

l'art de **la Voie**

Histoire et culture des arts martiaux



PANTHÉON MARTIAL

Huo Yuanjia

Certainement une des plus grandes légendes des arts martiaux chinois avec Bruce Lee et Huang Feihong

LUMIÈRE SUR...

L'Aunkai

Plongez au coeur des bujutsu et consolidez vos fondations

HISTOIRE D'UN ART

Le Kback Kun Boran

Khmer

Evolution des arts martiaux Khmer tout au long de leur histoire



LA VOIE DU SABRE

KOBUDO



ÉDITORIAL

Bonjour à tous.
Pas mal de nouveauté ce mois-ci dans l'art de la voie.

Comme promis dans le numéro 8 beaucoup de changement pour cette année. Pour commencer l'Art de la Voie se dote d'une nouvelle mise en page plus moderne et plus efficace.

Vous retrouverez aussi une nouvelle rubrique intitulée "Mise au poing". Bien entendu cette rubrique ne se limitera pas aux techniques de poing tout comme "la Voie du Sabre" ne se limite pas aux techniques du sabre. Dans cette rubrique vous retrouverez chaque mois une technique présentée par un expert.

Je profite aussi de cet edito pour vous remercier tous de votre soutien et de votre fidélité, l'Art de la Voie ayant dépassé les 2500 téléchargements sur les 8 premiers numéros.

Et comme toujours retrouvez l'ensemble des numéros en téléchargement sur Masterfight.net

SOMMAIRE

Histoire d'un art	Kbach Kun Boran Khmer	page 3
Bibliographie	Le petit manuel de capoeira	page 9
La voie du sabre	Le kobudo	page 10
Filmographie	Ip Man	page 13
Mise au poing	Oïe Tsuki	page 14
Lumière sur	Aunkaï, Bujutsu Tanren	page 15
Panthéon des arts martiaux	Huo Yuanjia	page 19
La voie numérique		page 21

Rédacteur en chef	Antoine Thibaut
Rédacteurs	Johnny Gence, Yanouris Meas et Antoine Thibaut
Correction	Marina Fiquet, Gilles Aubin
Maquettistes	Gilles Aubin et Waly Villca
Contact	lartdelavoie@laposte.net

Diffusion





HISTOIRE D'UN ART

Le Khbach kun boran khmer

L'arme la plus utilisée durant cette période était le bâton long car le territoire était occupé par des forêts et que le bois et les bambous étaient très abondants. Les couteaux et les autres objets tranchants confectionnés à partir d'os d'animaux, de pierre et de bronze faisaient aussi partie des armes.

LE KBACH KUN BORAN KHMER

De nombreux ouvrages ont été consacrés à l'histoire du Cambodge. Notamment sur l'histoire, la géographie, le droit, la politique, la culture, etc. Mais pas sur les Arts martiaux khmers et encore moins sur l'histoire des Arts martiaux khmers.

Je vais essayer de décrire l'évolution entre les Arts martiaux khmers et l'histoire du Cambodge pour mieux comprendre le développement de ces Arts depuis leurs lointaines origines.

L'EXISTENCE AVÉRÉE DES ARTS MARTIAUX KMHERS AVEC J-C.

Origines (avant l'année 0 – JC)

Les khmers se sont établis sur leur territoire actuel vers l'an 6000 avant J-C. (1). Ils appartiennent au peuple « Munda » (2) et non au peuple « Môn » qui est arrivé de Birmanie vers l'an 3000 avant J-C.

En ces temps anciens, la forêt était dense et impénétrable. Les khmers vivaient dans la forêt et la plupart du temps dans les arbres et adaptaient progressivement leurs habitations en les construisant sur pilotis.

Durant cette période, les khmers avaient conservé leur langue et leur culture, héritage du peuple « Munda ».

La culture « khmère » était basée sur :

- La croyance aux génies : humains (nèrk ta), naturels (sol, eau, forêt, etc.)
 - La primauté du matriarcat : gestion du foyer, éducation des enfants... D'où l'expression khmère qui existe depuis longtemps : « Preah Mé, Preah Ba ». (Mé signifie la mère et Ba le père, la mère précède toujours le père).
- Gérer la cité, la ville, le territoire et

l'armée relevait aussi des prérogatives des femmes. Le chef de guerre était une femme. Les hommes étaient relayés au second rôle de soldats et c'était des femmes qui commandaient. Les adjoints du chef étaient constitués aussi de femmes.

L'arme la plus utilisée durant cette période était le bâton long car le territoire était occupé par des forêts et que le bois et les bambous étaient très abondants. Les couteaux et les autres objets tranchants confectionnés à partir d'os d'animaux, de pierre et de bronze faisaient aussi partie des armes.

La région où les khmers vivaient se trouvait sur la route du commerce maritime et constituait un relais nécessaire pour beaucoup de navigateurs.

Le commerce existait entre les khmers de la côte occidentale de la Cochinchine et les navigateurs venant de la Chine, le Moyen Orient, l'Occident méditerranéen ainsi que l'Inde.

L'Empire du royaume d'Angkor Borei s'étendit jusqu'au sud de la Malaisie...

Royaume d'Angkor Borei ou Nokor Phnom (Founan) - 0 à 650 après JC

Le royaume d'Angkor Borei, constitué d'une mosaïque de petits Etats couvrait la frange côtière du Cambodge actuel et du delta du Mékong.

Vers le milieu du 1er siècle, un brahmane hindou nommé «Kaundinya» ou « Hun Tirm » avait vaincu une princesse khmère connue sous les noms de « Yey Liv » ou « Soma » puis il gouverna le Royaume d'Angkor Borei.

Pour la première fois, le royaume khmer eut à sa tête un roi à la place d'une reine. Ce royaume avait d'autres Etats khmers

comme vassaux, en particulier le Kambuja (Tchenla).

Au début du IIIème siècle, le roi le plus actif fut Fan Che Man. Il commença par structurer la bureaucratie du Royaume, développa l'armée et la flotte pour attaquer et soumettre les Royaumes voisins. L'Empire du royaume d'Angkor Borei s'étendit jusqu'au sud de la Malaisie, et jusqu'à l'actuel Myanmar (anciennement Birmanie) à l'ouest et jusqu'à Nha-Trang à l'est.

Sous le règne de Fan Che Man, le chef de guerre « Suthèr Korih » en l'an 207 avait développé l'Art de combattre avec

A propos de l'auteur



Yanouris Meas est Educateur sportif diplômé d'Etat (7 B.E.E.S.) et éducateur sportif fédéral (15 BF)

Passionné d'histoire du Cambodge et d'arts martiaux khmers.



1) « Histoire des Khmers » par THACH TOAN édité par l'Harmattan en 2009, page 18.

2) « Histoire de l'Inde » par Alain DANIELOU édité par Fayard, page 24

« Lompéng ou dombang khèl » (lance - photo 1) et perfectionné la pratique du dombang véng (long bâton).

L'Art et la maîtrise de ces deux armes ont contribué l'armée de Fan Che Man à soumettre le Royaumes voisins.

En 534, deux maîtres d'armes du Kambuja (Tchenla) ont créé deux disciplines martiales ayant spécialement pour but de vaincre les soldats du Royaume d'Angkor Borei.

Les rois du Tchenla d'eau furent emmenés en otages...

épées ». La façon de tenir et de manipuler ces épées est différente de celle du lkot tvik comme le montre la photo n° 3.A partir du milieu du VIème siècle.

A la mort du dernier roi du Funan, Bhavarvarman Ier, prince de Tchenla devenu roi du royaume de Tchenla fit la guerre contre le royaume suzerain.

