

FSK-LIAISONS

n° 60 - juin 2000

France Shotokan

Editorial

Page 2

Notes de Maître OHSHIMA

Page 3

Compétition nationale

Page 6

Entretien avec Jean-Michel Meyer

Page 6

Stage d'hiver à Wasserbourg

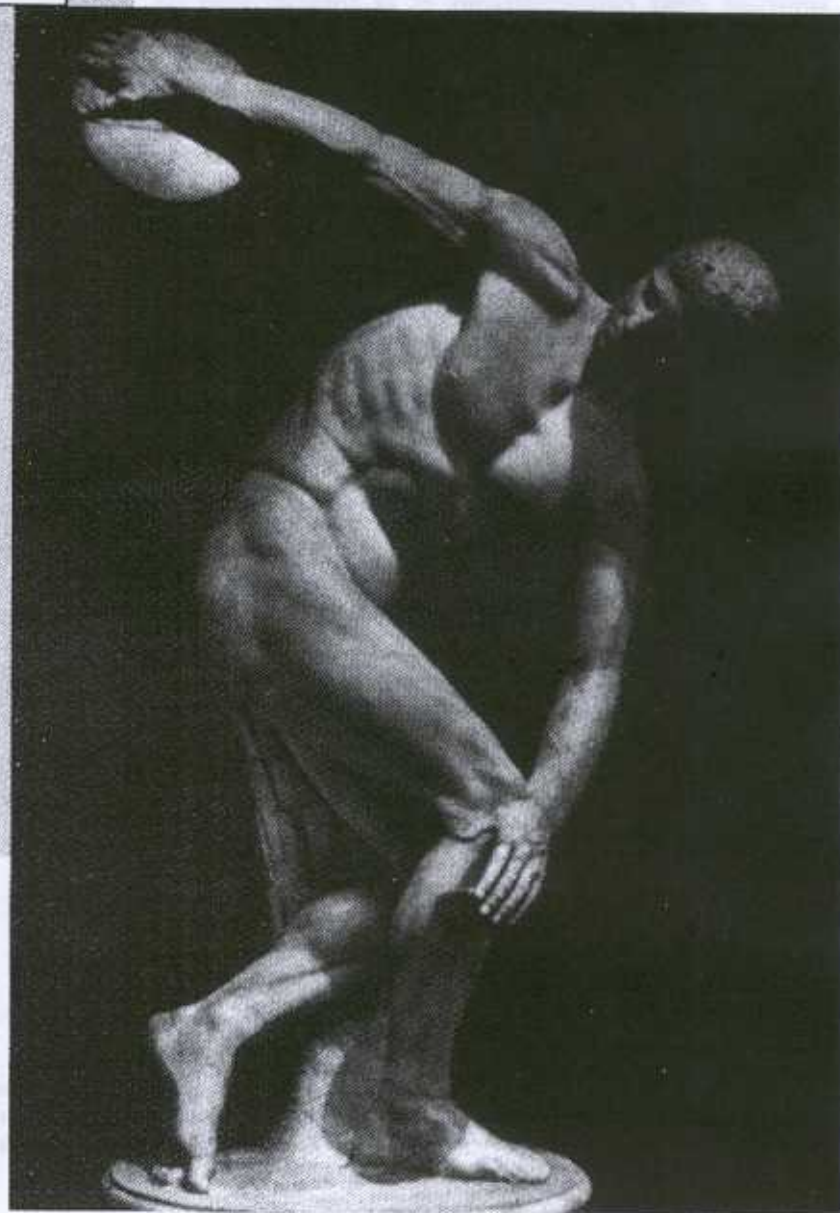
Page 7

Présenté au sandan à 61 ans

Page 8

Interview de Michel Asseraf

Page 8



EDITORIAL: QUELQUES RÉFLEXIONS À PROPOS DE L'ÉVOLUTION DE FRANCE SHOTOKAN.

Ce numéro de FSK-Liaisons évoque diverses facettes de notre entraînement dont les difficultés que nous rencontrons dans l'apprentissage et la transmission de notre pratique du karaté.

En guise d'introduction, je vous livre quelques chiffres caractérisant France Sbotokan:

- 1000 inscrits (chiffre en diminution depuis quelques années) dont
- 750 membres temporaires (ceintures marron et blanches),
- 250 membres permanents actifs (ceintures noires).
- 300 membres temporaires nous rejoignent chaque année tandis que 300 autres quittent l'association.
- 60 dojos.
- 37: C'est la moyenne d'âge du dernier passage de grades.
- 19: C'est la moyenne d'années d'entraînement au dernier passage sandan.

Que penser de tout cela?

Presque 20 ans d'entraînement pour atteindre le sandan est particulièrement long.

D'un côté, ce chiffre montre que notre entraînement est intéressant et bénéfique à la santé.

D'un autre côté, il met en évidence ce que tous les anciens savent, le fait que notre pratique est à envisager sur le long terme, ce que reflète aussi l'âge moyen et le grand nombre de ceintures noires.

Quant au renouvellement annuel de 300 juniors, fait-il ressortir une faiblesse de France sbotokan?

Malgré ou à cause d'une accessibilité aux loisirs augmentée, nos juniors nous quittent avant d'avoir compris quoique ce soit. Nous n'arrivons pas à transmettre suffisamment vite notre goût de la pratique du

N'oubliez pas que tout article, toute photo sont les bienvenus.

