer quelques exemplaires du Shotokan Liaison, nous pourrions continuer à rêver... merci d'avance, Bye !

Danny Desgagné

Vous pouvez me tutoyer...

Micky

**NOTE AUX RESPONSABLES
DES DOJOS**

Le 26 avril est la date anniversaire de la mort de Me Funakoshi.

Du temps où il était en France, Daniel avait proposé qu'à cette date, les dojos de FSK fassent, chacun de son côté, un entraînement spécial. Cette idée avait été acceptée à l'unanimité.

Quels sont les dojos qui ont perpétué cette tradition ? Je ne pense pas qu'il y en ait beaucoup. C'est pourtant, me semble-t-il une fort belle manière de marquer nos sources..

Micky