



FSK

JULLET 83

N°20

FRANCE SHOTOKAN Association sans but lucratif 66 RUE DE SEVRES 75007 PARIS 566 40 84

Toute reproduction, même partielle, de cet ouvrage est interdite. Une copie ou reproduction par quelque procédé que ce soit, photographie, microfilm bande magnétique, disque ou autre, constitue une contrefaçon passible des peines prévues par la loi du 11 mars 1957 sur la protection des droits d'auteur.

STAGES SPECIAUX :

Interview de M^c Ohshima

F.S.K. : Les stages spéciaux existent-ils depuis longtemps ? Ont-ils évolué, et avez-vous effectué des changements dans leurs programmes ?

Me O. : La pratique du karaté dans l'île d'Okinawa était essentiellement personnelle et, comme je vous l'ai déjà dit, elle était interdite. La plupart du temps, il y avait un maître et un élève. Peut-être parfois 2 ou 3 élèves, mais c'était beaucoup. Quand un maître avait dix élèves, cela devenait un gros dojo. Par ailleurs sur le continent, au Japon, dans le monde des arts martiaux : Judo, Kendo, Aikido, Sodo, tout ce qui regroupe l'archerie et les lances, la pratique des entraînements spéciaux était courante. Surtout en Kendo. Ils avaient des entraînements très durs. Peut-être vous ai-je déjà raconté qu'il y a longtemps, 2 Maîtres firent un stage spécial de 50 jours. Nous avons les traces d'un entraînement spécial de l'école de Iai Eishindyu où 2 Maîtres se présentèrent devant le culte des Dieux des Arts Martiaux. Ils dégainèrent le sabre 113870 fois en 50 jours. Il y a environ 50 ou 60 ans un Maître a essayé. Il dégainait 100 fois en une heure. Donc il faut s'entraîner 21 heures par jour pendant 50 jours. Il ne reste plus que trois heures pour dormir, se laver, etc... Même en allant très vite, on ne peut descendre au dessous de 19 heures.

Voilà un peu le genre d'entraînement qui existait. Les gens s'imaginent qu'ils

s'entraînent très dur, mais comparés à ces Maîtres, nous sommes des bébés.

À la fin de l'époque féodale, il y a environ cent ans, il existait un entraînement spécial propre au Kendo. Cela s'appelait "stage spécial de trois jours sur place". Cela ne signifiait pas qu'on restait immobile pendant trois jours, mais que de six heures du matin à six heures du soir - seulement 12 heures ! - il fallait marquer 1000 touches contre dix adversaires seniors. Les seniors se mettent en place et les juniors, un par un, se présentent en face. Le junior qui fait l'entraînement spécial a auparavant demandé au Maître : " J'aimerais faire un stage spécial de trois jours sur place". En général, le Maître répond : « Oh tu n'es pas prêt » Mais parfois aussi : « Je pense que tu es prêt ». Dans ce cas, il doit faire face et marquer 1000 touches en douze heures. Généralement après le premier jour les gens ne peuvent pas se lever. Le deuxième jour, quand il est chez lui, c'est la femme du junior qui le tire et le prépare car il ne tient pas debout. Avec des béquilles il arrive au dojo, se change, se met en place et finalement commence à bouger car tous les seniors attendent. Vers la fin du troisième jour, il n'est même plus conscient. Il s'évanouit plusieurs fois. À chaque fois on le ranime, et le Maître demande : « Tu abandonnes ? », et il répond : « Non, non, je n'abandonne pas », et il reprend. C'est ainsi jusqu'à ce que finalement le Maître dise : « Yamé ». Voilà ce qu'étaient les stages spéciaux de

trois jours sur place. Le Maître s'appelait YAMAOKA TESSHU. C'est un homme d'ailleurs très célèbre, considéré comme le dernier véritable Maître d'armes. Il était également un politicien de grande valeur au côté du Shogun et a contribué au changement. C'était un Samouraï de très haut niveau. Lui-même avait participé à un stage spécial de 10 jours quand il était jeune, mais il l'a ramené à trois jours. Je ne le copie pas, même si moi aussi je faisais des stages de 10 jours que j'ai maintenant ramenés à trois.