Grâce à ces deux disciplines martiales (Lkot tvik et Dav Plouh), à la réorganisation de l'armée et l'entraînement des soldats avec les nouvelles armes, le Kambuja

Une de ces deux disciplines était mise au point par Lok Kru (maître) Yoh Srih et portait le nom de « lkot tvik » (photo n° 2), plus connu sous le nom actuel d'origine étrangère de bokator ou lbokator. Il s'agit d'une discipline martiale utilisant une paire de bâtons courts, tenu et collé chacun à l'avant-bras pour combattre les soldats experts en bâton long et à la lance.

La deuxième discipline fut créée par Lok Kru Taram Yuth. Il s'agissait du « Dav Plouh » ou « Dav Kou » ou « Double

(Royaume de Tchenla) annexa le Royaume d'Angkor Borei (Founan) sous Bhavarvarman Ier et ses successeurs. Le nouveau « Kambuja » agrandi du « royaume d'Angkor Borei » devint le nouveau Royaume suzerain.

Jayavarman II (Environ 770 à après 830)

Le VIIIème siècle fut marqué par une domination probable javanaise.

Entre 710 et 715, le Tchenla se divisa en deux : le Tchenla de terre



(approximativement, l'ancien Founan) et le Tchenla d'eau. Les rois du Tchenla d'eau furent emmenés en otages à Java (au pays des Chvirs, disaient les khmers).

Né en 750 d'une famille khmère déportée au pays des Chvirs (Indonésie), Jayavarman II avait auprès de lui Lok Kru TEUM MOK (prim = kru par lignée) qui se faisait passer pour un fidèle serviteur aux yeux des Chvirs. Trouvant le temps

long durant sa « captivité », Jayavarman II s'entraîna au combat au corps à corps avec son Richir Kru et créèrent ainsi le « Maliyuth » ou la lutte (photo n° 4).

La lutte khmère est ainsi née en Indonésie sans que les Chvirs ne s'en rendent compte.

Vers la fin du VIIIème siècle, lorsqu'il se rendit au Cambodge, Jayavarman II a fait élaborer un kompi (encyclopédie ou

recueil) de Maliyuth où il obligeait ses soldats à pratiquer la lutte. Plus tard, il libéra le Cambodge de la tutelle des Chvirs.

L'APOGÉE DE CET ART MARTIAL SOUS LE RÈGNE DE JAYAVARMAN VII AUX XII^E ET XIII^E SIECLES

Jayavarman VII (1181 – après 1218)

Né en 1125, Jayavarman VII prit officiellement le pouvoir en 1181. Sa carrière publique commença très tôt avant son avènement.

En 1138, Ta Boh (un jeune prêtre), connu sous le nom de Toam Rêrk avait effectué un travail de recherche afin de rassembler toutes les techniques constituant les Arts martiaux khmers.

En 1177, Ta Boh arrêta d'être un religieux. Il pouvait ainsi commencer à créer et développer d'autres nouvelles disciplines martiales.

Il fit venir les 36 meilleurs experts krus du Royaume qui pouvaient avoir des spécialités différentes pour lui enseigner leurs Arts martiaux.

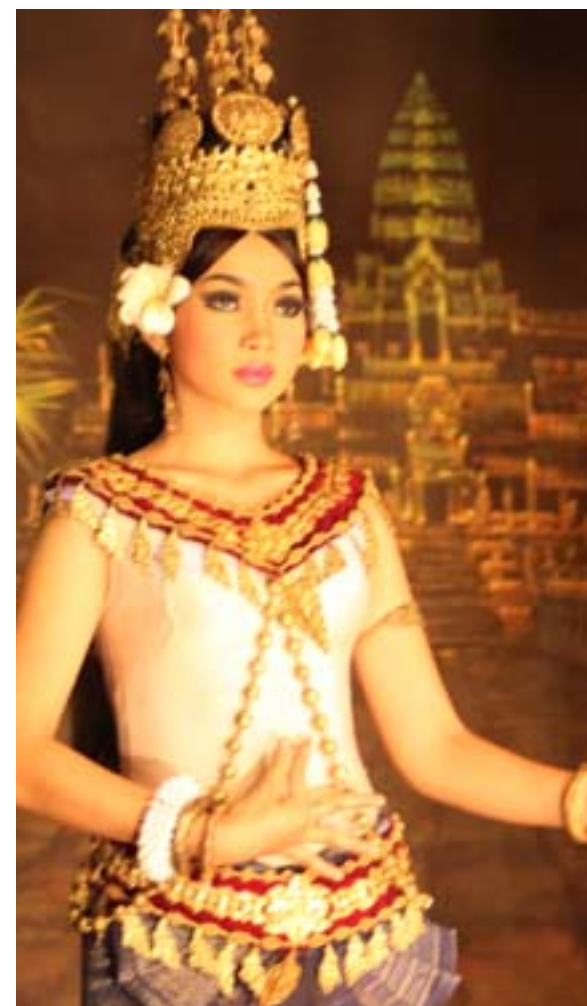
Ta Boh qui fut le Richir Kru du roi Jayavarman VII avait TOUT appris en peu de temps et devint plus fort que chacun des

36 krus. De retour, les 36 krus acceptèrent d'être enseignés par Ta Boh dans le but de mieux entraîner leurs soldats pour faire la guerre.

C'EST SOUS LE REGNE DU ROI JAYAVARMAN VII QUE TOUTES LES TECHNIQUES MARTIALES KHMÈRES ONT ÉTÉ RASSEMBLÉES DANS UN KOMPI MARTIAL CONNU SOUS LE NOM DE « YUTHAKROM KHÖM ».

Ce fut la période où l'empire Khmer atteignit son apogée au niveau économique, social,...territorial et militaire. Les Arts martiaux khmers ont contribué fortement aux pays voisins à craindre l'armée royale, donc à ne pas oser s'attaquer au royaume khmer. La stratégie de guerre des khmers était se faire craindre par les Etats voisins et non de se faire aimer.

Le Yuthakrom Khöm traite trois grands



Le Khöm Yuth est un ensemble de recueils qui rassemble toutes les techniques martiales...

domaines relatifs à l'Art de la guerre :

- 1) Le Koliyuth (ruse et stratégie de guerre)
- 2) Yuthasèl (croyance spirituelle, surnaturelle, etc...)
- 3) Yuthakun Khöm ou Khöm Yuth (techniques de combat)

Le Khöm Yuth est un ensemble de recueils qui rassemble toutes les techniques martiales des Grands Krus (maîtres experts) sous le règne de Jayavarman VII. Ces recueils servaient de support d'enseignement aux soldats afin qu'ils soient mieux préparés à faire la guerre. Il contient des techniques de combat redoutables et une méthode de transmission très efficace.

Je vais traiter seulement le troisième domaine : le Yuthakun Khöm ou Khöm Yuth.

Pourquoi le Kompi inhérent aux parties techniques de combat s'appelle-t-il le Yuthakun Khöm ?

Selon lok Kru PHOUM Nacry, (rare kru ayant étudié les Arts martiaux khmers à partir de ces recueils), le mot Khöm est très important car il désigne l'origine des

Khmers (livre d'histoire khmère par TREUM NGIR publié en 1967 à Phnom-Penh).

Jayavarman VII a donné le nom de Yuthakun Khöm au Kompi en reconnaissance des ancêtres des Khmers (les Khöms) qui ont créé et développé les techniques de combat durant plus d'un millénaire.

On ne peut pas enlever le mot Khöm du Yuthakun Khöm par respect à ces ancêtres martiaux (Bophèrk Boroh). Yuth signifie combattre et Kun signifie Art ou Technique. Yuthakun Khöm signifie l'Art de combattre venant des Khöms (ancêtres des Khmers).

