



## Réflexions Budo

1ère édition

*Le 16 février 2013*

*Personnes présentes :*

*Didier SIAT, Bruno URBAN, Josiane LORENTZ, Alain NGUYEN, David ROSENZWY,  
Thomas MULLER, Yannick HINSCHBERGER, Philippe LAGRUE, Geoffrey CROFTE*

Le Shin' Kyuu Dojo mène une réflexion autour du Billet du Soke n°5.

Document disponible en ligne sur :

<http://www.tengu.fr/le%20billet%20du%20Soke%20%285%29.pdf>

### **Début de soirée** (19h45)

Une présentation du nouveau magazine FIPAM est faite par le *Sensei*, pour information auprès des élèves du Shin'Kyuu Dojo.

Aparté : Bruno aborde l'idée de l'adaptation de l'Art que l'on pratique à son corps, son âge, ses possibilités. Notre Art tient en son sein cette logique de pratique par et pour son corps.

### **Début de la discussion** (20h35)

*Lecture du billet du Soke.*

**Sensei** : tricher pour gagner, le terme ne semble pas très adapté. « Feinter » serait peut-être plus juste si le terme est associé à l'Art que l'on pratique.

**Josiane** : tricher n'est pas lancer la poignée de sable dans le visage de l'adversaire, c'est plutôt « se débrouiller » pour éventuellement palier à une faiblesse : c'est une tactique plutôt qu'une tricherie.

**Sensei** : l'image du Général dans le Billet, il s'agit bien d'une feinte plus que d'une tricherie.

**Bruno** : le sport a des règles, notre Art a un Code, la nuance est à peser.

**Josiane** : à partir du moment où un obstacle est à franchir, peu importe la manière, la survie seule est importante. C'est la fin qui justifie les moyens, et l'esprit est, à ce moment-

là, créatif et peut nous surprendre nous-même. C'est un moment où l'on peut difficilement tricher avec soi-même, puisque notre vie en dépend.

**Yannick** : au risque de se faire planter un couteau dans le corps, dans les 3 secondes qui viennent, s'il faut tricher je triche.

**Thomas** : l'art de la guerre, il n'y en a plus lorsqu'il s'agit de survivre, alors tricher par rapport au code moral, oui, c'est possible, oui, c'est explicable. Par rapport à la pratique Martiale...

**Josiane** : l'animal a tendance à prévenir avant de donner un coup... Il présente des signes avant de réunir ses forces pour se défendre.

**Philippe** : s'entraîner à contrôler son état d'énervement fait partie de notre Ryu.

**Sensei** : il faut apprendre à mesurer la dangerosité de la situation, car apprendre à se contrôler pour « finir en homme » peut parfois se retourner contre nous. Il est probable qu'un jour il soit nécessaire de finir comme un animal.

**Geoffrey** : enfin... peut-être comme un homme qui aura mesuré, contrôlé et utilisé sa part d'animalité pour survivre.

**Alain** : le mot « tricher » est utilisé par rapport à l'ouvrage de l'art de la guerre, c'est un résumé assez franc. Le *Soke* parle bien finalement de feinter et non de tricher. Alain raconte : *une personne a réussi à feinter par la discussion lors d'une agression (menace d'agression), pourtant cette personne n'avait jamais pratiqué d'Arts Martiaux.*

**Philippe** : le combat commence bien avant la confrontation physique, la feinte peut donc intervenir avant les coups. S'il faut mentir dans cette situation pour se protéger ou protéger son « opposant », ce n'est peut-être pas un mal en soi.