C'est pour diverses raisons que j'ai diminué la durée des stages. Premièrement, quand j'ai commencé aux USA dans les années 50, la plupart des Américains ne pouvaient pas prendre des vacances comme ça. Ils ont un mode de vie très pragmatique, et un travail c'est un travail. Deuxièmement il y a une telle différence entre les pratiquants - grands, entraînement de trois jours et demi. Comme je le disais, le stage spécial de Karaté a été très influencé par ceux de Kendo et de Judo jusqu'en 1945 environ. À cette date, le Kendo et le Judo ont cessé pour un temps, mais le Karaté a perpétué les stages spéciaux.

Dans l'entraînement, il y a maintenant quelques points que vous devriez connaître. Pour diriger un stage spécial je désigne et donne la permission à quelqu'un. Personne ne doit jamais s'engager lui-même. Parce que même pour Shodan-Nidan vous ne réalisez pas les risques et les dangers que vous courrez ni que le nombre de paramètres que vous devez prendre en compte. Si vous faites une seule erreur, vous-même comme l'ensemble du groupe peut en sortir très perturbé. Une partie de l'entité Shotokan peut disparaître. C'est aussi pour cette raison que je crie, vous insulte et vous bouscule ; mais derrière cela il y a énormément de considération pour éviter les accidents et ne pas créer une mauvaise atmosphère.

Une mauvaise atmosphère n'est pas seulement dangereuse à cause des accidents corporels mais aussi mentalement. Il vaut mieux l'éviter comme une maladie. Si une mauvaise atmosphère est créée, il est très difficile d'en tirer les jeunes. Pour cette raison, n'importe qui ne peut pas être choisi. Ne pensez pas : « Oh ! J'ai l'expérience du stage spécial, je peux en diriger un ». Non, vous ne pouvez pas. Ce n'est pas si facile. En principe quelqu'un qui a fait 20 stages spéciaux peut sentir, voir et préparer la plupart des éléments. C'est pourquoi je donne la permission à ceux-là. Un autre élément du stage spécial, que la plupart des ceintures noires ne savent pas, c'est qu'il se produit un changement dans la

petits, forts, faibles -que si on allait au-delà de trois jours, il y aurait beaucoup d'accidents j'en suis sûr. Ensuite, dans les sociétés occidentales, si vous êtes blessés, les notes de médecin et d'assurance sont très élevées et cela finirait par des poursuites juridiques entre les pratiquants. Ceci est très mauvais pour l'esprit du stage et de notre entraînement. Je me dois donc d'arrêter avant que vous ne soyez trop fatigués et que vous commenciez à prendre des coups. Je protège vos si jolis visages...

Cependant dans notre stage spécial de 3 jours et demi, nous avons gardé la plupart des pratiques, je ne parle pas des parties attirantes mais des éléments importants des anciens stages spéciaux tels que je les ai faits au Japon dans les années 40-50. Je ne rends rien plus facile dans cet

mentalité, je veux dire une évolution mentale chez chacun. Peut-être certains, après dix stages, passent à une étape supérieure. En général, il y a un changement après 12 ou 15 stages. Cela s'appelle « l'homme à l'apparence mauvaise ». Ses manières sont très mauvaises mais mentalement il est à un niveau bien supérieur à son niveau précédent. Plus de pression, plus de blocages mentaux. Il est ainsi très heureux et se comporte bizarrement. Cette attitude étrange donne de mauvais messages aux débutants qui eux ne comprennent pas. Il prend presque l'attitude d'un clown parce qu'inconsciemment il est très heureux de s'être sorti des blocages mentaux qu'il a entraînés pendant si longtemps. Par exemple, chaque fois que vous êtes proches d'un stage et prêts à partir, vous avez des crampes d'estomac et vous vous sentez drôle. Tout le monde connaît cela. Tout le monde doit passer par là. Et même peut être près à franchir ce cap. Pour certains il faut 12 stages, pour d'autres 15. Mais en principe ce changement finit par apparaître. J'ai une réelle confiance en quelqu'un qui passe les 20 stages spéciaux. Après 20 stages spéciaux, une nouvelle transformation s'opère ; quelqu'un de très égoïste, très sombre, très dur et très froid commencera à fondre et une certaine chaleur apparaîtra de l'intérieur. Ce genre de transformation se produit réellement. J'ai observé ici et là, dans des pays différents, avec des races différentes, des cultures et des éducations différentes, et dans tous les cas, cette évolution est la même. L'évolution mentale reste similaire. C'est un aspect intéressant du stage spécial.