Le Kompi de Khöm Yuth ou de Yuthakun Khöm est constitué de trois parties :

- 1) Athmaniyuth

L'Athmaniyuth concerne les Arts de combat avec le Corps humain sans armes. Athma signifie le « corps » ou le « moi » en sanskrit et en Pali. La boxe pieds-poings fait partie d'Athmaniyuth ainsi que le Maliyuth (lutte khmère née dans le pays

Chvir et non en territoire khmer).

2) Haniyuth

Le Haniyuth concerne les techniques de combat avec les armes en bois et qui regroupent les bâtons longs, les cannes (cheu chroit), etc... et donc aussi le lbokator (double bâtons courts) ou le lkot tvik (terme original en sanskrit du double bâtons courts).

3) Khaniyuth

Le Khaniyuth concerne les techniques de combat avec armes telles que les épées, la lance, la hache, le couteau, le pkak, etc...dont les parties coupantes sont faites en bronze, acier...

1327-1432 : C'était une période sans gloire qui contribuait à la perte et à la disparition des Arts martiaux khmers.

1352 : Le royaume d'Ayuthia (Siam) avait vaincu les khmers et s'empara d'Angkor avec une déportation de 90000 khmers dont les krus d'Arts martiaux, le ballet royal (photo 5)... Il occupa Angkor durant cinq années.

1393 : Angkor fut saccagé de nouveau par les siamois et 70000 habitants furent déportés à Ayuthaya. Les Krus d'Arts martiaux faisaient partie des déportés.

1431 : Une nouvelle conquête des siamois avec une déportation de 40000 personnes, impliquât l'abandon d'Angkor.

LES ALÉAS DE L'HISTOIRE DES ARTS MARTIAUX KHMERS.

De leur disparition puis de leur redécouverte partielle sous le règne du roi ANG Duong au début du XIXème siècle.

Ang Chan 1er (1515-1566)

Durant son règne, devant une perte massive en être humain dont font partie les Krus d'Arts martiaux khmers, en 1521, le roi Khmer Ang Chan 1er a demandé aux prims (krus par destinée) de rassembler toutes les éléments relatifs aux Arts martiaux, de les transcrire afin de préserver cet héritage.

Le nouveau Kompi s'appela « Kompi Vichey Sangkrirm » (L'art de faire la guerre).

En 1529, un prince khmer nommé PONGIR ONG a pu rassembler 4/7 des kompis et les ont offerts aux thaïs. Heureusement, un des chefs de l'armée khmère nommé « Peach » a pu préserver les 3/7 autres kompis. Ainsi, les kompis les plus importants venant des Khöms sont restés au Cambodge.

Ang Duong

En 1839, c'est durant la période où la domination vietnamienne et thaïlandaise au Cambodge fut la plus forte que le roi ANG DUONG a rassemblé ses hommes de confiance pour aller récupérer les Kompis que POGNIR ONG avait donnés aux thaïs. Les kompis n'ont pas pu être tous récupérés. Le roi Ang Duong fit rassembler les savants et krus pour faire des copies et restaurer des kompis existants et essayer de refaire ceux qui ont disparu. Mais les résultats des travaux sont moins bons que ceux d'Ang Chan 1er compte tenue de la

situation politique du Cambodge en cette période. Les nouveaux kompis s'appellent « Kompi Vichey Sangkrirm Khöm Yuth » (même appellation de celle de Ang Chan 1er avec l'ajout de Khöm Yuth).

Le protectorat français (1863-1953)

Sous le protectorat, il était interdit sur tout le territoire khmer de s'entraîner aux Arts martiaux pour des raisons évidentes de sécurité pour les soldats français. Cela n'empêchait pas les khmers de s'entraîner en cachette dans les forêts et pendant la nuit.

Avec une grande discrétion, le roi Norodom, fils aîné du roi Ang Duong avaient demandé aux hommes de confiance et aux bonzes d'aller cacher les kompis d'Arts martiaux aux pieds des montagnes et dans les pagodes.

Pendant ce temps, les français avaient autorisé la pratique de la boxe khmère avec des nouvelles règles interdisant toutes les techniques dangereuses. Trente six techniques étaient seulement autorisées. La boxe khmère fut devenue une boxe sportive. C'est de cette initiative qu'est né le Prodal Sérey (photo 6), une boxe qui sera pratiquée dans tout l'Asie du Sud-Est (Muay Thaï en Thaïlande, Muay Lao au Laos). Les français ont aussi importé la boxe anglaise au Cambodge.

Avril 1975-Janvier 1979 : Période noire pour le Cambodge



Ce fut encore une période noire pour les Arts martiaux khmers et le peuple khmer. Les intellectuels,... et les krus d'Arts martiaux furent tués. Les Kompis, s'ils existent, furent laissés à l'abandon, aux proies de l'humidité, des insectes...

Aujourd'hui

Il ne reste plus de trace des Kompis sur les Arts martiaux khmers.

Le Prodal Sérey connu au niveau international sous le nom de Kun Khmer (héritage du protectorat français) est fortement ancré dans la culture khmère. Dans toutes les provinces, dans les villages, existent les clubs de Kun Khmer.

Concernant les Arts martiaux (Arts de la

Le "club Kla Hoh" est un excellent endroit pour apprendre l'art martial traditionnel...

Lok Kru CHAN Bunthoeun (père du boxeur et acteur CHAN Rothana) enseigne au troisième somnak hat, qui porte le nom de "Club Kla Hoh" (photos 10 et 11) et qui se trouve à Phnom-Penh, Sangkat Chak Angrè Krom sur la route qui mène vers Takhmao. C'est un excellent endroit pour apprendre l'Art martial traditionnel ainsi que le Kun Khmer.

Le quatrième Club se trouve à Battambang. C'est Lok Kru PHOUM Nacry (photos 12 et 13) qui enseigne à partir du Kompi de Jayavarman II, le Yuthakun Khöm. En son absence, c'est son fils cadet qui prend le relais. Ici, vous touchez l'excellence. A s'y rendre absolument, vous allez apprendre un Art martial vraiment authentique et boran.

Concernant l'Art martial traditionnel venant aussi des kompis sous le règne de Jayavarman VII, dont les connaissances sont transmises de génération en génération avec une perte et une déformation de cet Art avec le temps, vous pouvez cependant le pratiquer chez les krus (photos 14, 15 et 16) dans certains villages, ou dans certaines villes.

Souvent ces krus ne disposent que d'une connaissance parcellaire de l'Art martial

guerre) issus du Kompi de Jayavarman VII, en ma connaissance, quatre endroits seulement pouvaient transmettre ce savoir. Le premier se trouve dans un village limitrophe entre les provinces de Kampot et de Takéo, sur la route qui mène vers l'usine de cimenterie, enseigné par le fils (photos 7 et 8) de Lok Kru PHOUM Nacry. Le kru est un jeune, l'équipe dirigeante ainsi que le cadre sont sympathique, je vous conseille de leur rendre visite si vous voulez découvrir le Yutakhun Khöm.

Le deuxième se trouve à Phnom-Penh dispensé par "Seuh Chbang" nommé Sung (photo 9), élève de Lok kru PHOUM Nacry.

khmer. L'un qui connaît seulement la lutte, un autre le bâton long, un autre la boxe etc... Il est rare que ces krus connaissent l'ensemble des disciplines constituant le Yuthakun Khöm - combat sans armes (boxe et lutte) - combat avec armes : long bâton, lkot tvik, dav plouh, etc...