Vous pouvez m'adresser les textes par E-mail (JLveran@bplorraine.fr), ou par disquette PC ou MAC (format RTF, texte, photoshop), voire sur papier à l'adresse suivante: Jean-Louis VÉLAN 27, en Jurue 57000 METZ.

karaté.

Il faut y penser pour envisager d'éventuelles solutions, sans bien sûr et j'insiste vraiment sur ce point, dénaturer la pratique du karaté telle que nous l'a transmis Maître Obsbima.

Je vous laisse réfléchir et donne rendez-vous aux seniors au prochain stage des cadres.

Jean-Louis Véran



FRANCE SHOTOKAN

66, rue de Sèvres

75007 PARIS

01 45 66 07 71

<http://www.rmcnet.fr/fsk/>

Shihan

Tsutomu OHSIMA

Notes de Maître OHSIMA

SKA NEWSLETTER

OCTBRE-NOVEMBRE 1999

(Traduction de Renée Hug)

(Note du traducteur: Lorsque Me Ohshima parle de SKA, c'est-à-dire d'Amérique Shotokan, c'est parce qu'il s'adresse aux Américains, mais il faut bien comprendre que cela concerne toutes les autres Associations Shotokan qui dépendent de lui, comme France Shotokan)

Le Stage Spécial (1 ère partie)

Une des particularités d'Amérique Shotokan, c'est notre Stage Spécial. On ne peut pas apprendre le karaté uniquement en regardant des démonstrations. Le Stage Spécial est une façon de nous aider à pratiquer comme le firent les experts en arts martiaux durant de nombreux siècles.

Une autre particularité de SKA, c'est que nos passages de grades se font à la fin des Stages Spéciaux. Avant que nous ne nous soyons mis à faire les passages de grades à la fin des Stages Spéciaux, nous passions de nombreuses heures à discuter sur les candidats, les instructeurs recommandant fortement et subjectivement leurs propres juniors. Les résultats étaient très étranges. Ceux que l'on avait recommandés fortement et subjectivement abandonnaient souvent juste après avoir eut la ceinture noire. Et sans cesse nous avions ce genre de résultat. Je comprends que ce soit naturel pour les seniors et instructeurs directs de se sentir émotionnellement concernés par le résultat de leurs juniors, et qu'ils croient vraiment que leurs juniors ont un bon niveau et sont d'excellentes personnes. Les êtres humains sont très sensibles, et une de nos faiblesses, très naturelle, c'est de considérer ceux que nous connaissons de façon plus positive que ceux que nous ne connaissons pas. Mais en Stage Spécial, tout le monde peut reconnaître ceux qui se font face de façon stricte, forte et honnête. Ces gens-là font de bons Stages Spéciaux. Bien que nous ne soyons pas toujours comme cela, nous essayons tous, au Stage Spécial, d'être sincères et forts. Par conséquent, juste après le

Stage Spécial, le Passage de Grades devient tout à fait clair et juste. C'est un résultat inattendu, mais je pense que le Passage de Grades est devenu plus raisonnable, même s'il est toujours imparfait.

Au Passage de Grades, nous considérons la force physique et la force mentale du candidat, son niveau technique, son expérience, et d'autres facteurs. Cependant, juste après le Stage Spécial, notre niveau est bien meilleur qu'à l'ordinaire. Même si nous sommes épuisés physiquement, nous pouvons, pour la plupart, avoir un niveau bien meilleur, parce que notre mentalité, notre concentration, et même nos mouvements physiques sont beaucoup plus affinés et forts. Voilà une autre bonne raison d'avoir le Passage de Grades juste après le Stage Spécial.

Au Japon, les Stages Spéciaux durent 7 ou 10 jours. À SKA, après le cinquième jour, on serait susceptible d'avoir de nombreux accidents, de nombreuses blessures sérieuses et des gens malades, on évite donc cela autant que possible. On veut protéger le beau nez de chacun, mais il faut aussi éviter les blessures graves et les poursuites judiciaires. Au Japon, la plupart des Stages Spéciaux se passent dans les clubs de karaté des universités et des lycées. La plupart des participants ont à peu près le même âge, la même taille et le même poids; donc, même s'ils sont durs les uns avec les autres, les accidents graves sont rares. Mais aux Etats-unis les participants varient beaucoup plus en taille, poids et âge. Si, par exemple, un jeune costaud, immature, qui pratique depuis plusieurs années et qui a vraiment des coups de poing et de pied efficaces, attaque un débutant, de très petite taille, léger et inexpérimenté, il sera très facile d'avoir un accident sérieux. Par conséquent, pour éviter les blessures graves sans rien perdre de notre attitude sérieuse et sincère et de notre concentration, on a changé la durée des Stages Spéciaux à trois jours et demi.

Une autre conséquence de Stages Spéciaux plus longs serait que l'on perdrait beaucoup d'éléments importants. On ne pourrait pas se pousser autant, s'affronter mutuellement aussi fort, et se concentrer aussi bien du début à la fin. On maintient, malgré tout, l'atmosphère traditionnelle, sérieuse et sincère. On a accepté comme conditions de ne pas fumer, de ne pas

boire d'alcool, de ne pas prendre de drogue, de ne pas avoir de relations sexuelles, et de ne pas quitter le Stage Spécial sans l'autorisation du dirigeant. Ces conditions sont devenues les quelques règles que nous avons à Shotokan, et elles sont strictement appliquées à chaque Stage Spécial.