(Suite au prochain numéro)

F.S.K. : Y-a-t-il des différences dans les stages spéciaux d'un pays à un autre ?

Me O. : C'est d'une façon générale partout pareil, mais parfois quelques détails varient. Par exemple, à F.S.K. les stages spéciaux étaient plutôt mauvais jusqu'à il y a environ 3, 4ans. Les gens arrivaient très en retard, certains même le lendemain matin, de ce fait, le premier entraînement ne commençait qu'à 9 heures du matin. Un tas de choses dans ce genre. "Pourquoi est-ce comme cela ? " " Oh, parce que c'est la France ! ". Les français sont si heureux de changer les règles ou de faire à leur façon, de manière unique et privilégiée. C'est une attitude très française. Moi, j'attendais que chacun se débarrasse de cette mentalité qui consiste à être satisfait quand on commence cinq minutes après les autres, on peut en faire une ou deux fois de moins que les autres et que cela suffit pour nous remplir de joie et de plaisir ! Tout le monde est prêt et on en attend juste un seul qui arrive en retard en pensant : "Oh ! Ce n'est que cinq minutes. Je n'ai pas manqué grand-chose." Si quelqu'un pense ainsi, pourquoi vient-il au stage ?

Les Français ont eu ce genre d'attitudes pendant très longtemps. La plupart du temps,

70% étaient actifs, seulement, pendant le premier entraînement ; les autres n'étaient toujours pas "prêts". Maintenant, cela a changé. Hier par exemple, après les coups de pied nous avons fait Ipon-Kumité. Après Ten-no-kata nous avons fait Katas. Avant on ne pouvait pas toujours le faire car les gens ne suivaient pas. Il leur fallait des privilèges.

Mais ce n'est pas seulement en France. Aux U.S.A. aussi les dix premières années furent terribles. Pendant ces années-là, je pensais que personne n'arriverait jamais à rien. Soudain, après 15 ans, certains seniors ont compris de quoi il s'agissait et sont devenus plus mûrs, plus incisifs et ouverts d'esprit. D'eux-mêmes ils ont pris la décision de faire bien et net pour tout le monde.

Vous voyez, il n'y a pas ce genre de relations stupides entre individus qui consiste à penser que si vous prenez de l'argent tous les autres s'appauvriront ou que si un autre en prend, vous serez pauvre. Si vous respectez chacun, tout le monde peut être riche. C'est la même chose dans un stage spécial. Je parle de cet état d'esprit depuis longtemps,

FSK *Encore un effort...*

Le samedi 9 Juin et le dimanche 10 Juin 1984, XXème anniversaire de F.S.K.

Au programme l'invitation de Me KAMATA, de Me OHSHIMA et de plusieurs équipes pour des compétitions internationales. Nous entrerons dans les détails dans le numéro de Septembre, mais le comité organisateur élu pendant le stage de Vichy 83 vous demande déjà de contacter vos chefs de dojo pour les inscriptions, de vous renseigner sur le déroulement des festivités et de vous préparer à un effort financier exceptionnel en 1984.

Pensez-y, 20 ans ça se fête.

mais tout le monde rit quand je fais allusion à vos porte-monnaie. Tout le monde raisonne ainsi : « Si je dépense de l'argent, mon porte-monnaie se vide. J'ai peur. Mais pour être riche, il faut que je prenne de quelqu'un le plus d'argent possible et le plus vite possible. Voilà comment je vais devenir riche ». C'est la stupidité et l'immaturation de l'esprit de l'homme. Une mentalité aussi médiocre a conduit le monde à la bassesse. Est ce l'esprit du Karaté ? La pratique d'un art martial, comme toutes les grandes figures ayant existé sur terre nous disent : " Non ! Tu donnes plus, encore plus, et tu deviens plus riche intérieurement ».