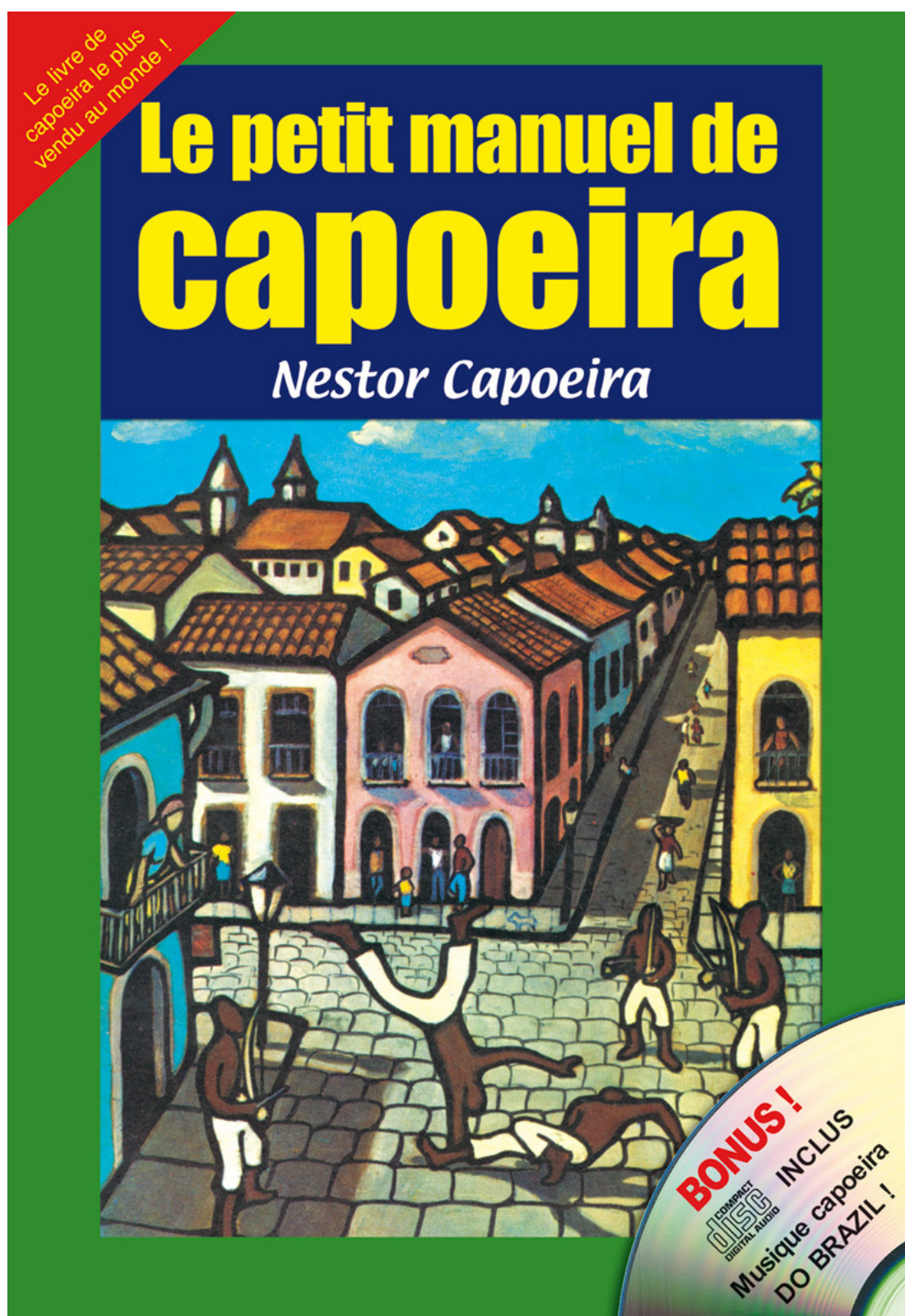
Lok Kru MEAS Sok à la ville de Kampot (photo 17) peut rassembler les différents krus locaux pour vous enseigner un Art martial khmer authentique mais qui reste cependant parcellaire.

Concernant le maliyuth ou la lutte (photo 18), vous pouvez la pratiquer à Phnom-Penh, à Wat Vihear Sour ou à Kompong Chnang.

Actuellement, seuls deux krus disposeraient de la majorité de l'ensemble des connaissances des Arts martiaux khmers (Athmaniyuth, Haniyuth et Khaniyuth) : il s'agit de Lok Kru CHAN Bunthoeun (Phnom-Penh-Chak Angrè Krom) et essentiellement de Lok Kru PHOUM Nacry (Battambang). Et c'est vers ces deux krus que je vous conseille d'aller voir si vous souhaitez pratiquer les Arts martiaux authentiques khmers.■

Yanouris Meas





Le petit manuel de Capoeira *de Nestor Capoeira*

Rares sont les livres traitant de la capoeira, un art que beaucoup ne considèrent même pas comme un art martial. Cependant par cette œuvre, Nestor Capoeira nous montre que cet art mérite sa place autant que le judo ou le taekwondo.

Ce manuel, sorti en 1981, n'était à l'origine qu'une simple aide pour les pratiquants mais au fil des rééditions, il est devenu un ouvrage particulièrement complet de presque 300 pages, s'adressant autant aux pratiquants de l'art qu'aux curieux. Dans ce livre on trouve tout d'abord une brève description de la capoeira, bien vite suivie d'une histoire assez détaillée de cette dernière. On plonge ainsi dans la naissance de cet art au sein des esclaves puis des classes pauvres et des guerres de gangs. Mais la vraie richesse de ce livre se trouve après cette histoire.

En effet l'essentiel de l'ouvrage se consacre à la pratique et à l'apprentissage de l'art. On y retrouve ainsi une partie théorique conséquente suivi d'un ensemble de techniques toujours illustrées et bien expliquées avec de nombreux conseils. On y retrouve aussi un certain nombre techniques très avancées et de frappes exécutées à des endroits particulièrement précis comme le "cutelo" ou le "dedeira". Autre point intéressant on y retrouve la séquence (pratique semblable à un kata ou un tao) du maître Bimba.

Ce ne sont là que quelques éléments. On y retrouve aussi les rituelles, les chants... Enfin, un dernier point fort est que le livre est vendu avec un cd car la capoeira ne pourrait être pratiquée sans musique. ■



LA VOIE DU SABRE

Le Kobudo

Si aujourd'hui le tonfa, le nunchaku, le bâton... et tout ce qui est utilisé dans le kobudo est considéré comme une arme par nature, à l'époque tous ces objets étaient avant tout des outils de la vie quotidienne

LE KOBUDO

LES ORIGINES DU KOBUDO

Partie 1

Le nunchaku, le tonfa, le sai... dans notre société occidentale actuelle, chacun de ses objets est considéré comme une arme par nature. Cependant ces armes étaient à l'origine des outils utilisés par les paysans et pêcheurs d'Okinawa pour se défendre face aux sabres des pirates et des

L'origine du kobudo, l'âge d'or d'Okinawa.

Le kobudo, tout comme le karaté, prend ses origines dans l'archipel des Ryūkyū sur l'île d'Okinawa. Bien qu'il ait existé des méthodes de combat antérieures, le kobudo semble naître au cours du XVème siècle. Au début de ce siècle l'archipel des Ryūkyū était un état vassal de la Chine à qui elle avait prêté allégeance lors du siècle précédent. Ceci permit à plusieurs familles chinoises de s'installer sur l'île et d'y introduire les bases de certains arts du sud de la Chine. Avant 1429 l'île était divisée en trois grandes provinces Chuzan, Okuzan et Nagan.

C'est en 1429 que les 3 puissances de l'île s'unirent pour ne former plus qu'un seul royaume sous la direction du roi Sho Hashi. Le nouveau climat de paix et la situation géographique de l'île en firent une plaque tournante du commerce maritime d'Asie du sud-est, et on y retrouvait des commerçants issus de nombreux pays tel le Japon, la Chine, l'Inde, la Malaisie, la Thaïlande... Ceci permit, entre autre, un

envahisseurs. Cet art a une autre particularité: celle de s'être créée entièrement autour d'un système comprenant presque exclusivement des armes par destination, mais chacun de ces outils est aussi dangereux qu'un sabre entre les mains d'un expert du kobudo.

mélange des cultures et vraisemblablement certains échanges sur le plan des arts martiaux.

