

FSK-LIAISONS

n° 68 - Octobre 2003

France Shotokan

Sommaire

Gilbert	p.2
Interview de Jacques Dupré (suite et fin)	p.3
Chronique d'une compét' annoncée	p.5
ABCdaire	p.6
Affiliation à la FFKAMA	p.8
Stage d'été	p.11



GILBERT

Suite au décès de Gilbert Chastre survenu durant le stage de Vichy 2003, je tenais à écrire ces quelques lignes.

Né à Marseille en 1942, Gilbert était dans sa vie professionnelle commandant de Gendarmerie. Très versé dans le domaine géopolitique, il n'en n'était pas moins grand spécialiste des champignons et de la nature en général. Son amour des animaux l'avait poussé à acquérir une magnifique chienne.

Il avait commencé la pratique du Karaté en 1961, mais il avait arrêté pour diverses raisons durant plusieurs années. Il avait repris l'entraînement avec nous et au fil des mois nous étions devenus un peu sa famille.

Gilbert avait à coeur de s'occuper des plus jeunes, tout fier de leur transmettre un peu de son savoir.

Obstiné et travailleur, il avait réussi le tour de force de passer son Shodan à 58 ans.

En de tels instants, les mots sont bien pauvres et seul le langage du coeur demeure. Parfois la présence de la mort est là pour nous sortir du superficiel et nous ramener à l'essentiel. Je pense qu'il faut prendre cette expérience douloureuse pour une leçon de vie et qu'elle fait partie de l'aventure un peu folle entamée il y a bientôt 40 ans par une poignée de pratiquants qui ont su transmettre un esprit de groupe puissant et généreux.

Je tiens à remercier tous les gens qui m'ont fait

deux

part de leur sympathie ainsi que les stagiaires de Vichy pour leur générosité spontanée.

Merci à tous et rendez vous au stage national de Vichy 2004.

Jean-Claude Humbert



FRANCE SHOTOKAN

66, rue de Sèvres

75007 PARIS

01 45 66 07 71

<http://www.franceshotokan.com/>

Shihan

Tsutomu OHSIMA

INTERVIEW DE JACQUES DUPRÉ (suite et fin)

Tu enseignes maintenant le Tai chi, comment es-tu arrivé à cet art?

Les ennuis de santé m'ont amené à chercher à pratiquer de façon plus souple et parmi toutes les techniques dont j'avais tâté, le Tai chi m'a paru correspondre à ce que je recherchais. En effet tout le monde peut le pratiquer, quel que soit son état de santé.

C'est aussi ce qu'on dit du karaté dans notre école..

Ca serait vrai du karaté si on le pratiquait individuellement mais l'effet de groupe fait que l'on va facilement au-delà de ses possibilités physiques et que l'on arrive à se blesser, voire à se détruire. J'ai connu quelqu'un dont le cœur était plus gros que solide et qui a dû s'arrêter car il ne pouvait pas se résoudre à faire doucement.

Revenons au tai chi.

Le tai chi permet de continuer à se bouger sans se détruire.

Et j'ai découvert, malheureusement tardivement, que le tai chi était l'autre côté du karaté, son côté pile, mais qu'ils étaient indissociables. Le tai chi est le côté yin et le karaté est le côté yang. On ne travaille que le yang mais un bon équilibre demande à ce qu'on étudie aussi le yin. Les progrès de l'un améliorent l'autre et vice versa.

Quand on travaille le yin on n'a pas l'impression de faire du karaté et beaucoup pensent à tort qu'ils perdent leur temps.

Comme un cycliste qui penserait qu'il perd son temps quand il est en train de manger car ce n'est pas du vélo. Le tai chi est totalement complémentaire de toutes les techniques yang et les Chinois l'ont beaucoup mieux compris que les Japonais. Eux ont conservé les deux côtés, pratiquant tantôt l'un tantôt l'autre selon son âge, sa forme ou son plaisir, sans que ce soit déshonorant. Pour les Japonais le yin n'est pas assez viril.

En pratiquant le tai chi on fait les mouvements lentement en décomposant et on peut voir tous les rouages qui sont mal positionnés, on analyse et on décortique. En technique yang on va trop vite pour tout ça.

Malheureusement beaucoup de pratiquants de karaté ne prennent pas le temps de faire de tai chi en pensant y



perdre leur temps mais c'est de la paresse. Tout le monde dit "je ferai ça plus tard quand je serai vieux", mais plus tard il est trop tard. Associer yin et yang permet d'en tirer le maximum de bénéfices, de savoir quand il faut forcer ou ne pas forcer, en connaissant mieux son corps. A la limite cela permet de forcer encore plus en karaté et de faire encore plus fort. J'ai aussi appris ça avec la technique albarracín..