Nous ne demandons pas aux gens de quitter SKA parce qu'ils ont des opinions différentes. Généralement quelqu'un qui n'est pas d'accord avec nous se retirera de lui-même, et ne sera plus accepté. Il est rare que le Conseil des Ceintures Noires (avec mon accord) décide à l'unanimité de radier une ceinture noire et de ne plus jamais l'accepter. Mais si quelqu'un abandonne le Stage Spécial, il ne peut plus jamais revenir s'entraîner avec SKA. Ceci fait partie des conventions claires du Stage Spécial.

Le Stage Spécial au Japon est maintenant uniquement pour les jeunes, mais à Shotokan, même avec de grandes différences d'âge, on se retrouve tout de même ensemble. C'est une autre particularité de SKA dont je suis très fier. Malgré tout, il faut se rappeler que le Stage Spécial est essentiellement pour les débutants et les jeunes. Au Japon, le capitaine du club de karaté a d'habitude à peu près 21 ans, et les débutants ont environ de 16 à 20 ans. Le dirigeant n'a pas besoin d'être yodan, godan, ni même sandan. Ceux qui ont participé au Stage Spécial de 7 jours en 1998 avec le Club de Karaté de l'Université de Waseda se rappelleront que le dirigeant, un jeune qui s'appelle Mr Narieda, était un nidan. Bien que sa technique n'ait pas été très épurée, tout le monde fut très impressionné par son attitude mentale. Il s'est vraiment donné à fond. Un dirigeant doit participer avec tous et faire preuve d'une force, d'une honnêteté, et d'une rigueur particulières et d'un sens particulier des responsabilités. Il faut maintenir cette atmosphère et cette attitude dans le Stage Spécial.

Par suite de mes nombreuses expériences de Stage Spécial, j'ai fait quelques suggestions, dont certaines sont devenues des règles. L'une d'entre elles, c'est de ne pas envoyer des jeunes de moins de 16 ans à un Stage Spécial. Beaucoup de parents et de jeunes instructeurs s'occupant d'enfants pensent souvent que, parce qu'ils sont costauds, qu'ils s'entraînent dur et semblent bons techniquement, ils sont exceptionnels, et

que ce sont même des génies, bien qu'ils n'aient que 13 ou 14 ans. Ils me supplient alors de leur permettre d'aller au Stage Spécial. Je sais, par expérience, que la plupart de ces jeunes n'iront pas loin après le Stage Spécial. Beaucoup d'entre eux vont abandonner et ne reviendront plus jamais ou arrêteront de s'entraîner peu de temps après. Je suggère donc qu'on ne les lance pas dans un Stage Spécial avant qu'ils n'aient au moins 16 ans.

Autre chose que je n'encourage pas, c'est 2000 kibun, 1000 kata, ou un entraînement de 24 heures. Je ne le conseille pas à quiconque n'est pas ceinture noire. Certains, manquant de maturité, sont vraiment fiers d'augmenter le nombre de techniques qu'ils font, comme si c'était les Jeux Olympiques ou qu'ils essayaient de battre un record. Beaucoup de ceintures noires ont oublié combien ils pouvaient faire lorsqu'ils étaient ceintures blanches ou marron. Inconsciemment ils sont fiers de pouvoir faire maintenant 1000 kata et ils veulent montrer cela aux jeunes, et de ce fait ils les détruisent. Les dirigeants doivent être responsables et faire attention à ne pas détruire la jeune génération, physiquement et mentalement.

J'interdis aussi aux ceintures blanches et marron d'aller rendre visite à d'autres écoles pour leur lancer des défis ou autre chose de ce genre. Je conseille même aux shodans et nidans de ne pas y aller seuls, car ils pourraient être humiliés, trompés et blessés. Je demande donc à ceux qui veulent aller rendre visite à d'autres écoles de ne le faire qu'accompagnés d'un sandan ou de quelqu'un d'un rang supérieur qui a de bonnes manières et une attitude humble.

SKA NEWSLETTER DECEMBRE 1999 - JANVIER 2000

Le Stage Spécial (2ème partie)

En fait, qu'est-ce que nous essayons d'apprendre par un Stage Spécial? Nous voulons devenir des êtres humains forts, mais qu'est-ce que la force? Que signifie "fort"? Grâce à notre expérience du Stage Spécial où nous essayons de nous entraîner le plus durement possible au point de nous évanouir, grâce à notre étude du Budo (les arts martiaux), et avec notre mentalité, notre

ki, notre corps et les techniques qui ensemble ne font qu'un, nous essayons d'atteindre le niveau de nos seniors et des maîtres du passé.

Nous en sommes tellement loin, mais chacun d'entre nous doit découvrir sa propre capacité. Nous avons souvent une opinion très limitée de nous-mêmes, mais c'est une expérience importante d'essayer vraiment de voir ce dont on est réellement capable. Après leur premier stage spécial, beaucoup pensent: "Je ne pensais jamais pouvoir faire cela." Bien sûr qu'ils peuvent le faire. Nous avons une capacité beaucoup plus grande que notre compréhension. Certains d'entre nous réalisent qu'ils sont très lâches, très paresseux et très faibles. Nous devons éliminer tous ces éléments négatifs qui, à notre avis, sont notre vrai "moi". Tout le monde a de tels éléments, mais nous avons aussi de l'honnêteté, de la force et une très forte énergie. Par conséquent, pour rejeter nos faiblesses et encourager l'énergie positive, nous nous jetons dans le Stage Spécial, où nous découvrons que notre sensation devient plus grande et plus forte, et que notre force physique augmente, jusqu'à ce que nous devenions des êtres humains forts.