Pour préserver ce climat de paix et le nouvel âge d'or de son royaume mais aussi éviter toute révolte, le roi Sho Shin fit interdire les armes et les confisqua à son peuple. Cette décision amena les habitants à chercher d'autres moyens pour se défendre. Les nobles créèrent le karaté qui sera durant longtemps l'apanage de leur caste tandis que le peuple dut apprendre à utiliser leurs outils pour se défendre.

Si aujourd'hui le tonfa, le nunchaku, le bâton... et tout ce qui est utilisé dans le kobudo est considéré comme une arme par nature, à l'époque tous ces objets étaient avant tout des outils de la vie quotidienne que les habitants portaient sur eux (la majorité étant des pêcheurs ou agriculteurs). De plus bien que le pays fut en paix, il était régulièrement la cible de pillards et pirates notamment japonais du fait de sa situation géographique et de sa réussite commerciale.

[...] bien que le pays fut en paix, il était régulièrement la cible de pillards et pirates



L'invasion japonaise L'âge de l'art populaire

Le pays continua de prospérer jusqu'en 1609, année lors de laquelle le clan Satsuma vint envahir l'île. Cette invasion ne fut pas un événement anodin. En effet, en 1603 Ieyasu Tokugawa réussit à unir le Japon suite à la victoire lors de la bataille de Sekigahara en 1600, cependant le clan Satsuma gardait une certaine animosité vis-à-vis du shogun. Ainsi ce dernier les envoya conquérir l'île non seulement pour que le Japon dispose de cet emplacement stratégique, mais aussi pour canaliser





l'animosité du clan qui avait déjà des vues sur l'archipel. Suite à l'invasion, le clan Satsuna réitéra l'interdiction du port d'arme. Il est aussi dit que ce dernier confisqua un grand nombre d'outils métalliques de manière à s'approvisionner en fer.

Cette seconde interdiction permit un second essor du kobudo. En effet les habitants avaient besoin de pouvoir se défendre contre l'occupant japonais. Il est de plus fortement envisageable que le kobudo doive une partie de son essor au sentiment antijaponais de l'époque. Ceci amena la kobudo à se développer au sein du peuple okinawaïen tout en restant méprisé par les japonais qui jugeaient cet art inférieur.

Déclins et renaissances de l'art.

Suite à la restauration Meiji en 1868, la pratique martiale est relativement mal vue des autorités car dépassée à l'heure de la nouvelle armée japonaise basée sur le modèle occidental. L'art réussit cependant à survivre auprès de quelques maîtres. C'est dans le début du XXème siècle que le kobudo réussit à ré-intéresser une part de la population japonaise et ce avant l'avènement du karaté. Cet art était en effet perçu comme exotique car venant d'Okinawa qui bien qu'étant une préfecture du Japon était considérée comme étrangère.

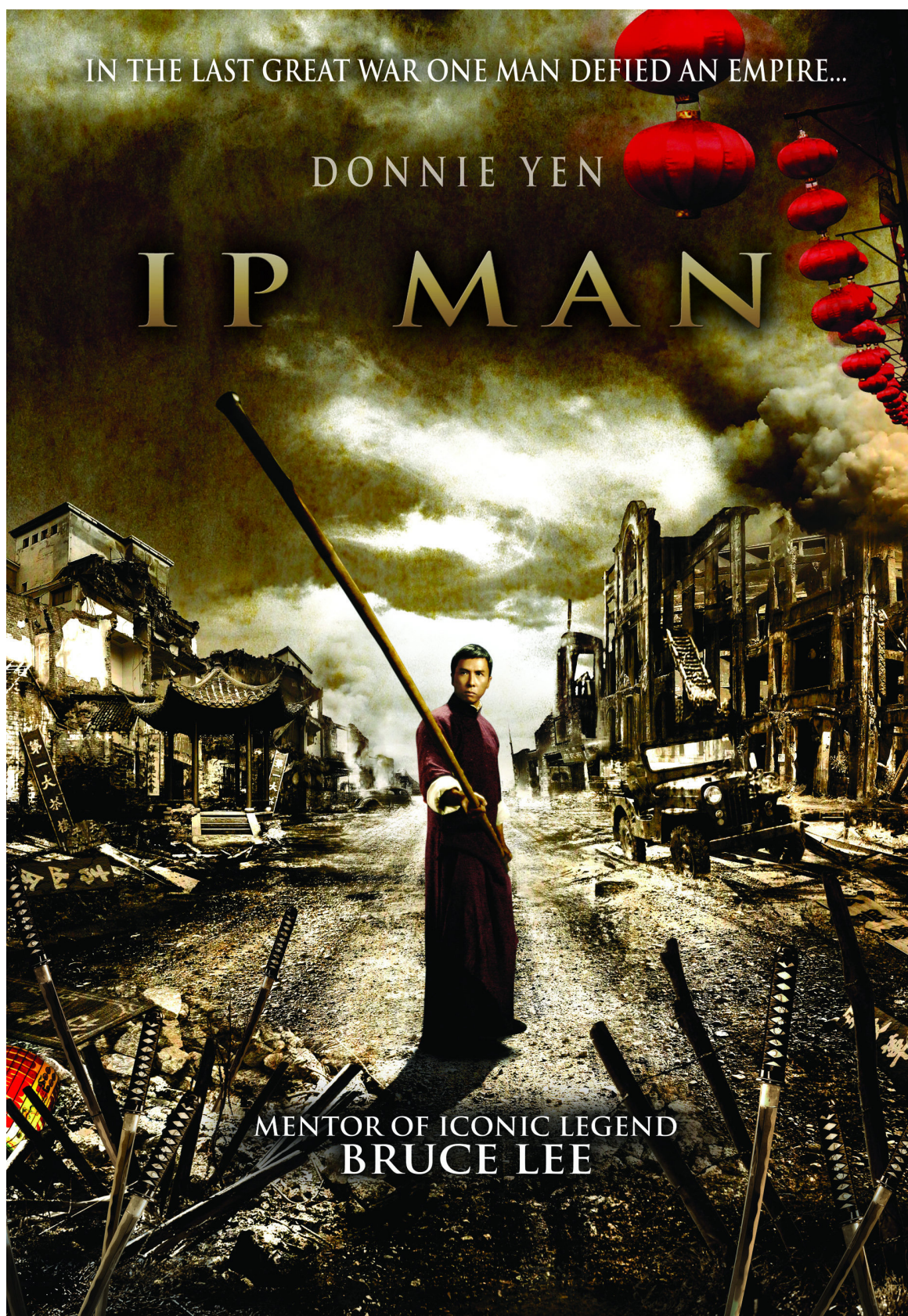
Suite à la seconde guerre mondiale et à la destruction de l'île, ce furent les GI américains qui furent à l'origine d'un renouveau de la discipline. Ces derniers

apportèrent aux Etats Unis les premières bribes de cet art ainsi que le karaté lors de leur retour au pays. Cet art provoqua un certain intérêt auprès de la population ce qui amena les experts okinawaïens à s'organiser en un certain nombre de fédérations rivales.

Une de ces fédérations fut fondée en 1970 par Maître Shinpo Matayoshi qui est certainement l'un de plus grand maître de kobudo de l'époque moderne. Cette fédération nommée à l'origine l'Association de Kobudo des Ryu-Kyu deviendra un an plus tard la Fédération de Kobudo d'Okinawa. Son importance dans la diffusion du kobudo fut telle qu'il reçut le titre de « trésor impérial vivant ». il décèdera en 1997.