En effet quand on s'enferme dans une technique avec ses grandes ceintures on peut être choqué de ne pouvoir réaliser des choses très simples que des néophytes font facilement. On est bloqué et on n'ose plus tenter de faire autre chose de nouveau de peur d'être ridiculisé en échouant. On a l'impression d'être ceinture noire dans tous les domaines !

Alors qu'on est toute sa vie le maître de quelqu'un mais aussi l'élève de quelqu'un. Si on veut toujours être le maître on végète, entouré de sa cour d'admirateurs.

Dans la technique albarracin tout le monde était ceinture blanche, pas de hiérarchie, tout le monde sur un même pied. En stage pendant le sambon on commence par regarder la couleur de la ceinture qui est en face et on change son esprit en fonction. Alors qu'on devrait, selon l'esprit zen être neuf à chaque fois. On est toujours débutant. Même M.Oshima fait référence à quelqu'un qui est certes mort mais plus haut que lui.

KARATE ET BONNE SANTE comment s'entraîner sans se blesser?

C'est difficile d'éviter les tendinites et les bobos divers. On peut essayer en faisant des groupes avec des niveaux différents. Ce qui évite que les débutants essayent à tout prix de copier les plus anciens. Il faut respecter une progression. Par exemple pour sambon, les ceintures blanches attaquent d'abord hors distance puis à la fin de la séance ils se mettent à distance pendant quelques échanges. Puis il y a contact mais contrôlé, avec toujours à la fin quelques échanges non contrôlés. Il faut toujours respecter une progression et éviter comme dit et répète M.Oshima de se blesser, et d'éviter de blesser son adversaire, on en a besoin pour s'entraîner.

Mais on se blesse aussi en kihon par la répétition de mouvements incorrects ou trop brutaux ?

Il faudrait faire ces mouvements de façon plus technique et plus lente pour éviter les stops brutaux que l'on inflige aux articulations. et libérer l'énergie sur des sacs ou des makiharas. Les mouvements dans le vide peuvent être dangereux pour les membres

C'est pourtant bien comme ça qu'on s'entraîne ! ?

Oui c'est une contradiction du karaté. Le karaté n'est que contradictions.

Le zazen par exemple n'est peut être pas idéal pour la circulation du sang ?

Les moines zens le pratiquent avec un petit coussin qui sur-

élève et permet la circulation dans les jambes

Les anciens doivent- ils continuer à aller aux stages spéciaux s'ils ne peuvent se donner à fond?

Ils doivent continuer à y aller pour encourager les juniors par leur présence et en les encadrant mais pas en faisant les mouvements forts pour stimuler les juniors.

QUELQUES QUESTIONS EN VRAC

Comment travailler son dos ?

C'est un travail personnel, d'élimination progressive des défauts et par l'expérience un jour on est en place. Je suis bien placé pour savoir que c'est long et difficile, j'ai reçu nombre de claques sur mes épaules trop hautes ou mes omoplates sorties pendant des années et des années et un jour en attendant le bus j'ai senti mes épaules descendre et se mettre en place. Ce n'est pas une progression continue mais par paliers

Comment travailler la stabilité ?

C'est aussi un travail personnel sur lequel insistaient beaucoup Egami et Harada. Il faut travailler le statique mais ne pas s'arrêter là et travailler la stabilité en déplacement. Un bon exercice pour ça est le tenokata

QUESTION DE PEDAGOGIE : L'entraînement doit il être dur ?

Oui il faut faire dur et ne pas se laisser ramollir par l'âge. Il ne faut pas que l'entraînement pâtisse de l'âge des professeurs. Il faudrait pouvoir adopter le système japonais où M.Funakoshi était présent pour des conseils techniques ou une explication, bien qu'à l'époque on n'en donnait pas beaucoup, mais laissait diriger l'entraînement par un plus jeune élève, M.Oshima par exemple. En vieillissant on devient trop paternaliste, trop gentil et on perd du dynamisme

Pour en revenir aux débuts du karaté (français) nous pensions devoir tous imposer à nos élèves des rythmes insensés ! Le passage de M.Oshima nous galvanisait et nous revenions au dojo déchaînés ! Les entraînements étaient vraiment durs à l'époque mais probablement trop, je m'en suis rendu compte qu'après bien des blessures et de

abandonons .

Parmi les choses qui ont dégénéré on peut remarquer les explications. A l'époque on considérait que le karaté était du zen donc ne pouvait pas s'exprimer par la parole mais uniquement par le mouvement. D'autre part pendant les interruptions on gardait la même position de kihon, par exemple, on restait en zenkutsu tout le temps de la correction sans bouger ni parler. Maintenant il y a du relâchement pendant les explications et une cassure dans la tension mentale. Quand M.Ohshima nous ramenait autour de lui pour des explications tout le monde se mettait en zazen et restait concentré dans sa discipline martiale du début à la fin de l'entraînement .

Les sambon kumité en club doivent-ils être pratiqués à fond?