Pour devenir des êtres humains forts, nous devons toujours essayer de faire de notre mieux, mais qu'est-ce que cela veut dire, notre mieux? Tout le monde dit qu'il essaye de faire de son mieux, mais pour tout le monde le mieux c'est à un degré différent; aussi devons-nous essayer d'avoir un regard sérieux, honnête et strict pour regarder au plus profond de notre esprit. Être toujours strict avec soi-même, c'est la première condition. Ensuite nous devons être critiques. Nous devons toujours nous demander: "Est-ce que je suis assez strict?". Un jour, nous atteindrons ce haut niveau, où nous aurons ce grand cœur et des sentiments purs et chaleureux qui nous permettront de pardonner aux autres. Bien sûr, nous n'arrivons pas à faire cela dès le départ.

Plus tard, lorsque nous commençons à nous habituer au Stage Spécial, notre entraînement devient une seconde nature, et en quelques mouvements nous sommes dans l'entraînement. Nous sommes comme un poisson qui retourne dans l'eau, et le Stage Spécial est un endroit très agréable. Pour les anciens, ce sont

comme des retrouvailles. Ils se serrent la main, se serrent dans les bras l'un de l'autre. Il se peut que ceux qui ont fait 12 à 15 stages spéciaux passent par une période que j'appelle celle des "mauvaises manières". Certains se mettent à avoir une conduite très étrange. Le Stage Spécial pour eux n'est plus vraiment un gros blocage mental. Ils prennent plaisir à le faire et sont tellement heureux d'être là à pratiquer avec des copains. Leur entraînement semble bon pour leurs seniors, mais pour les juniors leur attitude semble très étrange, folle et stupide. Aussi ne vous conduisez pas stupidement devant les juniors, en particulier devant ceux qui viennent au Stage Spécial pour la première fois. Pensez à ce qu'ils peuvent ressentir en voyant leurs seniors rire et plaisanter, alors qu'eux ont tellement peur. Il faut faire très attention.

Ceux qui ont fait une vingtaine de Stage Spéciaux atteignent un autre niveau, où ils deviennent calmes, chaleureux et sont moins concernés par leur propre pratique. Ils ne font plus les malins, et sont plus attentifs aux autres, en particulier à ceux qui sont en mauvaise condition ou à ceux qui font leur premier Stage Spécial. Ce niveau est celui de la maturité. Plus tard, nous sommes comme les parents qui s'inquiètent de la vie de leurs enfants plus que de la leur. Au Stage Spécial nous commençons à comprendre l'importance de la génération suivante. Nous voulons, autant que possible, en faire des êtres humains forts, beaux et heureux. Mais, bien sûr, nous ne les gêtons pas en ne leur disant que des paroles gentilles. Au contraire, nos paroles à leur égard sont strictes et dures et ainsi ils se poussent davantage. D'autre part, nous ne dérangeons pas l'entraînement des jeunes. Nous restons à l'écart, à moins qu'ils ne fassent de grosses erreurs. Les petites erreurs, nous les laissons passer; ce sont de bonnes expériences dont ils apprendront quelque chose.

Sans une atmosphère stricte et sérieuse le Stage Spécial est un échec. Il ne faut pas oublier cela. Un Stage Spécial agréable et heureux n'est pas un Stage Spécial du tout. Un Stage Spécial, c'est comme si l'on tirait une voiture sur une pente raide. Il faut beaucoup de temps pour arriver en haut, mais si l'on ne fait pas de son mieux, on perdra vite le contrôle de la voiture

qui redescendra jusqu'au bas de la pente. J'espère que tout le monde apportera sa contribution avec la meilleure mentalité et la meilleure attitude pour maintenir cette tradition des arts martiaux qu'est le Stage Spécial.

COMPETITION NATIONALE 2000

La compétition nationale annuelle s'est déroulée le 2 Avril à Orléans. Chapeau aux dojos de Douarnenez, Larmor, Marseille, Bordeaux et Jassans qui sont venus de loin pour participer au tournoi. Ils étaient exactement 40 combattants venus de 14 dojos différents : 20 ceintures noires ainsi que 20 ceintures marron et blanches dont deux féminines. La veille, un mini stage de combat a donné l'occasion aux combattants d'affûter leurs techniques. Un stage d'arbitrage a clôturé ainsi cette première journée. Une soirée anti-stress organisée chez Victor Coelho a permis à tout le monde d'aborder la compétition du lendemain avec plus de décontraction.

Le dimanche a débuté par un cours dirigé par Marc Zerbat. La compétition a démarré à 10 heures pour se terminer à 17 heures. L'équipe arbitrale composée de Messieurs Szabo, Léoture, Zerbat, Abi Cbacra ainsi que du stagiaire Veran a officié sous l'œil vigilant de notre Président à vie, j'ai nommé Alain Gabrielli. L'atmosphère était excellente et nous n'avons à déplorer aucun accident et incident. Cette compétition servait à présélectionner les représentants de France Sbotokan au tournoi du Nissei Week cet été à Los Angeles. La commission de sélection a retenu 14 personnes. Deux stages seront organisés pour établir la liste finale des personnes représentant FSK cet été à LA. De nombreux jeunes se sont initiés au combat à cette occasion et se sont frottés aux vieux renards. Ils n'ont pas été ridicules, loin de là.