J'ai toujours répété : « Dépensez beaucoup, achetez autant que vous pouvez et cependant vous aurez toujours autant d'argent ou plus dans votre portefeuille ». Cela fait plaisir n'est-ce pas ? Exactement ; c'est ça la richesse mentale.

Se soucier et se créer de petits blocages mentaux nous rend pauvres. Bien sûr dans la vie, si on dépense toujours plus et plus d'argent, on finit par être ruiné. Mais mentalement, il n'en est pas de même, et l'être humain a une capacité à s'enrichir et à réagir bien différente.

En somme chaque population a ses spécificités et son atmosphère propre. Certains évoluent vite, d'autres plus lentement. Mais il y a toujours un processus naturel d'évolution. Personne ne réussit parfaitement du premier coup. Personne ne stagne à un même niveau ; mais ce qui est sûr, c'est qu'aucun groupe ne régresse jamais. Chacun devient toujours meilleur et plus fort.

Trévisé - Orléans :

Le retour

Jean-Paul Ducros

Marie-Philippe Lubet

L'année dernière dans le cadre des relations interville, Me KASE avait proposé à Jean-Paul d'organiser des rencontres entre F.S.K. Orléans et le Ren Bukan de Trévisé.

C'est un grand maître japonais, élève de Me FUNAKOSHI et universitaire à Waseda, HIRONISHI SHIRAI, qui introduisit le karaté en Italie en 1965 après avoir enseigné aux U.S.A. et en Afrique du sud. En 10 ans,

par son impulsion, le karaté prit un essor considérable, portant le nombre des pratiquants d'une dizaine à plus de 30 000 actuellement.

En Italie on insiste plus sur le côté sportif du karaté, par le nombre d'adhérents qui en fait un sport aussi prisé que le judo en France et sur les côtés jeunesse et compétition qui en constituent l'essentiel. L'équipe de Trévisé est une équipe semi-professionnelle qui voyage partout. Cette fois, ils arrivaient de Guadeloupe. Jean-Louis Ménard fut chargé par Me OHSIMA de superviser la rencontre, et du coup quelques parisiens - dont Marc Zerhat - partirent avec lui pour se joindre à l'équipe participant à la compétition.

Les festivités ont duré 3 jours. Trois jours qui ont demandé à Jean-Paul et Marie-Philippe 4 mois d'intense préparation (avis aux amateurs !).

L'équipe italienne comprenait 60 personnes.

Autrement dit, il fallait de l'argent. L'édition

d'une petite plaquette contenant de la publicité a permis de récupérer environ 30 000 francs. L'ensemble de l'opération a coûté 100 000 Frs. Voilà pour les détails matériels et maintenant, le programme :

1ère partie

Présentation des équipes

Démonstration Aikido

Compétition Katas : individuels Masculins
individuels féminins
par équipe masculine
par équipe féminine

Démonstration de Kempo

Kata par le Me Ofelio MICHIELAN, 4ème dan, professeur du C.S.K.S. Ren Bukan Trévisé

2ème partie

Compétition : combats individuels

masculins

V. S.O. Karaté France Shotokan
contre

C.S.K.S. Ren Bukan Trévisé Italie

Remise des récompenses

Les combats étaient arbitrés par la F.F.K.M.A. Bien que l'équipe de F.S.K. victorieuse à Trévisé (cf l'article de Jean-Louis dans un précédent numéro) aie tout perdu cette fois-ci, Jean-Paul nous confirme le succès de la rencontre qui s'est déroulée dans une ambiance formidable.

Aviez vous remarqué ?

F.S.K. A CHANGE D'ADRESSE!

66 RUE DE SEVRES

PARIS 75007

TEL: 566 40 84

JAPON, suite et fin

Daniel nous quitte le samedi 16, Yves suit rapidement. Le monde du travail les happe à nouveau. L'avenir reste aux trois Mousquetaires, nous. Les visites purement touristiques se succèdent donc sur les chapeaux de roue : la résidence d'été du Shogun, le temple bouddhiste Kyo Misudora, la dénivellation dans les ruelles aux échoppes typiquement nippones. Nous avons inauguré la journée par le spectacle de choix que donnaient à voir les préposées aux ascenseurs d'un grand magasin style Galeries Lafayette. Nous clôturons la soirée en déambulant dans les "petits quartiers" vers un cabaret de gourmet. Je dis "petit quartier" car toutes les proportions du mobilier urbain n'obéissant pas aux mêmes normes que nous, nous nous sentions un peu grands dadais dans ce décor.