L'entraînement ne peut pas être dur tout le temps. Il faut tenir compte des grades et des gabarits différents. Donc on fait d'abord des allers retours en contrôlant, mais pour garder un esprit martial il est bon à la fin de la séance de sambon, en mettant des protections et c'est nécessaire, que les partenaires puissent faire quelques allers retour en lâchant les coups.

Un mouton peut-il devenir un tigre par l'entraînement?

Oui, le meilleur exemple est celui d'Harada dont on a parlé. Mais j'ai connu des élèves qui sont devenus des vrais combattants, dont un qui fut un pionnier du GIGN et un autre qui fit partie du RAID.

UN MESSAGE POUR NOS LECTEURS

Travaillez et entraînez vous.

Propos recueillis par André Rihouay
Dojo de Champs sur Marne

CHRONIQUE D'UNE COMPET' ANNONCÉE

Ca a discuté un petit peu dans les vestiaires, avant.

Et qu'est-ce qu'on risque ? Et qui va venir ? Et est-ce que je saurai faire ? Et par rapport aux kumite de d'habitude, c'est quoi la différence ? Et on a droit à quoi ? (Comme si on allait sortir des trucs interdits, alors qu'une fois sur le tatami je me suis rappelée spontanément d'un coup de poing et peut être, à la limite, un coup de pied !)

Et puis poussées un peu par la curiosité, un peu par la seule d'entre nous qui avait déjà goûté aux gants, un peu par le fait que ça se faisait à la maison et que c'était l'occasion ou jamais, nous nous sommes décidées à porter le drapeau de nos dojos marseillais.

Alors à côté des questions diverses et variées, il y a eu les petites préparations rituelles : l'achat du protège dents, le prêt des protections entre filles, les "révisions" d'enchaînements et de kata. Et puis le matin même, un entraînement allégé, ce qui n'arrive pas si souvent, et les dernières recommandations de ponctualité pour la fin d'après midi.

18h échauffement en commun.

Joël et Jean Claude nous l'ont bien expliqué, merci à eux. Une compétition, c'est un exercice de plus dans notre pratique. Ces quelques mots m'ont permis de replacer le moment dans la dimension qui est la sienne : comme à chaque fois au dojo, on vient avec ce qu'on a et on essaie de donner le meilleur, pour quel que soit le résultat repartir satisfaites d'avoir fait le maximum.

Après l'échauffement, il y a eu la compétition des garçons par équipe, avant que ce soit notre tour : première compétition pour quelques marseillaises, ce week end du 23 et 24 novembre 2002. Un volet individuel, pour l'instant, les équipes se retrouvent la prochaine fois.

Et quand les copines nous auront rejointes, l'année prochaine j'espère, elle découvriront peut être qu'une compétition c'est un exercice profitable. Peut être que, comme pour moi, ce qui leur pose des problèmes au quotidien leur en

posera de la même façon ce jour là. Peut être qu'elles prendront elles aussi une fois de plus conscience de l'étroitesse de leurs moyens, mais après tout si on vient régulièrement pratiquer c'est aussi pour élargir le champ des possibilités, non ? Et puis peut être que la compétition leur permettra de mettre en avant leurs qualités d'initiative et de s'exprimer plus librement. Et peut être même que ça leur plaira beaucoup et qu'elles rêveront de recommencer !

Pour moi qui pratique depuis 18 mois à peine, cette compétition a été un exercice d'humilité, un de plus. Je ne sais pas si j'ai "l'esprit de compétition" je ne suis sentie handicapée par la sensation de techniquement mal faire. La route est encore longue pour oublier de penser. Mais peut être qu'il faut dans ce domaine là comme dans les autres suivre un précepte que Michel Asseraf a formulé à l'occasion de l'un des 2 seuls stages techniques où je l'ai vu à l'œuvre, qui a marqué la débutante que je suis et que j'essaie de retraduire de mémoire : "Si vous ne savez pas ou si vous doutez, faites complètement confiance, jusqu'au bout, et une fois que vous serez au bout, vous pourrez vous poser la question de savoir si c'était bon ou pas".

Un grand merci à Jean Claude Humbert et à tous ceux qui ont contribué à ce que ce week end se passe bien.

Marie Couillet
Marseille



ABÉCÉDAIRE

Chers amis,

Cela fait maintenant plus de 17 ans que j'ai la joie de partager avec vous la pratique du Karaté sous la conduite de Maître Ohshima. Ne sachant pas trop comment évoquer avec vous cette, oh combien, petite expérience j'ai eu l'idée de cet abécédaire.

A : Asseraf, Michel. Mon premier contact : Baerenthal 987, d'abord une voix extraordinaire, chaude, franche qui stimule, encourage, persuade que l'on peut faire mieux. Il personifie la Passion du Karaté.