Aujourd'hui bien qu'il soit possible de pratiquer un peu partout dans le monde le kobudo comme un art indépendant, ce dernier est bien souvent pratiqué comme un auxiliaire au Karaté. ■





Synopsis

« Film biographique sur la vie de Ip Man, un maître de Kung-Fu spécialisé dans le style Wing Chun qui fut le maître de Bruce Lee. Dans les années 30, Ip Man vit à Foshan dans le sud de la Chine, lors de l'occupation japonaise. Face à ses indéniables talents en matière d'arts martiaux, les japonais lui demandent d'entraîner les soldats, ce qu'il refuse catégoriquement. Il va alors devoir lutter pour sa survie. »

Qui ne connaît pas le film Yip Man, réalisé par Wilson Yip en 2008 ?

Ce film est **certainement l'un des plus appréciés des amateurs d'arts martiaux** à l'heure actuelle et ce pour de bonnes raisons.

Ce qui frappe dans ce film, hormis une bande son magnifique et un jeu d'acteur d'une grande qualité, ce sont les combats. Ces derniers sont époustouffants et magnifiquement chorégraphiés tout en restant plutôt réalistes. Même le combat où Ip man se bat seul face à une dizaine d'homme ne semble pas trop surjoué. On pourrait rester longtemps sur les points positifs mais ce film connaît tout de même pas mal de point négatifs sur le fond.

Le plus gros point noir est à mon sens que le film se veut biographique alors que ce dernier ne relate qu'un court épisode de la vie de Ip comme étant particulièrement important. En effet il semble que durant l'invasion japonaise Maître Ip ait dû s'enfuir dans le Kwok Fu pour éviter d'avoir à enseigner aux troupes japonaises, encore que ce fait n'est pas certain selon toutes les sources. Là où le problème est encore plus grave, c'est qu'on ait fait passer l'invasion japonaise pour la raison qui entraîna l'exil de Ip Man à Hong Kong, or c'est la proclamation de la république populaire de Chine, et la répression qui en a découlé, qui en est l'une des causes. Avouons que c'est un problème dans un film où Ip Man est représenté comme héros national.

De plus Il y a toute une facette sombre du personnage qui n'est absolument pas exploitée : l'addiction à l'opium du maître, son passage à Macao, ainsi que le caractère désinvolte qu'il affichait parfois face à d'autres pratiquants d'arts martiaux (cf l'art de la voie N°7).

Toujours est-il que ce film reste une référence en matière de film d'arts martiaux mais uniquement sur ce plan. ■

OÏE TSUKI

OÏE TSUKI EN AYUMI ASHI

Comme dans toutes techniques le principe physique d'action (flèche bleue sur les photos) réaction (flèche verte) rentre en jeux. Nous travaillons dans cette technique en propulsion.

Image 1 : Départ en garde gédan barai, la pression vers le pied avant exerce un retour de force vers l'arrière, on peut alors en propulser vers l'avant avec une poussé de la jambe arrière. Le déplacement doit se faire par le bas, c'est le bas qui emmène le haut et non l'inverse dans cette forme de oïe tsuki.

Image 2 : On va alors transférer le poids sur la jambe avant et la jambe arrière va être lancée vers l'avant avec un contrôle de celle ci par le centre (hara). Au milieu de ce déplacement le pied avant exerce une traction pour accélérer l'avancement du pied arrière. Dès lors que le poids est sur cette jambe le pied ne bouge plus, le talon reste au sol. Ce pied ne fait d'ailleurs pas d'appel au départ du déplacement.

On garde une pression du coude vers le bas afin de contrôler la trajectoire du poing.

On maintient aussi le bras devant nous en y exerçant une pression, comme si vous poussiez quelqu'un, lorsqu'il va lâcher, vous explosez, c'est cette sensation qu'il faut chercher. De plus au niveau stratégique il est toujours intéressant de

conserver une distance de sécurité avec l'adversaire, ce bras peut servir à cela. N'oublions pas que toute phase intermédiaire, est une phase de « préparation » ou de « compression » tel un ressort que l'on lâche.

Image 3 : On pose alors le koshi (plante du pied) en profitant de la vitesse pour exercer une pression vers le bas afin de créer une réaction dans le but d'augmenter le poids. Ceci se synchronise avec le lancé du poing.

La rotation finale du poing se fait au moment de cette pression à laquelle on rajoute une rotation de la hanche afin de la mettre de face sans oublier le hikité qui vient renforcer ce verrouillage.

Tel un sauteur en hauteur, on utilise une force horizontale (la course d'élan) pour en fin de course exercer une pression vertical pour pouvoir sauter, certains sauteur exerce alors une pression qui peut aller jusqu'à 4 fois leur poids.

On conserve cette pression pour pouvoir réceptionner le retour de force de la cible et la renvoyer à nouveau. ■

Johnny Gence

A propos de l'auteur

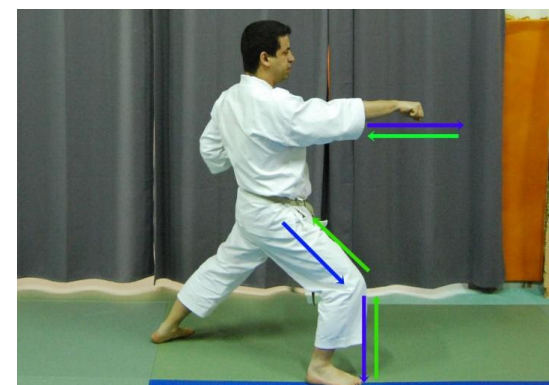


Johnny Gence pratique les arts martiaux depuis 27 ans. Actuellement 5ème dan de karaté shotokan, il a suivi durant 12 ans l'enseignement de Shihan Nishiyama.

Il fut champion de France FFST en kata et combat ainsi que 3ème au championnat mondial de SKDUN.

CE QU'IL FAUT RETENIR

- Ne pas partir du haut, c'est le bas qui emmène le haut.
- Utiliser la pression et les réactions interne pour créer de la puissance dans la phase intermédiaire.
- Utiliser la pression au sol lors de la phase finale.





LUMIÈRE SUR... Aunkaï Bujutsu Tanren

Minoru Akuzawa a fondé ses recherches sur l'optimisation du geste qui tend vers l'efficacité martiale. Il propose d'axer son travail sur « la force souple » que l'on obtient uniquement en construisant la structure du corps

AUNKAÏ, BUJUTSU TANREN

L'Aunkai est une méthode récente et assez confidentielle. Elle a néanmoins réussi à séduire quelques pratiquants français qui réussit à faire venir son fondateur deux fois l'an pour plusieurs jours de séminaires.

Cette école est fondée sur la compréhension du mouvement du corps et fait impasse sur la multiplication des techniques. Minoru Akuzawa a fondé ses recherches sur l'optimisation du geste qui tend vers l'efficacité martiale. Il propose d'axer son travail sur « la force souple » que l'on obtient uniquement en construisant la structure du corps. Ce travail est condensé dans une série d'exercices nommé « tanren ».

Gymnaste pendant sa scolarité, Minoru Akuzawa est rentré assez tard dans le monde des arts martiaux et paradoxalement pour un japonais a commencé par les arts martiaux chinois (Hsing I, Tai Chi) très en vogue au début des années 80. Compétiteur de Sanda (sǎndǎ; « combat libre » est un sport de combat chinois) dans sa toute première édition internationale, où il remporte le titre dans sa catégorie. Il ressent vite un manque et se tourne vers les koryu (Koryū, littéralement « École ancienne ») pour y puiser l'inspiration. Et, c'est dans les fondements du Taijutsu de Yagyu Shingan Ryu

A propos de l'auteur



Pratiquant, chercheur, Christophe Ksiazkiewicz est passionné par les arts martiaux depuis 25 ans.