**Bruno** : je crois que tant que l'on n'a pas vécu ce type de confrontation, l'on ne peut pas connaître son comportement face à une situation de danger imminent. Bruno évoque une confrontation dont il a été témoin : *je me souviens au lycée, un ami plutôt frêle se faisait souvent ennuyer par un autre élève, agressif verbalement et qui le dominait largement physiquement. Un jour, celui-ci a voulu aller plus loin et agresser réellement, sûr de l'avantage physique. Mon ami sentant la menace, s'est alors posté sur escalier, plus haut de deux marches, pour lui asséner un Fumikomi avec le talon de ses chaussures de ville (c'était à l'époque la mode des boots avec des talons très durs), sur le dessus du pied, le neutralisant instantanément. C'était sous la menace d'une agression, et finalement les dommages bien que très douloureux sur l'instant, n'étaient pas si importants. Pourtant la personne qui a frappé en premier était l'agressé qui avait feinté (triché), masquant son coup pour parvenir à ses fins ; mon ami m'avait même expliqué qu'il avait précédé son action d'un petit sourire, afin d'être sûr d'atteindre son objectif... Bon voilà, je ne sais pas si tout ceci est bien ou mal, mais en tous cas, je l'avoue, par la suite nous avons bien ri tous deux et même à ce moment-là, trouvé « moral » que le « petit gentil » gagne le « grand méchant ».*

**Sensei** : dans la pratique sportive, il y a souvent des arbitres, il y a certainement moins de peur, moins de danger direct. Dans la rue, la survie peut réellement être présente, la douleur également et il n'y a bien souvent personne pour arbitrer.

**Bruno** : si tu es fort et calme intérieurement, tu peux probablement prendre l'ascendant sur l'énergie violente qui parcourt une personne prête à en découdre. Bruno prend pour exemple : *les personnels soignants en hôpital psychiatrique, qui doivent parfois gérer les épisodes violents de patients en phase de décompensation.*

**Sensei** évoque l'attaque d'une personne par plusieurs agresseurs détenteurs de barres de fer : ce genre de situation demande une certaine animalité pour survivre car on ne connaît probablement pas celle des adversaires. Évaluer la dangerosité de chaque individu est trop

long, trop risqué, et probablement trop variable car trop de suppositions sont en jeu. Il faut réagir vite, et peut-être de manière démesurée. Peut-être...

**Bruno** : nous avons tous obtenu le code de la route, appris à conduire avec à peu près les mêmes critères, et même si nous possédions le même type de véhicule, chacun utilise la route avec des buts mais aussi des comportements très personnels. Il en est même dans notre façon d'aborder le *Tengu* (ou tout autre technique de combat de manière plus globale). Plus jeune, je ne comprenais pas bien ce que signifiait « briser la lance », « se protéger ». Mais avec l'âge j'ai compris qu'apprendre à éviter l'affrontement, ou passer par une autre alternative que le combat au corps à corps, est un point essentiel de l'Art que l'on pratique.

**Thomas** : la limite de l'homme pour moi c'est ce que je pourrai regretter un jour. Transgresser des règles ne me dérange pas si je ne fais de mal à personne, cependant, même si aucune règle n'est transgressée, si je fais du mal à une personne, ou si je risque de regretter une de mes actions, alors j'ai l'impression d'avoir triché, de m'être dénié.

**Josiane** : pour maîtriser la paix, il faut connaître l'art de la guerre, les techniques de guerre ; c'est l'idéal pour apprendre à ne pas utiliser ces techniques, car nous en connaissons les dangers pour autrui, mais probablement aussi pour nous-même.

*Nous reprenons le billet du Soke n°1* : explication d'un des principes de notre école par le *sensei*, l'importance de la symbolique de l'attitude qu'apporte le *Tengu-Ryu*, même dans le « combat de survie ».