B : Baerenthal : Mon premier stage spécial, puis d'autres avec son temps de Toussaint, ses footings parfois gelés, ses gars de Marseille, de Bergerac ou de Brest voire Cherbourg qui viennent goûter aux frimas alsaco-lorrains.

C : Coups de poing ou de pied : expérience très difficile lorsque on n'en a jamais distribué.

D : Dreyfus Jean-Michel. Il m'a amené à cette pratique qu'il en soit remercié.

Descendez !! terrible injonction qui nous prend toujours en défaut, car nous ne sommes jamais assez bas...

E : Entraînement : après des journées de 10 heures ou comme alternative à une soirée moins "physique", l'hésitation s'insinue plus d'une fois...

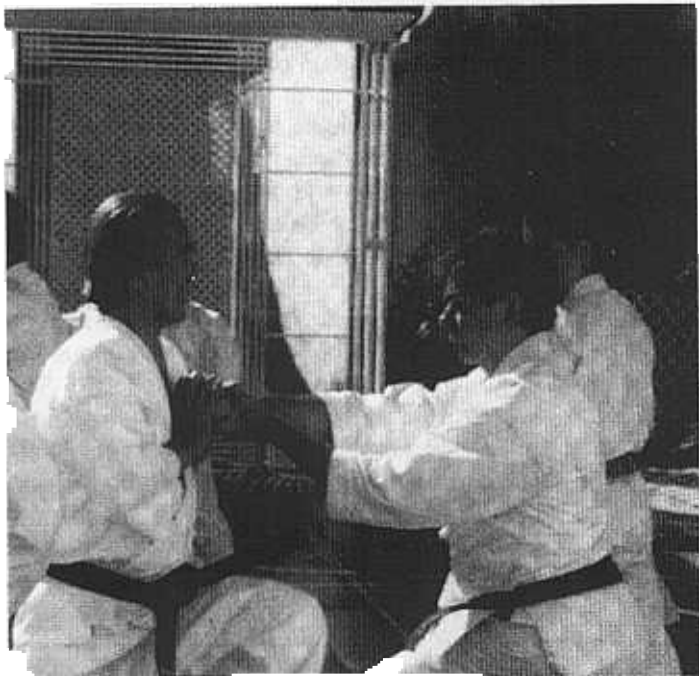
Travail, travail, travail... L'extraordinaire est qu'on ne le regrette jamais ; on n'en sort pas toujours content, mais souvent soulagé, parfois littéralement euphorique.

F : Fatigue : du corps en général mais également des articulations, avec l'âge...

Filles : Elles ne sont pas nombreuses mais quel courage pour mener de front les entraînements et le reste avec entre autre des grossesses qui imposent de longues interruptions...

G : Gyakuzuki : qui dit gyakuzuki, dit Avion ; exercice redouté mais qui nous le savons tous nous fait le plus grand bien !!

H : Hasard : rien n'est laissé au hasard , il n'y a pas de



DETAIL !!!!!

I : Investissement :c'est une pratique pas chère...un à trois kimonos qui font au moins dix ans de bons et loyaux services, pas de chaussures, quelques sparadraps...

J : Jean-Louis (Veran) un parmi les très grands animateurs de France shotokan (je ne saurais les nommer tous, ce qui rend leur travail encore plus admirable), comme les autres, toujours disponible, compréhensif et patient au regard des montagnes de difficultés qui se présentent devant nous au fur et à mesure de notre progression

K : Karaté : après des années d'entraînement je ne sais toujours pas ce que cela signifie exactement pour moi .Je ne sais pas si je suis plus " fort " ou si j'ai moins peur (je l'avoue j'ai toujours été peureux); Comme je ne sais pas ce que je serais sans le Karaté. En tout cas, il a été un com-

pagnon de route dans certains passages difficiles de mon existence, en particulier professionnelle.

Kata : dernière phase de l'entraînement, dernier entraînement du stage spécial c'est un moment toujours privilégié dont on regrette souvent la fin; Il m'est arrivé de ressentir une véritable sensation de plénitude et d'euphorie au terme de cet exercice.

L : Liberté : une des caractéristiques de France-Shotokan est la liberté totale des différents adhérents à pratiquer selon leurs disponibilités ; avec un accueil toujours chaleureux même après des années d'absence.

M : Mentalité :Terme difficile à comprendre surtout quand il s'agit de la placer derrière son adversaire et si celui-ci est bâti sur le modèle "Jean-Pierre", c'est-à-dire 1m96 et 120 kg (à la dernière pesée)

N : Nippon, ni mauvais (excusez mais c'est plus fort que moi).

O :Ohshima Tsutomu : En égoïste que nous sommes nous souhaitons bien sûr qu'il soit immortel, peut-être serons-nous exaucés.

P : Passage de grade : spécialiste du recalage je peux en parler plus librement encore... L'épreuve reste cependant difficile quelle que soit le niveau de confiance, de préparation, de motivation

Q : Qualité : de notre travail, de notre pratique basée sur le réalisme et l'efficacité. Mais aussi Qualité de nos cadres qui, malgré les difficultés liées au bénévolat, assument sans compter leur responsabilité avec rigueur et justesse.