Il a pratiqué le karaté shotokan, le Wing Tsun, le Tokitsu-ryu

avant de se mettre à l'Aunkai en 2007.

AUNKAÏ: UNE SYNTHÈSE PERSONNELLE SUR LA BASE DES KORYU.

Selon son fondateur, l'Aunkai n'est pas un Budo mais un Bujutsu.

« La technique n'est qu'une expression d'un corps dont l'essence est le bujutsu. (...) Pour moi le bujutsu n'est pas un ensemble de techniques mais un état du corps. Une fois les principes intégrés les techniques jaillissent spontanément car le corps est capable de s'adapter instantanément. »

La spécificité d'Aunkai réside donc dans la compréhension de l'essence du mouvement. Il faut transformer son corps de façon à ce qu'il ait intégré des principes qui lui permettent de s'adapter

instantanément à toute situation en se mouvant de la façon la plus efficace possible.

« C'est l'esprit qui guide le corps, il faut donc travailler en fonction, ce que l'on en Aunkai à travers les Tanren. »

Pour Akuzawa senseï la répétition incessante d'une série de mouvements nous fait oublier notre corps. Dans Aunkai il n'y a pas de kata avec des techniques fixes mais des formes avec des mouvements que chacun interprète selon ses sensations. Il faut rentrer dans la réflexion et non de rester dans la révision, il faut aller au-delà de la technique.

"la répétition incessante d'une série de mouvements nous fait oublier notre corps"

Une autre particularité du travail d'aunkai consiste à faire prendre conscience du lien qui existe entre chaque partie du corps et d'apprendre à augmenter l'efficacité du mouvement par leur interaction. Il est étonnant de voir à quel point les gens n'ont pas de réelle conscience de leur corps, même quand il s'agit des pratiquants d'arts martiaux, en tout cas d'une très grande majorité d'entre eux. Et restant dans le cadre martial, la lacune ne se situe pas seulement sur la perception corporelle

propre mais également de celle de son partenaire, de son adversaire, alors que parmi les composantes d'une pratique, on dénombre le partage, le combat. Si l'adversaire est fort il ne s'agit pas de chercher à l'être encore plus que lui mais à absorber cette force. La recevoir et la retransmettre; Akuzawa aime utiliser l'expression de "recycler", cela donne bien l'image de cette intention, de ce travail.





LA FORGE DE SON CORPS PAR LES TANREN

Le Tanren est une forme solo qui travaille l'alignement de la posture en recherchant une dynamique entre le haut et le bas du corps. Elle favorise la force interne grâce à un bon équilibre entre les mouvements et les tensions musculaires.

Un des instructeurs français a donné une définition plus personnelle.

« L'objectif des tanren est de libérer le corps de ses adhérences, de ses blocages articulaires et musculaires afin que la techniques puisse jaillir d'elle-même. Le Tanren est un pétrissage corporel et est un terme emprunté au vocabulaire des forgerons de katana. Où celui martelait le

fer, le faisait tremper, le réchauffait de nouveau et ainsi de suite, inlassablement à la recherche de la forme parfaite. »

Le Tanren est une forme solo qui travaille l'alignement de la posture en recherchant une dynamique entre le haut et le bas du corps. Elle favorise la force interne grâce à un bon équilibre entre les mouvements et les tensions musculaires.

Un des instructeurs français a donné une définition plus personnelle.

« L'objectif des tanren est de libérer le corps de ses adhérences, de ses blocages

articulaires et musculaires afin que la techniques puisse jaillir d'elle-même. Le Tanren est un pétrissage corporel et est un terme emprunté au vocabulaire des forgerons de katana. Où celui martelait le fer, le faisait tremper, le réchauffait de nouveau et ainsi de suite, inlassablement à la recherche de la forme parfaite. »

UNE PRATIQUE QUI VA DE L'INTÉRIEUR VERS L'EXTÉRIEUR

Elle pourrait être divisée en trois aspects. La première, la plus importante pour un débutant insiste sur la restructuration corporelle au travers des exercices solo, les fameux tanren. Vient ensuite des exercices avec partenaire où on apprend comment produire un "effet" chez l'autre. Pour arriver finalement à utiliser les deux premiers aspects pour "se battre". Dans le sparring, les compétitions, voir plus si affinités.

troisième aspect c'est le "bu", le martial.

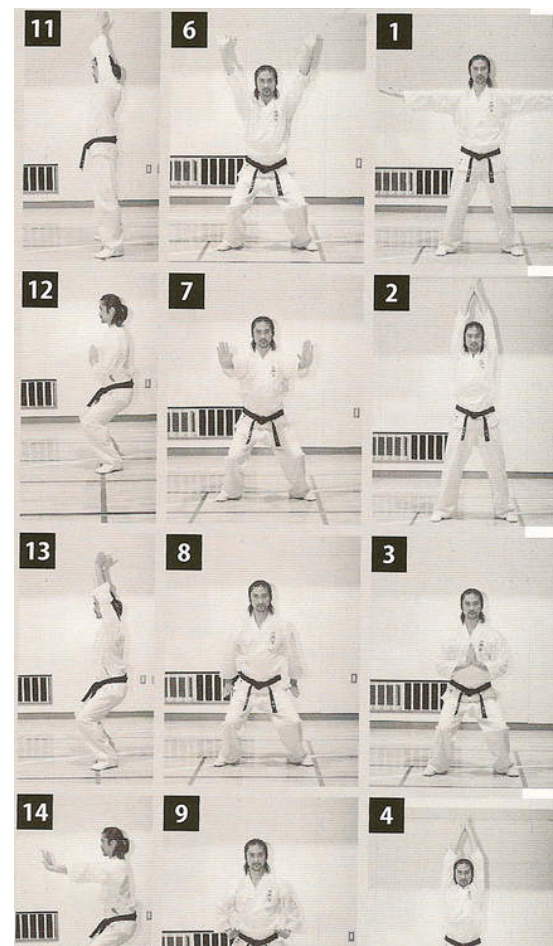
Le premier aspect est présent dans toutes sortes de méthodes comme dans le Yoga, le Qi qong entre autres. Mais c'est dans le deuxième élément qu'Akuzawa senseï impressionne souvent le plus. En effet il "sait bouger", pas de doutes la dessus, mais c'est surtout l'effet qu'il produit au contact qui est déroutant.

Son Bujutsu est l'expression la plus forte

"C'est une conception qui va aux antipodes des valeurs prôné par le Budo..."

Lors des séminaires, Akuzawa senseï met vraiment l'accent sur les deux premiers aspects, qui sont les éléments "jutsu" (i.e. le corps qui acquiert des facultés/techniques – la technique épouse le corps/se mélange). Alors que le

de Yo (équivalent japonais de Yang), il a une conception de combat où l'intégrité physique de l'adversaire passe au second plan. Du moment où il passe en mode « action » il se transforme en un véritable ouragan qui rentre sur l'adversaire et dès



moment du contact (peu important la partie du corps rencontrée) il s'enroule et « détruit » tout ce qui touche.

C'est une conception qui va aux antipodes des valeurs prônées par le Budo, tel qu'on peut le rencontrer dans l'Aïkido par exemple. Mais Akuzawa senseï est bien clair là-dessus, ce n'est pas un Budo qu'il pratique mais bel et bien un Bujutsu. Et, ceux qui ont eu l'occasion de le côtoyer savent qu'effectivement la destruction sera au rendez-vous.

Mais le travail d'aunkaï ne s'articule pas qu'autour de l'alignement des axes et de la structuration corporelle. Ceci serait encore trop restrictif. Il faudrait plutôt dire que "son travail s'appuie sur la gestion de l'espace/distance/cadence (maai-hyoshi)" de laquelle découle l'alignement des axes et de la structuration corporelle.