**Bruno**, en illustration, évoque une péripétie du temps où il était étudiant : *je côtoyais alors durant un chantier pour un job d'été, une personne qui me provoquait quasi quotidiennement. J'avais vraiment à l'esprit que pratiquant le karate, je n'avais pas à me battre, d'autant moins dans ce genre de situation. Au bout de plus d'un mois de ce traitement, j'étais vraiment excédé et nous en sommes quand même au final malheureusement venus aux mains. J'ai fait ce que j'ai estimé devoir faire et il se trouve que j'ai rapidement dominé l'individu ; après un enchainement « basique » il est tombé et j'ai alors tout arrêté. Je me souviens très précisément d'un mawashi geri que j'ai porté avec haisoku alors que lors des entraînements j'utilisais systématiquement koshi. Ma crainte était, même dans l'instantanéité, de lui infliger une blessure trop grave ; mais ce fut peut-être alors mon erreur : il s'est en effet relevé en me menaçant d'un couteau. Le registre a soudainement changé, là c'était « sérieux » et la vue du couteau a rajouté un niveau de stress supplémentaire. J'ai senti en moi que je changeais d'état d'esprit. J'ai fini par réussir à le désarmer, lui placer un balayage qui l'a envoyé sur le dos. Je ne l'ai cette fois pas laissé se reprendre, je voulais me mettre hors de danger, mais aussi foncièrement le détruire. A cet instant-là, il n'y avait plus en moi aucune forme de pitié, mon animalité prenait le dessus. Son lobe temporal était à ma portée : j'ai voulu frapper le plus fort possible, et c'est ce que j'ai fait, mais à l'extrême limite, quelque chose m'a retenu, m'a dit « tu ne peux pas faire ça ». Juste avant l'impact j'ai stoppé, l'effleurant seulement, tout en libérant un kiai (expression de toute mon envie de lui faire très mal), tout proche de son oreille et j'ai eu l'impression qu'il se « liquéfiait » sur place. J'ai ramassé l'arme, l'ai pliée, et l'ai mise dans ma poche, en le laissant là, dans son trouble. Moralité ? Si tu veux faire mal, tu peux faire mal, c'est presque une normalité de la violence. Mais à partir du moment où tu as pu te mettre hors de danger, la volonté de détruire est vraiment vide de sens. Le lendemain, cette personne est venue me serrer la main, puis tous les matins suivants ainsi. Aujourd'hui je sais qu'en étant plus fin et plus fort en amont, en me défendant verbalement par exemple, sans faire monter la pression, plutôt que de lui laisser croire qu'il avait un ascendant, nous aurait évité d'en arriver là, dans une situation beaucoup trop dangereuse, pour lui, comme pour moi.*

Ne pas tricher pour moi, c'est ne pas tricher avec soi-même. Je pense notamment à l'entraînement : tu peux être entier dans ta façon d'être, même si le physique n'est pas complètement au rendez-vous. Être toujours « investi » dans la limite du possible. Le même exercice peut être répété mécaniquement, sans forcément beaucoup de sens, en se rassurant en pensant « j'ai fait ce que le prof m'a dit ». C'est une forme de tricherie avec soi-même, l'important étant de le savoir et de savoir pourquoi on l'a fait.

**Alain** : le problème c'est qu'il ne faut pas tomber dans cette habitude de tricherie car le risque est de finir par ne plus s'entraîner réellement.

**David** : il y a certains *Sensei* qui font croire à leurs élèves qu'ils sont prêts, qu'ils sont devenus invincibles.

**Sensei** : oui, là c'est lorsque de l'argent est en jeu, peut-être pour « rassurer » l'investissement financier de l'élève. Il faut ici probablement remettre en cause le but de l'élève comme celui du *Sensei*.

**David** : c'est dangereux pour tout le monde, c'est accepter de vivre dans le mensonge. Mais dans quel but ? Rassurer ? Qui ? Pourquoi et pour quelle finalité ?

**Bruno** nous raconte : *c'était lors d'un cours d'Aikido. Le Sensei demande: « je vais vous donner une gifle, vous devez vous défendre ». Les élèves se mettent en ligne face à lui ; tour à tour ils esquivent sans continuer l'action ; je me demande bien pourquoi, et passant en dernier, je me prépare à mon tour. Vient le moment où le Sensei m'envoie la gifle, je pare le coup puis le contre, sans faire dans la dentelle, dirons-nous. Silence dans le dojo. Puis vient enfin la leçon de fin de cours : « si vous pouvez esquiver, vous n'avez pas le besoin d'aller plus loin, ça reste (seulement) une gifle. » Le but est d'éviter l'escalade, a-t-il dit en me regardant bien dans les yeux.* Je veux dire il y a aussi des *sensei* qui savent te faire réfléchir.