R : Rapidité et lenteur deux notions que nous avons du mal à dissocier et à concilier car il ne faut pas confondre précipitation et retard au démarrage...

S : Selun Norbert : une passion pédagogique sans faille (pour me/nous répéter pendant des années les mêmes principes avec le même enthousiasme) doublée d'une rigueur extrême dictée par son adhésion au message de Maître Ohshima. Merci pour tout ce que tu nous donnes

sept

depuis toutes ces années.

Stage spécial : un seul commentaire : on redoute le moment où l'on ne pourra plus participer à cette fête où le temps est suspendu, ralenti, rempli d'énergie avec à chaque fois un nouveau départ dans la pratique mais également dans la vie.

T : Ten no mon ou encore " portes du paradis " : cela peut vous hanter pendant les trois premiers jours d'un stage spécial, plus que les combats ; et ça ne marche pas assez souvent pour pouvoir prendre du recul : Travail, travail, travail...

U : Unir dans le même idéal des personnes aussi différentes venant de toutes les couches de notre société sans discrimination sociale, intellectuelle ou physique mérite d'être souligné.

V : Vichy : après la rénovation des bâtiments il ne reste plus qu'à revoir la diététique, le stage national deviendra alors un vrai plaisir.

W : Waseda University le berceau étudiantin de Maître Ohshima.

Wasserbourg : université loco-régionale de karaté, Hug, j'ai parlé !...

X : Xénophobie, racisme et autre ostracisme n'ont pas de place à FSK et c'est probablement une des plus belles facettes de cette association.

Y : Yoko geri kekomi : on a l'impression que l'on n'y arrivera jamais...

Z : Zéro à l'infini : telle est l'échelle de nos niveaux d'entraînement et de ... compréhension de notre pratique favorite et oh combien exigeante.

Ce rapide tour d'horizon n'est bien sûr pas exhaustif. Merci encore à tous les membres et partenaires de FSK pour tous ces bons moments. A bientôt.

Jean-Marie Feger Strasbourg

AFFILIATION À LA FFKAMA

Depuis le dernier stage Spécial de Vichy, France Shotokan s'est engagé activement dans un processus d'affiliation à la FFKAMA.

En quoi cela consiste-t-il, quelles sont les raisons de cette décision, quelles sont les enjeux, quelles sont les conditions dans lesquelles cela va se passer, et qu'est ce qui va changer à France Shotokan? Voici un certain nombre de questions auxquelles je me propose de répondre ici.

Tout d'abord, commençons par un petit retour en arrière, pour comprendre la situation dans laquelle nous nous trouvons aujourd'hui.

En 1962, Maître Ohshima jette les fondements de la première organisation de karaté en France qui n'est encore qu'une section de la fédération française de judo (FFJDA), et met en place la première commission technique. Nos seniors, Daniel Chemla, Jean-Pierre Gerbault, Marc Bassis, Jean-Claude Letourneux, Daniel Morgand la constituent. Ils sont chargés entre autre de diriger les passages de grades de ceintures noires. Leur exigence par rapport au niveau technique ne les rend pas très populaires. Suite à des tensions dont les raisons n'ont pas traversé l'histoire, ils finissent par quitter collectivement cette commission technique.

Puis en 1972, à la demande de Maurice Szpirglas, un de nos seniors resté en contact avec ladite section, Daniel Chemla accepte de nouvelles responsabilités au sein de la toute nouvelle FFKAMA puisqu'elle devient une fédération à part entière et se sépare de la FFJDA. Il est chargé de mettre en place la première école des cadres. Il établit les fondements de la formation des enseignants. A la demande de Daniel, d'autres seniors comme Alain Gabrielli ou Jean-Pierre Gerbault interviennent ponctuellement à l'école des cadres.

Par manque de temps, Daniel abandonne la fonction en 1978, laissant derrière lui son empreinte. Il marque à tel point la fonction, qu'encore aujourd'hui le responsable national de la formation de la FFKAMA qui ne le connaît pas, en parle comme une véritable référence en matière

hult

pédagogique, et me demandait récemment si Daniel pourrait intervenir à l'école des cadres à l'occasion de l'un de ses passages en France...

Malgré ce bon début d'histoire qui aurait dû nous laisser une place de choix à la fédération, nous avons dû encore prendre du recul par rapport à elle au milieu des années 80. En effet, le comportement hégémonique de certains dirigeants locaux de la FFKAMA a lassé nos responsables de province. La fédération s'érigeant en détenteur du savoir et cessant s'exprimer localement des abus de position, nous a fait prendre la décision en assemblée générale de constituer la Fédération Européenne de Karaté-Do (qui est devenue depuis l'AEK-Do) et de quitter la FFKAMA. Comme ce sont surtout nos collègues de province qui souffrent de ces comportements hégémoniques locaux, la plupart des dojos de la région parisienne sont restés affiliés à la FFKAMA.