Il n'y a pas de travail d'armes dans l'Aunkai mais Akuzawa senseï fait souvent référence et fait travailler des exercices au bâton. Au rokushakubo, un bâton de 1m80 servant à éduquer le corps.

Son utilisation oblige à bouger le corps tout en conservant la ligne droite près du centre, forçant le corps à bouger d'une bonne manière, en ayant conscience des axes du corps. Ainsi la force générée par le tronc

pourra être répercuté jusqu'à l'extrémité du bâton (et à mains nues jusqu'à l'extrémité des membres qui frappent).

Des applications dans les tanren sont faites, comme dans le kirigaeshi où on cherche à couper d'avant en arrière en transmettant la force à travers le bâton. En gardant la structure correcte lors de cet exercice, il est possible de produire un Hakkei qui est un équivalent japonais du fajin chinois. ■

Christophe Ksiazkiewicz



HUO YUANJIA

Certainement une des plus grandes légendes des arts martiaux chinois avec Bruce Lee et Huang Feihong, maître Huo s'est fait connaître de manière récente par le biais de nombreux films plus ou moins biographiques tels *Fearless*. Cependant

cette personne est bien souvent considérée comme l'un des plus grands héros de la Chine du début du XX^{ème} siècle et est le symbole de la résistance du Pays face aux forces occidentales et Japonaises.

ENFANCE ET PREMIER PAS

Huo Yuanjia est né vers 1868 dans le village de Xiaonan à Tianjin. Il est le fils de Huo En Di, un fermier et était le cadet de quatre frères. Son père était le dépositaire de la boxe de la famille Huo ou Mizong et escortait régulièrement les caravanes de marchands qui traversaient la Chine.

De nature chétive et malade, Huo souffrait d'asthme et eut à plusieurs reprises la jaunisse tant dans son enfance que bien plus tard dans sa vie. Pour toutes ses raisons, son père refusa de lui enseigner les arts martiaux, préférant l'orienter vers un développement de ses capacités intellectuelles. Pour se faire Huo En Di lui conféra une éducation très stricte et lui donna pour tuteur Chen Seng-ho qui devait lui enseigner les valeurs confucianistes. En échange de ses services, le tuteur aurait pu apprendre la boxe de la famille Huo.

Bien qu'il fut interdit à Huo Yuanjia d'apprendre les arts martiaux, celui-ci

aurait observé en cachette les entraînements de son père et se serait entraîné de son côté avec l'aide de son tuteur. Cet entraînement secret aurait duré jusqu'en 1890 année lors de laquelle un pratiquant venant du Henan aurait provoqué en duel l'un des frères de Yuanjia. Suite à la défaite de ce dernier Huo Yuanjia aurait combattu et vaincu l'étranger prouvant ainsi à son père qu'il était physiquement apte à la pratique des arts martiaux.

Suite à cela Huo se fit peu à peu connaître, participant à de nombreux duels dans la province de Tianjin et dans les provinces alentours. Dans le même temps il participera avec son père à la protection d'un certain nombre de convois, ce qui lui permit de mettre ses capacités à l'épreuve face à des bandits sans pour autant connaître de défaites. C'est cependant en 1910 qu'il commença à être réellement connu hors de Tianjin.



LA NAISSANCE D'UN HÉROS NATIONAL



Après les nombreuses défaites de la Chine et la révolte des boxeurs, cette nation était entièrement sous le joug des pays européens et du Japon. Les forces occupant la Chine appelaient les chinois le peuple malade d'Asie et n'hésitait pas à tourner en ridicule les arts martiaux chinois. Cet état de fait allait cependant changer vers 1910 grâce à un Anglais du nom d'O'Brian.

Le boxeur britannique avait en effet, suite à une démonstration, lancé un défi ouvert au « peuple malade d'Asie ». Suite à cela un groupe de patriotes chinois se réunit pour rechercher un champion à la hauteur du défi et le nom de Huo Yuanjia y fut mentionné. Maître Huo acceptera le défi après avoir réglé le problème des règles, il lui fut en effet difficile d'accepter les règles sportives (port des gants, pas de

coups sous la ceinture etc..) imposées par les occidentaux. La rencontre devait avoir lieu à Shangai en 1910.

C'est à propos de ce qu'il advint que les sources diffèrent. Selon certaines, le combat eut lieu et se solda par la victoire de maître Huo, ce qui redora le blason des arts martiaux chinois et rendit la confiance à de nombreux compatriotes de Huo. Cependant selon d'autres, O'Brian ne serait pas venu lors du combat. Cependant Maître Huo lança un défi ouvert aux pratiquants d'arts martiaux et son défi fut relevé par Chao, un homme de grande taille qui fut vaincu par l'élève de Huo. L'évènement eu un tel succès qu'il fut

réitéré le lendemain et un maître d'arts martiaux (maître Chang) aurait lancé un défi à maître Huo directement. Ceci se solda par la victoire de Huo. A la suite de cela maître Huo et ses disciples firent une démonstration de tao et le maître fit un discours sur les arts martiaux chinois.

Quelque soit la vérité, il est clair que les événements qui eurent lieu à ce moment permirent à Huo Yuanjia de redonner confiance et courage à une part de la population chinoise et permirent dans une certaine mesure de faire renaître les arts martiaux chinois.



APOGÉE ET DÉCÈS DE LA LÉGENDE

Sa soudaine reconnaissance permit au héros national de trouver un sponsor de manière à ouvrir une école d'arts martiaux à Shangai. Cette institution portera le nom de Centre d'entraînement physique Chin Woo, avant de devenir l'Association athlétique Chin Woo. Cette école sera la première école moderne d'arts martiaux, les anciens restants officiellement prohibés suite aux événements de la récolte des boxeurs.

Cette école avait en effet pour vocation d'être ouverte à tous les chinois et de propager la culture des arts martiaux du pays. Une autre de ses vocations semble avoir été de former la jeune génération

chinoise à la lutte contre l'envahisseur étranger, et à l'opposition à l'empereur manchou.

Cependant le maître souffrait toujours de ses problèmes de santé et notamment sa jaunisse mais aussi de la tuberculose. Il prit un médecin japonais qui prit soin de lui jusqu'à sa mort vers la fin de 1910. La mort du maître reste un mystère, bien qu'il semble tout à fait probable qu'il soit mort des suites de sa maladie, la théorie de l'empoisonnement est tout autant soutenue. La vérité est d'autant plus dure à extraire qu'à l'époque certains poisons, dont l'arsenic, étaient utilisés dans la médecine. ■

Antoine Thibaut

Tous les mois l'Art de la Voie vous offre une sélection de sites internet à découvrir ou à redécouvrir sur des disciplines connues ou méconnues, mais toujours dignes d'intérêt.

WWW.SUMOFR.NET



Voilà un site magnifique et complet sur un sujet souvent méconnu le sumo.

Vous vous posez des questions sur l'entraînement des sumo professionnels ? Vous y trouverez vos réponses. Vous vous posez des questions sur les nombreux rituels autour du sumo ? Vous y trouverez des réponses... et même, au-delà de répondre à toutes vos interrogations ce site vous apprendra bon nombre de choses que vous n'imaginiez même pas.

Un site à aller voir au moins une fois dans sa vie pour votre culture martiale.

LEJUJITSU.NET



Un site très intéressant sur le jujitsu.

On y retrouve un nombre très conséquent d'informations tant sur la discipline en elle-même que sur son histoire, ainsi que ses techniques.

Mais ce qui m'a le plus marqué est la présentation de 23 écoles de cet art dont plusieurs plutôt anciennes. Un site à aller voir car des articles y sont ajoutés d'une manière assez régulière.