**David** : est-ce qu'on peut parler de tricher dans un combat où on n'est pas agresseur ?

**Bruno** : ce n'est pas évident de faire la différence entre tricherie et stratégie de combat.

**Philippe** : à deux contre un on peut déjà se poser des questions sur le bon sens, ou le bon équilibre du combat.

**Sensei** : si on place des règles dans un combat, si on se met d'accord sur une procédure, faire une entorse aux règles, c'est tricher. Mais il faut que les règles soient comprises, acceptées et explicites.

**David** : en fait l'idéal c'est vraiment d'éviter de se battre, car le combat physique provoque forcément un moment de stress qui perturbe le contrôle des deux (si on estime qu'ils sont deux) opposants. L'animal risque de trop facilement prendre le pas sur l'homme.

**Bruno** : oui, c'est un peu ce que je voulais exprimer au sujet de l'agression au couteau. Là tout c'est bien terminé, mais je suis persuadé qu'il n'est pas utile d'aller titiller « pour de vrai » l'animal qui sommeille en nous. A présent, Je pense a une autre forme de tricherie que j'ai rencontrée : en voyage à Paris, une douzaine de karatekas (bien gradés), après échanges de nombreux noms d'oiseaux et autres amabilités, se sont accrochés avec une bande de voyous locaux. Trois seulement sont restés coincés sur place, leurs camarades d'entraînement ayant appliqué à la lettre la stratégie de la fuite, en préférant se mesurer à... la course à pieds. Bref, les trois s'en sont sorti, (ils n'étaient pas très beaux à voir le lendemain), sans trop de dommages. Mais cette façon de faire, celle de ceux qui ont fui, ne serait-ce pas une manière de tricher sur la responsabilité du gradé, de la ceinture noire.

S'ils étaient restés les forces auraient été équilibrées et leur collègues n'auraient pas été en grand danger. A partir de cet évènement, j'ai eu une forme de désillusion sur la symbolique de la ceinture noire. Elle ne représente pas toujours, hélas, la valeur morale ou de courage, ou encore le niveau d'éthique présumé y être attaché. L'on voit bien que certains pratiquent les arts martiaux pour l'esthétique, d'autres pour l'esprit guerrier, mais tous ne pratiquent pas de la même manière, ni pour les mêmes raisons. Et puis la valeur des mêmes distinctions (ceinture noire) perturbent forcément, puisqu'en fonction du contexte de pratique cette symbolique n'a pas le même sens et parfois même n'a aucun sens. Preuve en est dans cet exemple.

**Thomas** : avec la pratique de l'Art Martial, j'ai appris à ne plus répondre à toutes les formes de provocation (pas forcément physiques). J'ai appris à ne plus m'épuiser lorsque certaines provocations semblent puériles et touchent uniquement à mon égo. C'est peut-être ça, j'ai appris à mettre mon égo de côté. Mais paradoxalement, une certaine confiance en moi « je sais ce que je vaudrais, je ne veux pas rentrer dans un conflit où je risque de détruire l'autre », me fait penser que mon égo me fait mentir.

**Bruno** : tu construis un égo, mais c'est bien, il faut voir si cet égo est tourné vers l'autre. A mon avis il faut accepter de se construire, autour de cette violence qui est le propre de l'homme, apprendre à la canaliser chez soi, et, en l'appriivoisant, probablement arriver à la canaliser chez les autres. Apprendre de cette violence, apprendre à la mesurer, est un moyen de ne pas mettre en danger autrui. D'un côté on s'endurcit, et d'un autre on apprend à être raisonnable, rester pleinement humain.

**David** : oui mais par exemple, je suis avec ma compagne, et quelqu'un l'insulte dans la rue. Comment dois-je réagir ? Entre mon image auprès d'elle (probablement vexée ?) et mes valeurs propres, dois-je contre-attaquer, ou laisser passer l'insulte ? À quel moment je me mens ?

**Bruno** : c'est vrai, il y a parfois des personnes qui cherchent juste un prétexte pour en venir aux mains. L'insulte peut être une manière d'asservissement de ton esprit pour t'amener à en venir à la confrontation physique. Avec l'expérience, il est possible d'apprendre à ne pas se laisser manipuler.