Mais depuis quinze ans, la question principale qui alimente nos débats portait sur les limites de la légalité dans laquelle nous nous trouvions à enseigner sans diplôme. En France, l'enseignement bénévole d'une activité physique ou sportive ne nécessite aucun diplôme. C'est la situation dans laquelle se trouvent la plupart d'entre nous, bénévoles et sans diplôme. Malgré tout, sous la pression populaire on sent arriver le temps où il sera obligatoire d'avoir un diplôme pour encadrer les enfants bien sûr mais aussi les adultes, ou pour obtenir, voire tout simplement conserver une salle municipale pour s'entraîner. En effet, les Maires de plus en plus souvent rappelés à leurs responsabilités, seront de moins en moins enclins à laisser des salles d'entraînement à des enseignants ne possédant pas de diplôme.

Il faut souligner également que lorsqu'à Vichy cette année nous avons dû faire face à un accident très grave puisque Gilbert Chastre a été victime d'un arrêt cardiaque à la suite du footing du second jour, la première question que nous ait posé la police venue enquêter était de savoir qui de nous avait un diplôme pour encadrer le stage... Nous étions plusieurs à pouvoir le produire, mais que se serait-il passé si nous n'en avions pas eu?...

En prévision de ces temps moins favorables, car nombreux sont les signes du changement proche, il nous fallait obte-

nir un diplôme pour chaque enseignant. Cela passait par la reconnaissance par l'Etat de nos ceintures noires, puisque c'est le niveau requis pour prétendre au diplôme d'enseignant.

Bref, la raison principale qui nous fait nous rapprocher de la FFKAMA est le besoin " préventif " d'obtenir un diplôme pour chacun de nos enseignants.

La seconde raison, moins évidente a priori mais non moins urgente, qui nous a motivé pour rejoindre la FFKAMA, est la difficulté que nous rencontrons à recruter des juniors. Il s'avère que malgré les qualités techniques et humaines de notre groupe, notre recrutement se tarit parce qu'il se limite bien souvent au bouche à oreille. Ainsi notre groupe vieillit dangereusement sans se renouveler. Or il existe un public à la FFKAMA, lassé par la pratique sportive du karaté, quel que soit notre type d'entraînement ne peut intéresser. Bien sûr nous ne pouvons pas prétendre endiguer notre déficit de recrues par notre seule affiliation à la FFKAMA, mais le fait d'être reconnu comme un style à part entière va forcément amener plus de pratiquants : ensuite, il faudra que nous sachions les intéresser à notre façon de travailler qui est certainement difficile pour notre époque...

Enfin, ce qui a définitivement aidé notre décision, c'est que la fédération a fondamentalement changé. A la fin des années 90, la fédération est secouée par des " affaires ". Le Ministère de la Jeunesse et des Sports entreprend alors une grande réforme, et exige de la fédération qu'elle limite ses activités à assurer une mission de service public pour le compte de l'Etat français, et qu'elle laisse l'expertise du karaté aux écoles comme la nôtre.

C'est pourquoi encore aujourd'hui, le Directeur Technique National (DTN) qui n'a aucune expertise en karaté a été nommé par le Ministère pour recentrer la FFKAMA sur sa mission de service public qu'elle avait abandonnée.

Mais notre décision de rejoindre la FFKAMA ne date pas que de cette année.

Déjà en 1996, nous avons entamé des discussions avec le DTN de l'époque, Guy Sauvin, afin de nous affilier à la FFKAMA avec la même préoccupation principale de procurer un diplôme à tous nos enseignants. Elles avaient pratiquement abouti même si elles nécessitaient encore

quelques ajustements, lorsque les " affaires " sont venues stopper net tous nos efforts.

Puis en 1998, nous avons entrepris une nouvelle tentative avec le nouveau Président de l'époque, qui a tourné court. Ce n'est donc pas à la hâte que cette décision de rejoindre la FFKAMA a été prise, et c'est un processus entamé de longue date qui trouve enfin son aboutissement...

Quelles sont maintenant les conditions de notre retour à la FFKAMA?

Tout d'abord, le Shotokan Ohshima est reconnu comme un style à part entière. Cela veut dire qu'au même titre que le Shotokan JKA, que le Shitoryu, le Shotokai ou le Wadoryu, nous pourrions présenter nos katas et nos katas seulement à l'occasion des passages de grade auxquels nous participerons dorénavant à la FFKAMA.

