

Par Pol Charoy &
Imanou Risselard

Bruce Lee



c o u p s d e p i e d

En observant notre pratique des arts martiaux depuis de nombreuses années, des corrélations entre dynamique de pensée et dynamique de mouvement nous sont apparues. A travers l'exemple de trois coups de pied du petit dragon, nous vous proposons de réfléchir avec nous au double angle de la technique et de l'attitude d'esprit. Toutefois, ce regard est un calque. Chacun, selon ses amplitudes articulaires et son tempérament, aura son propre ressenti, peut-être même à l'inverse du nôtre. N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques.

*«Prends au mannequin de bois ce qu'il a de meilleur :
il n'a ni ego ni pensée, il n'est ni avide ni lunatique.
Laisse faire ton corps et tes membres selon la discipline
qui les a formés».* Bruce Lee



Bruce Lee au mannequin de bois. Notez que sur cette courte distance les bras peuvent être offensifs ou en protection

1) Coup de pied de face

Le tranquille, réservé et prudent

Posture : aucun engagement amenant au débordement de l'axe vertical des hanches ou des épaules. Mouvement dans le périmètre direct du corps.

Avantages : l'adversaire est obligé de s'engager en premier; on adapte sa stratégie aux failles de celle d'en face.

Inconvénients : être dans l'expectative, voire la défensive, qui peut scléroser l'agressivité naturelle du corps. L'audace et l'élan venant d'en face peuvent alors nous atteindre gravement, la surface du buste étant très vulnérable. Certains pourront donc ressentir cette technique comme plus risquée qu'un coup de pied de côté.

Assouplissement : écart antéro-postérieur.

Comportement : attend l'attaque et l'entrée de l'adversaire dans son champ de contact pour donner le coup; a plus tendance à parer d'abord puis à attaquer sans jamais trop s'engager.

Reflet du comportement : expectatif, réservé, observateur, pacifiste.

Écueils à éviter : limitation de l'amplitude du mouvement.



Application d'un coup de pied de face (ou direct)



Le coup de pied de face en Tai Ji Quan style Yang par Maître Yang Zhenduo



Pol Charoy en entraînement de boxe française avec son partenaire et ami André Germe dans les années 80. Le coup de pied de face de B.F. est souvent utilisé comme coup de pied d'arrêt avec le buste en retrait

2) Coup de pied de côté

Le juste milieu

Posture : engagement maîtrisé des hanches ou des épaules. Possibilité de revenir en arrière ou d'avancer. Nécessite une précision du placement et un contrôle efficace de l'énergie.

Avantages : choix toujours ouvert suivant les réactions d'en face. C'est le nec plus ultra du coup de pied de côté (à notre humble avis).

Inconvénients : il existe un léger décalage quant au temps pour atteindre une position de défense ou une entrée en attaque totalement engagée. L'agilité est de rigueur.

Assouplissement : écart facial.

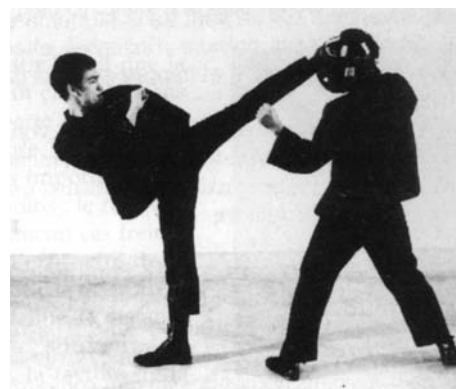
Écueils à éviter : se cantonner à ce seul coup de pied et ce choix de distance.

Comportement : peut narguer, aller chercher un peu l'adversaire en le tenant en même temps à distance; garde la maîtrise de son action tout en évaluant les énergies en jeu.

«Trouve le point exact, la posture juste pour un retour rapide à la neutralité (ceci concerne tous les coups de pieds)». Bruce Lee



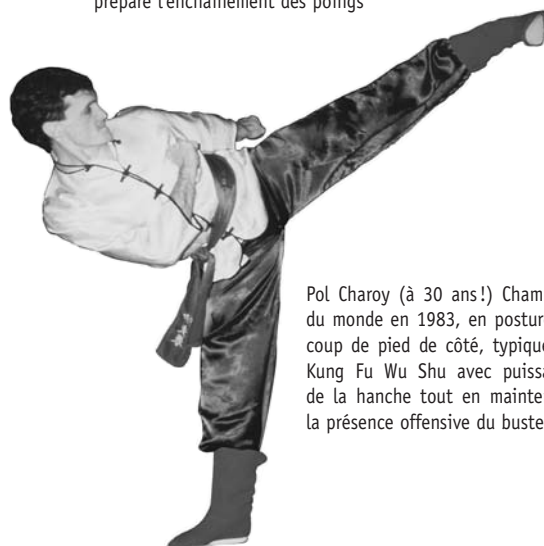
Le travail du coup de pied de côté au mannequin permet de sentir l'intention des mains sur la cible