La journée qui suivit fut "curieuse". Nous la passâmes en grande partie dans le train car les villes principales - Tokyo, Kyoto, Osaka - se touchent pratiquement par leur banlieue et ne forment qu'une immense ville. Imaginez être quelqu'un de très occupé ayant à faire sur cette surface ce que vous faites à Paris entre la rive gauche et la rive droite. Vous êtes amené à consommé un cocktail T.G.V.-Tokaido métro-micheline des plus contracturant. "C'est le Japon Cogilla" : 400 km aller-retour pour aller honorer une visite à un potier, un crochet de 200 km pour essayer de déguster les meilleurs sushis du Japon, malheureusement sans succès.

Et la nuit tomba.

Station Osaka, la ville de l'exposition Universelle. Le frère de Me Ohshima nous prend en charge ; c'est le délassément au "restaurant intercontinental" sur les toits (vue splendide).

Aux aurores les deux nièces de Me Ohshima qui seront nos guides nous enlèvent vers la résidence de l'empereur Katsura, havre de paix dans le chaos. Nous constatons une fois de plus que si l'ancienne civilisation se dissout en grande partie, les Japonais ont le souci de conserver exactement dans "leur jus" certains aspects de leurs coutumes et de leurs réalisations matérielles. Ce qui fait le véritable attrait de ces jardins, temples, résidences que nous traversons le plus souvent avec un flot de touristes, c'est la domination manifeste d'un équilibre et d'une simplicité qui sont aux antipodes des images baroques des pays d'Asie qu'a laissé la Chine du XIXème siècle dans l'esprit occidental.

La soirée nous révélera un peu plus Osaka, véritable ville souterraine qui étend son empire sur 2 ou 3 niveaux. Nous réalisons qu'"ils" sont remarquablement adaptés à ce type de vie, absorbant les maux les plus graves telle la criminalité qui, dit-on, est générée

par ce type d'urbanisme.

Le 20 Octobre, nous accusons le coup. La fatigue est là mais le spectacle continue. Le château d'Himeji-Jo dont l'architecture médiévale en bois, la patine et la fraîcheur des salles d'armes est unique à vivre ! Les sanctuaires de Shon Shazan nous permettent pour la première fois de nous retrouver en pleine nature avec un matériel culturel de première sous la dent. Le rite a l'avantage de flatter les fantasmes dans ce qu'ils ont de meilleur. Après cet apéritif, nous voilà fin prêts pour cohabiter avec Tintin et Malraux au temple zen de Ei-Issi. La plaisanterie touristique tourne court sitôt franchies les portes et l'accueil où, paradoxalement, règne un relent d'hall d'hôtel. Nous voilà instruits des règles de comportement qui seront les nôtres pendant 24 heures : vœux de silence, position des mains en public, ordre de marche dans les parties communes, heure précise des bains, repas, méditations, etc..

L'envie de sourire pourrait nous prendre, l'attrait reste le plus fort, il semble d'ailleurs que la coulisse nous prépare de l'imprévu... le moine qui s'évapore de notre cellule n'a-t-il pas le crâne rasé ?

En rang, nus, le poing droit dans la main gauche repliée au plexus, dépassant d'un bon buste quelques personnes qui viennent des contrées les plus reculées, nous attendons en silence. Les portes s'ouvrent, le bain nous attend. Il est dit qu'après le passage de tous les moines, l'eau reste aussi limpide et propre ; à vos souhait ! La pièce est d'une "sobriété brûlante, à l'antique". Chacun cherche sa place, Alain a du mal à s'immerger, Michel barbote déjà comme un phoque sur sa banquise, je cherche prudemment à me mettre au diapason. Les dieux et les démons étant s'étant emparés de mon esprit, les faits qui suivent se brouillent. Nous avons dû regagner hagards notre cellule et attendre le repas qui sera cadencé à coup de satra et de bang-bang jusqu'à la dernière bouchée. Nous faisons notre vaisselle. Le repas nous sembla frugal mais Me Ohshima nous fera remarquer par la suite qu'un moine sérieux ne pourrait ingurgiter autant.