Catégorie CN

1er Sylvain Cretin (Jassans)
2ème Jean Claude Humbert (Marseille)
3ème Yves Degas (Paris-Londres)

Catégorie Kyu

1er Stéphane Santiago (Marseille)
2ème Lionel Aguilar (Port St Louis)
3ème Christophe Gialella (Champs s/ Marne)

Le nombre restreint des participantes à cette compétition nous interpelle, mais il n'est pas question de supprimer cette catégorie, et pour l'an prochain une responsable sera désignée pour donner de la vie à cette section qui en a tellement besoin. A l'avenir, comme l'a suggéré JL Veran, FSK compte organiser périodiquement un tournoi où seront invitées les organisations sœurs voisines. Ainsi la compétition nationale permettra de détecter les futurs représentants de FSK. Je tiens à remercier tous ceux qui ont fait le voyage pour participer à ce tournoi mais aussi ceux qui dans l'ombre ont œuvré pour que cet événement ait lieu tous les ans malgré certaines difficultés. Rendez-vous l'année prochaine. INCH ALLAH!

Elias Abi Cbacra

ENTRETIEN AVEC JEAN-MICHEL MEYER (yodan)

Je vous rapporte ici quelques éléments d'une discussion à bâtons rompus entre Jean-Michel et moi, entre deux et trois heures du matin, il y a quelques années déjà!

Jean-Louis: Que penses-tu de l'évolution des stages spéciaux depuis ton premier stage spécial en 1974?

Jean-Michel: Au début, ce n'était pas évident. Ce n'était pas dans l'esprit des gens. Ils s'y prenaient de manière maladroit, mais ils l'ont fait! Actuellement tu as un encadrement pléthorique pendant les stages. Les sandans et yodans prennent des groupes, apprennent progressivement à diriger et sont assistés par des ceintures noires.

Jean-Louis: c'est un bon moyen d'apprendre, non?

Jean-Michel: Il faut voir les choses à l'envers. Quand on a commencé avec Norbert SELUN, derrière lui il devait y avoir une ou deux ceintures marron et il fallait faire

*un stage spécial avec ça comme encadrement!
Est-ce que pour autant ces stages étaient moins bien?
Finalement, à ces stages spéciaux, ne se retrouvait-on
pas confronté à autant de difficultés que maintenant?
A mon avis, il y en avait peut-être même plus! Mais je ne
peux pas comparer un stage que je faisais ceinture
marron et maintenant*

*Jean-Louis: Quel est ton opinion sur l'origine de la sta-
bilité voire de la baisse des effectifs en juniors de
France Shotokan?*

*Jean-Michel: Historiquement l'investissement de Maître
OHSHIMA et des pionniers, joint à l'engouement géné-
ral, a été à la base d'une expansion exceptionnelle;
puis les dojos initiaux ont essaimé, d'autres ont rejoint
FSK; et maintenant?*

*D'un côté, certains clubs conservent des effectifs
importants. C'est que cela importe à leurs leaders, et
ils le font en visant certains publics (enfants, compéti-
tion, self-défense, ...). Nous sommes tous plus ou moins
conduits à le faire.*

*D'un autre côté, quand un débutant arrive au dojo, je
me demande s'il sera un maillon de la chaîne, si je
pourrais un jour partager avec lui ce que je goûte par-
ticulièrement dans mon entraînement, si nous progres-
serons ensemble; la pratique du karaté devient natu-
rellement plus sélective.*

*Et à la longue, il en restera peut-être un par an, un
noyau d'une poignée de personnes vraiment impli-
quées; mais c'est ce noyau dur d'anciens unis, qui a
une valeur irremplaçable.*

*Le problème est que c'est bien confortable pour les
jeunes ceintures noires et rebutant pour les débu-
tants...*

*Jean-Louis: il faut trouver un juste milieu entre la
démagogie et l'hyper-sélectif parce que si l'on ne fait
rien, il n'y en aura même pas un qui viendra! Alors, qui
restera? En fait, je pense que le meilleur recrutement se
fait parmi les amis. Petit à petit on arrive en première
ligne, c'est à nous de trouver ceux qui reprendront le
flambeau.*

*Jean-Michel: Sommes-nous "encore" en première ligne?
Jean-Louis Véran*

STAGE D'HIVER À WASSERBOURG.

*Je voudrais, sans prétention, vous raconter l'histoire
d'un stage technique d'hiver à Wasserbourg, en
décembre 1999.*

Responsables: Renée et Henri Hug.

*Une quarantaine de participants venant des dojos de
Colmar, Ribeauvillé, Strasbourg, Hirtzfelden, Mulhouse
et Hegenheim.*

*Le vendredi soir, entraînement dans un grand gymnase
(de la place pour tout le monde).*

*Thème principal: la jambe arrière forte, talon au
sol, pieds vers l'avant.*

Kata pour les juniors: Helan nidan

Kata pour les seniors: kwanku

Déjà les jambes lourdes...

Samedi matin, moins de place.

*Samedi après-midi, même thème principal, mêmes
katas.*

Les jambes encore plus lourdes...

Puis la nuit vint, saurait-elle nous surprendre?