Ensuite, comme l'obtention de la ceinture noire est un pré-requis pour l'obtention d'un diplôme d'enseignant, une session de reconnaissance de nos grades de ceintures noires est organisée le 6 septembre pour toutes les ceintures noires de France Shotokan qui se sont manifestées pour y participer. Ce n'est pas un passage de grade, et la fédération accepte, moyennant cette évaluation sous le regard de jurys FFKAMA, de reconnaître nos grades. C'est un événement organisé avec le sérieux d'un passage de grades, sur la base du programme de nos passages de grades : le kihon, un kata favori, et des kumités.

C'est une occasion également pour nous de présenter France Shotokan aux dirigeants de la fédération. Nous devons le faire avec le plus grand sérieux et sans arrogance pour donner la meilleure impression possible de ce qu'est notre groupe aujourd'hui. Il faut que chacun des candidats se sente responsable de l'image qu'il va contribuer à donner ce jour là de France Shotokan. Chacun de nous en porte la responsabilité.

A la suite de cette évaluation à laquelle nous n'attendons aucun échec (ce n'est pas un passage de grade, et chacun va présenter un programme allégé d'un grade qu'il a déjà obtenu à France Shotokan), une session spécialement aménagée est organisée le même week-end pour que nos enseignants obtiennent chacun un Diplôme d'Instructeur Fédéral (DIF). Normalement, ce sont 80 heures de formation plus 20 heures de stage dans un dojo autre que celui où l'on s'entraîne d'habitude assorti d'un rapport de stage.

Là, en deux demi journées, la fédération nous propose que chaque dojo ait un diplômé ! Ce ne sont pas deux demi journées de formation, mais plutôt d'information portant sur des aspects réglementaires et législatifs. De la même façon que précédemment, nous n'attendons aucun échec, c'est bien l'esprit dans lequel est organisée cette session, pour tenir compte du fait que tous les candidats au diplôme enseignant de façon régulière depuis plus de trois ans...

Pour également prendre en compte le fait que nombreux anciens ne pourront pas profiter de cette session puisqu'il faut nous limiter à un enseignant par dojo, nous allons les aider à constituer des dossiers de Validation des Acquis de l'Expérience (VAE). C'est un processus régit par une loi de 2002, qui consiste à demander au Ministère de la Jeunesse et des Sports (en l'occurrence) tout ou partie d'un diplôme sur dossier seulement. On peut ainsi demander le DIF, mais on peut aussi prétendre par ce biais au Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 1er degré. C'est donc après les 6 et 7 septembre le prochain de nos chantiers... mais nous aurons l'occasion d'en reparler.

Par la suite, nous participerons aux passages de grades fédéraux avec plusieurs nouveautés :

comme je l'ai dit plus haut, le style Shotokan Ohshima est reconnu officiellement. ce qui nous permet de présenter nos katas. Ensuite, mission de service public oblige, la fédération n'exige plus trois timbres de licence FFKAMA pour présenter un 1er dan mais demande une preuve du nombre d'années d'entraînement : les licences AEK Do sont une preuve tangible.

De la même façon, après la reconnaissance de nos grades le 6 septembre, nous pourrions nous présenter au passage du grade supérieur sans attendre les délais obligatoires : il suffira de prouver que le délai entre le moment où nous avons obtenu notre grade actuel et le moment où on se présente au grade supérieur à la FFKAMA est compatible avec ses exigences (2 ans entre 1er et 2ème dan, 3 ans entre 2ème et 3ème dan, 4 ans entre 3ème et 4ème dan, 5 ans entre le 4ème et le 5ème dan...).

Enfin, les jurys pourront être des jurys France Shotokan. En effet, maintenant les jurys ne sont plus uniquement nommés par les ligues locales FFKAMA, mais ils sont désignés après examen. Cela signifie que dans chaque ligue, un certain nombre de sandan et yodan de France Shotokan se

sont engagés à passer cet examen (qui porte sur le fonctionnement de la Commission Spécialisée des Dans et Grades Equivalents (CSDGE) de la FFKAMA), et qu'ils vont siéger aux jurys de passages de grade des ligues FFKAMA. Le prix à payer pour eux est qu'ils devront participer deux fois par an aux jurys d'examen, même lorsque aucun élève de France Shotokan ne s'y présentera...

Alors, me direz vous, qu'est ce qui va changer dans la vie de France Shotokan en contre partie de ces conditions particulièrement favorables?... Rien ! Les entraînements vont rester les mêmes, les stages seront les mêmes, le passage de grades après le stage spécial national de Vichy va être le même... En plus de notre participation plus systématique aux passages de grades fédéraux qui concernent tout le monde, certains d'entre nous, de façon très ponctuelle, vont devoir animer dans les régions des stages destinés aux enseignants FFKAMA pour montrer comment nous travaillons, afin de les préparer à mieux comprendre les prestations de nos candidats à des grades FFKAMA. Mais ces stages ne concernent que peu de monde, et seront régis par le Président du Conseil des Ceintures Noires (Jean-Louis Véran)...