**Geoffrey** : tu peux expliquer ta position plus tard à ta compagne, si elle ne la comprend pas, ben... c'est dommage pour elle.

**David** : dans la rue, honnêtement, la position *Tengu-no-kamae* est tout de même bizarre, peut-être agressive car inconnue pour l'opposant. Elle est à adapter dans un contexte plus « urbain ».

**Yannick** : Yannick illustre : *une fois, à une photocopieuse, j'imprimais 200 pages, deux personnes sont arrivées pour photocopier 1 feuille. Je leur dis : « ne vous inquiétez pas, c'est bientôt fini ». L'un d'eux « Ah c'est à toi ?! Viens on lui pète la g... ! » A-t-il dit en regardant le second. Je me mets alors en Tengu-no-kamae « Ok, allez-y ». Et ils ne sont pas venus. J'ai senti quelque chose que je n'acceptais pas, pourtant ça ressemblait plus à des taquineries. Mais un réflexe contextuel est probablement apparu.*

**Philippe** : il m'est arrivé une fois, de projeter une personne au sol. J'avais pratiqué le judo. C'était aussi un réflexe, mais certainement un peu trop violent.

**Bruno** : un autre questionnement sur « ne pas tricher », que j'aimerais partager avec vous. Dans certaines disciplines martiales, il est possible d'apprendre à se défendre contre des armes. En premier lieu à mains nues, puis avec des armes factices. Mais pour aller plus loin ? Pour être « réaliste », ne pas tricher, on s'entraîne avec du vrai ? Doit-on le faire ? On monte progressivement en difficulté, mais n'amène-t-on pas une forme d'escalade dans la violence, dans notre propre violence ? Cet entraînement ne risque-t-il pas d'amener des réflexes démesurés lors d'une rencontre violente dans la rue ?

**Alain** : *Tengu* doit aussi nous apprendre à « mettre les radars à zéro », ça nous permet également probablement de ne pas s'attirer plus d'ennuis qu'il ne pourrait y en avoir.

**Sensei** : se mettre au rouge, ou être au rouge tout le temps n'est pas possible, c'est très fatigant et c'est risqué pour soi et pour les autres. Il faut apprendre à mesurer le contexte et ne pas tout placer au niveau du danger direct.

**Thomas** : en parlant du code rouge. Cela m'est déjà arrivé de devoir être vigilant, en étant calme d'aspect tout en étant bouillonnant à l'intérieur car il y avait un réel danger. Est-ce que je me mens à ce moment ?

**Bruno** : je ne crois pas. Mon avis est que pour ne pas tricher, ne pas se mentir à soi-même, il est nécessaire de s'entraîner beaucoup ; ainsi tu connais ton corps, tu connais tes réflexes, tu performs tes sens, tu n'as pas (plus) besoin de prouver aux autres. Finalement tu te remets en question régulièrement et tu te forges peu à peu, en multicouches, comme l'on dit, comme la lame d'un katana. Là, tu es sincère dans ton entraînement.

**Alain** : ce qui est difficile c'est qu'on s'instruit avec des règles, le respect de l'autre, mais finalement on risque de confondre la situation « simulation » et celle dans la rue, et par conséquent se mettre en danger. Il faut à un moment prendre conscience que malgré nos valeurs, l'autre en face n'agira pas avec ces mêmes valeurs.

**Geoffrey** : oui, en quelque sorte la confrontation physique va de pair avec la confrontation des valeurs.

**Bruno** : si tu t'entraînes beaucoup et sérieusement, le bagage technique tu l'as. Tu peux donc opposer à l'animalité et l'absence de règles de l'agresseur, une forme de technique : adapter tes réactions et agir au plus juste, afin de préserver au mieux ton intégrité, et également en quelque sorte la sienne. Le bagage technique ne fait pas tout, mais allié à une volonté forte, il permet souvent de prendre du recul sur l'anxiété provoquée par l'opposition en cours. Et si l'agresseur n'a pas de valeurs, soit ; à nous de le dévier de ses intentions, tout en gardant notre ligne de conduite.

**Fin de la discussion** (23h00)