*Un bon repas nous attendait, après des discussions
sur tous les sujets mais principalement sur le karaté,
quelques-uns avaient encore la force de tricher en
jouant aux cartes.*

*Dimanche matin, à l'ouverture des volets, la surprise
était là!!! 15 centimètres de neige recouvraient tout!!*

*Alors, certains anciens se rappelèrent que Henri
aimait nous faire courir dans la neige, les juniors n'y
croyaient pas, avaient peur, se voyaient déjà amputés
d'un pied, peut-être deux? On ne pouvait pas faire ça,
c'était inhumain.*

Les seniors souriaient, eux savaient.

*Puis vint l'heure de l'entraînement, si c'était Renée qui
nous commandait peut-être allait-on y échapper?*

C'était Henri!

Il souriait, il désigna Alain Oberdorf.

C'était son ouvrier, son lièvre, son testeur; j'ai toujours

vu, quand il y avait de la neige, Alain faire la trace, il faut dire qu'il a des pieds extraordinairement résistants.

Les jambes deviennent légères, légères, après quelques tours nous rentrâmes, il faisait chaud, les pieds rouges gonflèrent, devinrent brûlants.

Les juniors souriaient, ils l'avaient fait.

Un blocage avait sauté.

Merci Henri.

Gérald, SHODAN, HIRTZFELDEN

PRÉSENTÉ AU SANDAN À 61 ANS!

Nidan depuis 1992, je ronronnais tranquillement dans mon cocon lorsque au stage de Vichy 1998 je fus interpellé par Michel qui m'interrogea si je travaillais pour le sandan. A ma réponse négative, il me demanda si je me trouvais trop jeune!!! Même si je pensais fort courageusement que Michel serait très certainement en mer sur son bateau l'année suivante et que je pourrais donc échapper à l'épreuve, par acquis de conscience, et comme Kiki (M.Christine) se préparait, je fis de même. Nous voilà les dimanches matin à genoux sur les tapis AIE! Le travail de torité à genoux et debout se poursuivait avec plus ou moins de bonheur pour ma part. Comme nous avons d'excellents rapports avec l'est, nous avons débarqué chez Fifi (Philippe) le week-end avant Vichy - Merci Nadine pour ton accueil toujours aussi sympathique-, et en compagnie d'Ivan, nous avons effectué trois entraînements le samedi et un le dimanche matin dans le Dojo pavillonnaire de Philippe, pas spécialement du tourisme! Comme nous sommes tous des motards (même Kiki une fille!), nous avons été à une concentration de motos à côté de ZOULTZEREN (68) où nous avons eu le plaisir d'être rejoints par Renée et Henri. En fin d'après-midi retour sur notre Beaujolais.

Puis vient le stage de Vichy 1999, le moment tant redouté arrive, Michel

désigne les candidats au Sandan, OUF! Il ne me dit rien, si, il revient, AIE, en des termes fort choisis il me dit d'essayer! Je me sens un petit garçon (n'est-ce pas Jean-Louis?). Et c'est devant Maître OHSHIMA en plus. Je passe sur les épreuves, je me prépare à revenir l'année prochaine. Et à la proclamation des résultats lorsque j'entends mon nom je n'en reviens pas, sans compter que les applaudissements et les marques de sympathie de la part d'amies et de copains m'ont beaucoup ému, avec mon look de motard loubard plus mes t-shirts et autres inscriptions plus ou moins "provoc", je ne m'attendais pas à tout ça! Merci à tous, en particulier à Ivan, Philippe, M.Christine, sans oublier mes Seniors de Villefranche (69), mon Dojo d'origine. Par contre, le plus dur est à venir...

" Papy " Paul MICHEL LIERGUES (69)

INTERVIEW DE MICHEL ASSERAF

réalisée le 15-6-97 à Marseille

par Philippe Chomicki.

FSKL : Maître Ohshima dit que la tenue des stages spéciaux est une différence essentielle de notre école avec les autres. Est-ce que torité (dégagements) est une autre différence?

Michel Asseraf : Non, c'est quelque chose qui peut se pratiquer dans d'autres écoles, en particulier, toutes



huit.

les écoles d'aïkido font du torite. La seule différence sur laquelle il faut mettre l'accent, ce n'est pas spécialement les stades spéciaux mais ce sont les stades spéciaux qui amènent en partie à cela, par le travail, par l'ambiance qu'il y a, c'est l'état d'esprit d'un stade spécial. Il n'y a pas d'autre différence.

FSKL : Quelle est l'origine de torite ?

M.A. : Je n'en connais pas très bien l'origine. Torite est un travail pour essayer de comprendre et essayer de trouver des solutions à des saisies, mais l'origine, ce n'est pas une question à laquelle je peux répondre.

FSKL : En préparant ce dossier, j'ai été frappé par un élément que je n'avais jamais relevé jusque-là, c'est la dénomination dans "Karate-do Kyohan" de ce que l'on appelle habituellement torite. En effet, le chapitre décrivant ces techniques est appelé iaï. D'ailleurs la définition de iaï est explicite : " assauts qui commencent, les deux partenaires se faisant face à genoux ". Il y a peut-être quelque chose à comprendre dans cette terminologie par rapport à ce que l'on fait habituellement dans l'exercice iaï debout. Qu'en penses-tu ?

M.A. : Il y a une erreur. Il n'y a pas de différence entre les assauts debout ou assis.

Iaï, en règle générale, est effectué sur une attaque, sur quelque chose de précis, il n'y a pas de saisie. Iaï, c'est l'art de dégainer. On est en face, on dégaine, on coupe.