Il est également possible que nous ouvrons ponctuellement certains stages techniques aux membres de la FFKAMA, mais cela ne changera rien ni au contenu ni au déroulement de nos stages.

Discutant récemment de tout ce changement avec Maître Ohshima, alors que je m'enquerrais de savoir s'il n'avait pas d'opposition particulière à ce rapprochement avec la FFKAMA, il me disait que jamais nous n'aurions dû quitter la fédération !!

Malgré tout ce plaidoyer en faveur de notre retour vers la FFKAMA et ma grande satisfaction de voir aboutir nos efforts de plusieurs années, je voudrais avant de conclure cet article, rendre un hommage tout particulier à Henri Hug, qui a été l'initiateur de l'AEK-Do, l'a dirigée, et a permis à plus des trois quarts des membres de France Shotokan de s'entraîner sereinement pendant près de vingt ans dans l'attente qu'un moment plus favorable survienne pour que nous puissions rejoindre la FFKAMA dans les meilleures conditions. Il a donné un véritable cadre à notre association

pour que ceux qui avaient un environnement hostile puissent continuer de pratiquer loin des tumultes de cette fédération qui ne leur convenait pas. Même si les débats nous ont souvent opposés j'espère dans le plus grand respect mutuel, il ne faut pas que ce retour vers la FFKAMA apparaisse comme une victoire pour certains, et pour d'autres comme une défaite. Nous avons tous œuvré à des degrés divers et à des moments différents pour que puisse continuer notre entraînement qui reste pour chacun de nous la seule chose vraiment importante dans le domaine du karaté

Richard Hignat

Stage d'été

Au choix : un groupe d'amis ou 9 ceintures noires 9 juniors ou 4 filles et 14 garçons ou un japonais et 17 français ou bien encore 12 du dojo de Toulouse et 5 de celui de Bergerac plus 1 d'Orléans.

Bref 18 karatekas se sont donnés rendez-vous au Temple sur Lot, le dernier week-end de Juin pour terminer l'année (sportive, scolaire) en participant à un stage technique dirigé par Michel Coutan

Repas descriptif pour donner envie aux prochains candidats : météo parfaite, c'était la congédie de fin juin.

Hébergement : Le centre du Temple/Lot est dédié aux arts martiaux : 2 dojos avec tatamis.

Chambres aménagées dans une ancienne grange restaurée, donc tous logés au même endroit ce qui contribue à une meilleure convivialité, à un état d'esprit différent par rapport à d'autres stages techniques où le groupe se disperse entre les entraînements.

C'est un peu à l'image du stage spécial ("Gasshuku"=vivre ensemble, s'entraîner, dormir et manger ensemble.)

Nourriture : Ceux qui viennent au stage spécial du Sud-Ouest connaissent, buffets bien garnis et mets de qualité.

Environnement : c'est la campagne, pruniers à perte de vue. A 50 mètres le Lot coule paisiblement et la piscine(chaises longues et bar) incite au farniente entre deux cours.

Karaté : accueil du samedi matin à 10 heures par un cours

de 2h axé sur les techniques de poings.

(application des techniques à l'attaque et en défense, travail sur le timing et sur les connections).Comptez au moins 2 litres de sueur par stagiaire en données corrigées des variations saisonnières.

Sieste au bord du la rivière.

Cours du samedi après-midi à 16 heures, identique, mais vous remplacez les bras par les jambes (on y a laissé autant d'énergie).

Samedi, 23 heures , tous au bord du Lot, pour un entraînement de nuit(logique à cette heure!!) : "Iai" (aïe !!) à la lumière des étoiles(romantique!!) et ensuite bain de minuit dans la piscine pour calmer les esprits et soulager les hématomes !!!

Direction les chambres où certains continuent le Kumié avec les ronfleurs ou les moustiques!

2 heures du matin,j'abandonne lâchement mes compagnons de chambrée pour trouver une chambre solo à l'abri des prédateurs sus-nommés et suis réveillé à 3h par Michel Reiss qui a eu la même idée que moi!! J'arrive à le faire fuir...Même pas la force de rigoler.

Dimanche, réveil(difficile) à 7 heures et footing pieds nus pour se remettre les idées en place, puis direction le dojo pour la pratique des katas (Tekki Shodan) avant le petit déjeuner.

10h30: dernier entraînement, axé sur jyu kumié pour exprimer les techniques de la veille.

Fin du cours à midi et tout le monde dans la piscine pour découvrir avec joie que certains ressemblent à des dalmatiens au niveau du torse et des bras !!!!

Dernier repas pris ensemble et séparation du groupe vers les bases respectives, certains n'ont presque plus la force de se serrer la main , alors on s'embrasse!!!

A bientôt

Gilles "Jeckle"
Brunot



←.....→
Pour vos articles, pour vos photos:
Gilles Brunot 82, Av Pasteur 24100 Bergerac
gillesbrunot@club-internet.fr
.....→

donze