

Réflexions libres sur le Budo, le Karatédo et le karaté Wado Ryu en particulier (1)

Parce que j'ai toujours été d'avis qu'un pratiquant de budo - en plus de sa pratique quotidienne - doit constamment réfléchir sur cette même pratique et la soumettre à une réflexion critique, je vous fais part de quelques-unes de ces réflexions. Le lecteur doit en prendre connaissance en sachant qu'il s'agit de points de vue subjectifs sur une activité à laquelle je me suis toujours consacré corps et âme.

Sur le principe du Shu Ha Ri (守破離) et mon adaptation personnelle à celui-ci :

Dans la culture japonaise des disciplines Do, il s'agit d'un principe profond qui ne peut pas toujours être défini sans ambiguïté. Une définition satisfaisante en donne, comme suit, le maître d'Aïkido Endo Sheishiro shihan :

"Il est connu que lorsque nous apprenons ou nous entraînons quelque chose, nous passons par les étapes de shu, ha et ri. Ces étapes sont expliquées comme suit. Dans **shu**, nous répétons les formes et nous nous disciplinons pour que notre corps absorbe les formes créées par nos ancêtres. Nous restons fidèles à ces formes sans en dévier. Ensuite, au stade de **ha**, lorsque nous nous sommes disciplinés pour acquérir les formes et les mouvements, nous innovons. Au cours de ce processus, les formes peuvent être brisées et abandonnées. Enfin, dans le **ri**, nous nous éloignons complètement des formes, nous ouvrons la porte à la technique créative et nous arrivons à un endroit où nous agissons conformément à ce que notre cœur/esprit désire, sans entrave et sans enfreindre les lois".

Quand j'y pense, je suis reconnaissant d'avoir pu traverser mon étape personnelle de Shu sous l'œil du regretté Yoshikazu Kamigaito sensei.

C'est lui qui nous a martelé chaque semaine et sans relâche les bases des kihon et de plus en plus de kihon. Je pense ici en particulier aux techniques fondamentales telles que jun- et gyaku zuki et leurs variantes kette. Viennent ensuite les kata kihon et les techniques uke légèrement plus avancées telles qu'elles sont présentées dans les kata's Pin An. Cependant, le point central de son entraînement était toujours le mouvement correct à partir du Tanden (hara) et des hanches. Ceux qui relisent aujourd'hui les écrits qu'il a conservés noteront qu'il a lui-même parfois douté de sa capacité à transmettre cette vision à ses élèves occidentaux. A mon avis, c'est totalement injustifié, car pour moi, notre maître était la bonne personne au bon endroit et au bon moment dans mon parcours de développement.

Aujourd'hui, plus que jamais, je réalise que les bases du karaté - c'est-à-dire ses techniques fondamentales de coups de poing et de coups de pied - peuvent être bien intégrées dans l'action physique subconsciente et sont des outils de base très utiles dans des situations agonistiques et stressantes telles que le "combat libre" et le karaté de compétition.

Toute personne ayant plusieurs années d'entraînement derrière elle constatera que ces techniques de base surgissent presque spontanément sans l'intervention d'une pensée dérangeante. J'espère revenir sur ce sujet plus tard, mais je le conclurai pour l'instant avec l'observation qu'il est IMPOSSIBLE dans un système de budo comme le nôtre .

Car, et c'est là que nous revenons au Shu Ha Ri, lorsque nous avons traversé cette "étape Shu", cela ne signifie pas que nous puissions oublier les techniques spécifiques qui y sont associées. Au contraire, même après la disparition de l'enseignement du professeur d'origine, il faut continuer à répéter et à approfondir sans cesse ces techniques élémentaires pour que leur application devienne progressivement plus rapide, plus puissante et plus aisée. Il n'y a pas de point final à cela.

OK, alors quand suis-je entré dans mon "stade Ha" en tant que pratiquant ? Avant d'aborder cette question, il convient de faire l'observation suivante : chaque système de karaté - et certainement le Wado Ryu en tant que système martial - a ses propres principes spécifiques. Dans le système Wado, mis en place par les générations successives d'Ohtsuka, il s'agit des maximes suivantes :

Muda-na-chikara : Il s'agit d'une force ou d'une tension inutile lors de l'exécution d'une technique d'attaque ou de défense (voir muda-no-dosa).

Muda-na-dosa : c'est un mouvement inutile ajouté à un mouvement technique. Il ralentit l'exécution de la technique en la perturbant.

Muda-na-waza : C'est une technique inutile ou superflue dans une séquence technique particulière.

Lorsque je me suis séparé de l'enseignement de Kamigaito sensei avec le temps, j'ai continué à m'entraîner à ma guise pendant plusieurs années en utilisant le matériel qu'il m'avait enseigné, mais à un moment donné, j'ai senti que le temps était venu de regarder plus loin autour de moi. (C'était une conséquence logique de mon principe personnel selon lequel un être humain, comme le monde qui l'entoure, est en constante évolution. Rien n'est fixe, tout coule et l'être humain est une entité en évolution).

C'est ainsi qu'au tournant du siècle, j'ai découvert un autre mouvement wado. Ce fut une véritable révélation lorsque je l'ai rejoint lors des premiers " séminaires " ou plutôt " stages ", qui étaient organisés plusieurs fois par an ; ceux-ci se déroulaient sur une semaine avec quatre heures d'immersion intensive dans les techniques Wado à chaque fois, sous la supervision de trois, quatre sensei hautement gradés avec parfois Hironori " Jiro " Ohtsuka en tant qu'instructeur principal.

Immédiatement, il m'est apparu clairement que, comparé aux autres grades Dan, j'étais très déficient en Muda-na-chikara ! Je consommais beaucoup d'énergie inutile et mes mouvements étaient trop tendus, ce qui les rendait inutilement lents... Bref, on ne saurait trop insister sur l'importance de ce principe.

A mon avis, il constitue le cœur du Wado Ryu en lui donnant ses qualités intrinsèques qui le rendent différent des autres styles de karaté. Tous ses mouvements rapides de tai-sabaki et d'esquive sont basés sur ce principe, tandis que le kihon de l'oie en est également imprégné.

Il m'a fallu cinq, six ans pour que cela soit suffisamment intégré dans mon domaine technique selon mes propres critères.

Aujourd'hui, donc, très modestement, j'entre dans mon "stade Ha". Mais comme l'arsenal technique du wado ne cesse de s'enrichir, je suis certain à cent pour cent que je n'atteindrai jamais le stade "Ri".

Mais ce n'est pas une mauvaise chose, car le Chemin VERS un objectif est plus important que le Chemin lui-même...

Auteur: Jan Houblon
08-05-2023