Torite sont des techniques qui permettent des dégagements de saisies.

FSKL : Apprendre à bouger librement les hanches, sans crispation au-dessus, sans compensation en dessous, est-ce le seul bénéfice des déplacements à genoux ?

M.A. : On parle de torite, on parle de déplacement de hanches, de hanches fortes. OK, c'est vrai que le déplacement à genoux permet de comprendre mécaniquement et de comprendre physiquement le travail des hanches mais l'élément essentiel qui fait que les hanches sont fortes ou pas, c'est la mentalité de la personne. C'est cette mentalité qui fait que les hanches peuvent se déplacer de manière forte. " On reconnaît le courage de quelqu'un au mouvement de ses hanches "

(citation de M° Obsbima), ça veut dire quelque chose.

FSKL : Quels sont les points essentiels de torite ?

M.A. : La tranquillité. La personne qui est saisie ne doit pas se crispier, ne doit pas courir, elle doit voir calmement la situation en face, l'analyser.

Quand je parle d'analyse, ce n'est pas une analyse intellectuelle où l'on doit vérifier "il est comme ceci, comme cela ...".

C'est le corps qui analyse inconsciemment l'ensemble de la situation, et réagit de façon adaptée pour appliquer le dégagement. Tout cela doit se faire très rapidement

Pour arriver à cet état, la seule chose qui existe, c'est la répétition, le travail. C'est-à-dire travailler jusqu'à ce que ça devienne une seconde nature.

Tranquillité, analyse, ce n'est pas dans la tête, ce n'est pas simplement intellectuel.

FSKL : Comment aborder l'étude de torite ?

M.A. : De la même manière qu'on aborde l'étude de l'entraînement traditionnel ! (rires). On pratique, tranquillement, doucement puis plus rapidement, c'est tout ! Il n'y a pas de manière particulière d'aborder la pratique de torite. Je ne comprends pas la question.

FSKL : Sous forme de kibon, travail à genoux...

M.A. : Il faut bien se dire une chose, c'est que le torite rentre dans la pratique de quelqu'un quand il a déjà atteint un certain niveau. Donc, c'est juste une continuité mais c'est la même que pour toutes les pratiques qui sont nouvelles. C'est-à-dire qu'au début, on a besoin de voir la forme, ensuite de la travailler techniquement, ensuite d'essayer de la mettre en application et ensuite de la répéter pour qu'elle soit intégrée. Voilà, ce sont les étapes, étapes qui ne sont pas spécialement dues à torite, mais à l'entraînement en général que ce soient des kibon quand on est débutant ou torite ou iaï ou quoi que ce soit.

FSKL : Y a-t-il un grade minimal pour étudier torite ?

M.A. : Habituellement, on commence à faire travailler torite aux nidans pour les préparer et pour qu'ils soient mûrs lors de leur passage de grade puisque

c'est ce qui est demandé au sandan. En fait, il faut avoir un minimum de technique pour pouvoir travailler torite, et ces techniques, il y a des gens qui peuvent les avoir en étant shodan. C'est sûr que tu ne peux pas demander à un débutant de commencer à faire torite mais on peut faire et l'on devrait faire travailler torite même aux ceintures blanches de manière à les préparer. On doit donner tous les éléments possibles à tout le monde, rapidement, pour que si on trouve un élément qui corresponde à sa mentalité, on puisse le travailler et le développer.

FSKL : Le travail à genoux par exemple ?

M.A. : Le travail à genoux, le travail de saisie, tout. Il n'y a rien à cacher de particulier.

En fait, l'entraînement, ne doit pas être un secret, le seul secret que l'on doit faire face à quelqu'un, c'est juste pour le faire salver. Il y a des gens qui ont besoin qu'on dise "OK, tu n'as pas le niveau, tu peux attendre" et l'on cache les choses, juste pour lui donner envie comme à un petit enfant. On lui donne envie de faire parce que c'est interdit, parce que c'est caché.

Mais pour un adulte débutant qui est bien dans sa tête, il n'y a pas de problème, il n'y a rien à cacher, on lui montre des techniques. L'entraînement traditionnel est fait en cours. S'il est dans un cours et bien il suit le cours. Par contre s'il décide de faire dans son entraînement personnel telle partie ou telle autre, c'est sa vie. S'il perd du temps, tant pis pour lui, peut-être aussi qu'il ne perdra pas de temps, peut-être qu'il va trouver le bon truc.

FSKL : Quelqu'un ayant des problèmes de genoux, ne pouvant garder la position à genoux et se déplacer à genoux peut-il malgré tout espérer comprendre torite ? Iaï ?

M.A. : Tu me poses le problème de quelqu'un handicapé. On va essayer de parler des handicapés en général, pas spécialement pour torite et les genoux.

Etre handicapé, cela veut dire être amputé d'une capacité. Peut-être que certaines personnes handicapées ne peuvent pas comprendre certaines choses à cause de leur handicap. Mais peut-être que malgré leur handicap, elles feront avec et passeront au-dessus. C'est à

chaque individu de répondre à cette question. Ce que je peux dire, c'est qu'effectivement quelqu'un qui est aveugle ne verra jamais avec ses yeux.

FSKL : Quand et comment as-tu abordé torite ?