Je ne sais plus à quel moment on nous a projeté un film, intéressant au demeurant, relatant l'histoire du temple et la vie qu'on y mène d'un bout de l'année à l'autre. Cela ressemble à peu de choses près à celle de nos trappistes, positions physiques canoniques exceptées. Les pélerins d'occasion que nous sommes se fascinent donc devant ces "quelques ingrédients" qui consomment et se consomment dans une vie.

Méditation dans la grande salle ou dojo, éclairage très doux, quelques peintures, à droite une cursive

longe le tatami, quelques moines s'affairent rapidement comme toujours dans un frôlement de robes tandis qu'un autre nous désigne nos places. Un supérieur fait son entrée, il va expliquer durant 20 minutes l'histoire et les rudiments de la méditation, en japonais bien entendu. Tandis que le Za Zen nous meurtrit, je déguste la qualité d'expression du moine. J'ai souvent apprécié pour les meilleurs d'entre eux (de quelques contrées qu'ils soient) leur aisance à passer de l'expressionnisme le plus outrancier à une mine de papier mâché pour nous conter le rituel. On comprend à un moment qu'il évoque la respiration, suivent 20 minutes sans bouger, une légère brume semble nous envelopper, le moine a pris le moule un long vide ; idem à quatre heures du matin, aucune explication pendant 40 minutes on gèle complètement. Sans un mot, nous courrons pieds nus dans d'interminables couloirs ascendants, l'on dépasse plusieurs autels pour enfin prendre place dans le "vrai" le vieux temple où quelque chose de "grand" se prépare. Effectivement, nous allons participer à l'office avec les « vrais pros que nous n'avions pas rencontrés jusqu'à présent. L'ensemble du tableau est impressionnant. C'est de l'authentique. Nous les voyons surgir, un à un, ils passent devant nous prendre leur place. C'est avec un rien d'amusement que l'on remarque quelques détails dans les habitudes de certains là où en principe, tout

est arrêté pour l'individu depuis des siècles. De même, il est plaisant de discerner les personnalités malgré la distance culturelle entre nous. Le décor se discerne mal, il fait encore nuit, je dirai que les objets du culte se fondent aux parois irrégulières dans un camaïeu marron rouge suggéré par quelques flèches de-ci de-là. Le « grand prêtre » en robe de pourpre, assis, nous tourne le dos, il montre le moyeux autour duquel s'articule le rite pour que monte le rite séculaire... Les premières sutras ouvrent les perspectives. Le grand jeu d'échecs, chacun trouve midi à sa porte.

Il est des lieux de ce style comme de certains bistrotts au charme inimitable où on aime à s'envoyer un godet de temps en temps.

Au fur et à mesure que les effluves de ce merveilleux séjour remontent, je revois mille détails fugaces qui mériteraient d'être évoqués m'éloignant des choses de fond que je me devais d'aborder pour les justifier pleinement.

Tout en respectant la lassitude du lecteur j'ajouterai quand même qu'avant que le groupe n'éclate définitivement, Waseda nous organisa une soirée d'adieu des plus touchantes qui se termina par des danses traditionnelles d'Okinawa.

J.L. Ménard

Passage de grade

Vichy 83

Shodan

Nidan

sandan

OUAZAN Paul
KOU DALI Hassan
DUC Laurent
PREVOST Alain
SIMON Michel
DESECURES Edmond
DELUCA Etienne
SCHOEFFER Patrick
ADRIAN Franck
LETOUZE Gilles

BLOCH Jean-Gérard
MEHEUST José
BAERT Serge
COHEN Daniel
HAMAÏDE Léopold
ROSENSTIEPI Albert
BEAUMONT Claude
RIZZO Antenore
GEORGELIN Jean-Louis
ATTIAS Joseph

PELISSIER Nicole
HERVE Christian
CADIC Loïc
MARSAL Michel
GIULIANO Misongi
NETTOUR Mohamed

AUDOIN Stéphane
MASSON Patrick