M.A. : Quand ? Tout le temps ! C'est pour cela que je dis que je ne vois pas pourquoi il y aurait des barrières pour un débutant ou pour un ancien pour faire torite. Tout le temps, depuis que j'ai commencé à pratiquer. Je n'ai pas démarré juste avec du karate. J'ai démarré avec des copains, on faisait les chiffonniers, on s'attrapait par les kimonos. C'est aussi du torite. Alors la pratique, elle s'est faite doucement, te dire exactement quand ? Je sais que j'ai fait une démonstration de torite pour mon passage de sandan, comme tout le monde. Cela doit remonter aux années 70-72. Maintenant, depuis quand ? Depuis que je pratique.

FSKL : Y a-t-il une continuité dans l'école au fil des ans ou une évolution et laquelle ? Toujours par rapport à torite.

M.A. : Elle existe obligatoirement, en fonction de ton niveau, de ton travail, en fonction de ta compréhension, elle existe tout au long de ta vie.

FSKL : Cela, c'est individuellement mais plus particulièrement pour France Shotokan ?

M.A. : Oui, elle a un petit peu évolué depuis les débuts de France Shotokan. Effectivement, ce n'était pas maîtrisé. Très peu de personnes pratiquaient. Ce n'était pas organisé correctement parce que c'était les débuts. C'était le début d'une organisation, c'étaient le début d'un travail. Puis progressivement ça s'est mis en place de manière plus concrète, on a pu comprendre ce qui se faisait avec Maître Ohshima par rapport à torite. Le point important, c'est ce qu'on trouve à travers torite, l'essence de torite. Cela nécessite du travail, cela nécessite du temps et ce n'est qu'en cela qu'il y a évolution.

FSKL : Dans la partie intrinsèque et formelle de torite est-ce qu'il est nécessaire qu'il y ait une évolution ?

M.A. : Cette partie formelle, qu'elle évolue ou qu'elle n'évolue pas, je ne sais pas si c'est le point important. C'est comme si tu me disais: "est-ce que c'est

nécessaire de changer oï-tsuki?" Peut-être que ça l'est de manière individuelle parce que des gens auront une compréhension différente du tsuki mais on n'a pas besoin de changer oï-tsuki. Je pense que la forme qui a été donnée par M° Obshima est suffisamment correcte pour continuer cette forme-là pendant longtemps.

Peut-être qu'il va y avoir un génie qui va tomber du ciel et qui va changer quelque chose mais on n'en est pas là pour le moment.

FSKL : La question était peut-être plus, est-ce que toi, au niveau des passages de grade...

M.A. : Ah, est-ce que je ressens une évolution dans torite ?

FSKL : Oui, c'est cela.

M.A. : C'est ce que je te disais tout-à-l'heure. Ma compréhension n'était pas complète. Pour moi, ce n'est pas une évolution, c'est juste une mise en place de quelque chose.

L'évolution de torite, c'est transcender torite, aller plus loin et commencer à faire changer torite. Mais torite c'est torite!

Par contre torite par rapport à quelqu'un ou à une association, par rapport à un groupe, c'est vrai que ça peut changer mais torite n'a pas changé. C'est la manière de le pratiquer qui a changé parce que c'était mal compris.

FSKL : Y a-t-il des éléments que tu voudrais ajouter par rapport à torite ?

M.A. : Non, mais je n'ai pas grand-chose à dire par rapport à torite, par rapport au karate (rires). Je n'ai pas grand-chose à dire parce que la seule chose que je sais est qui est importante, c'est de pratiquer. C'est tout. Que dire de plus ? Je sais que ces derniers temps, je ressens quand même une lassitude de la part des jeunes dans l'engouement pour le karate ou pour les arts martiaux en général. C'est quelque chose que, d'un côté je ne comprends pas très bien mais que je comprends aussi d'un autre côté, parce que le fait d'avoir une vie un peu plus facile techniquement, physiquement, fait que l'on s'éloigne un peu de son propre corps et à partir de ce moment-là, on s'éloigne aussi des pra-

tiques un peu primaires comme le karate au niveau de la compréhension de soi. Mais je ne détache pas torite du kibon, c'est un ensemble pour moi.

Le karate, c'est le karate, ça commence avec l'apprentissage de gedan barai et puis ça se termine, je ne sais pas quand, parce que je n'ai pas encore terminé... Je l'espère !



Fumikomi, c'est vache!

INFORMATIONS

PASSAGE DE GRADES VICHY JUIN 2000

SHODAN

AVOINE Magali

BENHAMOU Maurice

BOUDIER Paul-Anthony

CABESSA Yardená

CERISOLA Henri

CHASTRE Gilbert

COITE Isabelle

La Glacerie

Marseille Mikado

Jassans Riottier

Masseran

Marseille Poing Chaud

Marseille Bassai

Quimperlé

DERY-ROSOT Béatrice

GARCIA Alexandre

MAURER Blandine

PEIGNE Nathalie

SEMBACH Dominique

SLIMANI Djamel

Quimperlé

Paris Vaugirard

Tourlaville

Orléans (Ducros)

Colmar

Port Saint Louis

NIDAN

AQUINO Lionel

BEROT Christian

DELILE Olivier

FREY Didier

Tourlaville

Octeville

Larmor Plage

Orléans-La-Source

OBERDORF Alain

PUIGCERVER Marc

RICHARD Maryannick

STRABONI Daniel

Hirtzfelden

Eysines

Quimperlé

Port Saint Louis

SANDAN

JOURDREIN Denis

Quimperlé

douze