Le coup de pied de côté, en application. Notez le bras en protection et l'ouverture du pied d'appui



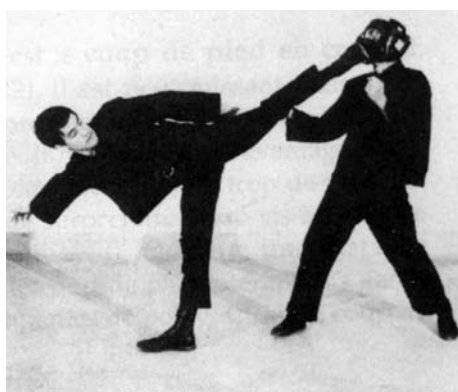
Le coup de pied de côté, en boxe française prépare l'enchaînement des poings



Pol Charoy (à 30 ans!) Champion du monde en 1983, en posture de coup de pied de côté, typique du Kung Fu Wu Shu avec puissance de la hanche tout en maintenant la présence offensive du buste



On peut voir sur le coup de pied de côté engagé la rotation presque complète du buste



Le coup de pied de côté engagé en application. Notez la distance gagnée mais aussi la vulnérabilité de cet engagement offensif



Le coup de pied de côté engagé en boxe française. Ici l'allongement de l'écart des jambes est tel que l'enchaînement ne peut se faire que dans la continuité de l'action



Photo du jeune Maître Susuki en coup de pied de côté engagé de Karaté-do, avec l'autorisation d'André Loukas

Bruce Lee



3) Coup de pied de côté engagé

L'engagement total

Postures : attaque avec des coups de pied à portée longue et puissante, avec un engagement total des hanches créant un déséquilibre obligeant à enchaîner tout de suite derrière par d'autres coups.

Avantages : l'attaquant bénéficie d'un élan agressif important et d'une énergie psychologique très intimidante.

Inconvénients : il ne peut pas faire marche arrière et peut facilement être victime de cet emballement s'il est face à un combattant qui sait gérer une percée violente mais non centrée.

Assouplissement : écart et grand écart antéro-postérieur.

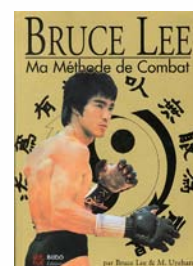
Écueils à éviter : se laisser dominer par l'élan et l'ivresse de cette montée fulgurante si l'on est pas sûr de qui l'on a en face de soi.

Comportement : va chercher, provoquer l'adversaire; engagement sans retour, samouraï.

Reflet du comportement : n'a pas froid aux yeux, amour du risque et du jeu (quitte ou double"), une foi un peu kamikaze.

Note : ces observations peuvent être appliquées en calque aux coups de poing.

■ P.C. & I.R.



A lire aux Editions Budo
« Bruce Lee : Ma méthode de combat ».
596 pages, 982 photos. 249 F

La Voie du Mouvement

Aïkido : 3 rencontres, 3 dimensions (2^e volet)



Sokaku Takeda (1860-1943).
Le dernier des samurai

Commencé le précédent numéro, nous poursuivons notre chemin auprès de trois hommes qui eurent une influence majeure sur Morihei Ueshiba, contribuant ainsi par leur apport respectif à façonner l'aïkido.

Après Kumagusu Minakata, porteur de conscience écologique et de justice sociale, nous rencontrons aujourd'hui celui qui fut, dans le domaine martial, le maître le plus influent de Morihei Ueshiba : Sokaku Takeda.

Une connaissance impressionnante

Sokaku Takeda naît le 10 octobre 1860, dans la province de Aizu. Il est le descendant de la fameuse lignée des Takeda, experts en art de combat depuis le 11^e siècle. Formé dès son plus jeune âge aux techniques de combat par son grand-père et son père, il fait preuve de dons rares. A l'âge d'homme, il est dépositaire des techniques martiales du clan Takeda qui englobaient, outre les 2884 techniques de combat au corps à corps (jujutsu), le tir à l'arc, l'équitation, la lance, l'épée, la hallebarde, le sabre, le sabre court, le sabre en bois, les deux sabres, les chaînes, l'éventail de guerre, les shuriken, le combat en armure, et même les techniques d'espionnage, le détournement des rivières, et le creusement de tunnels !!!

Un guerrier redoutable

Après la défaite de son clan familial, décimé en 1868 par la guerre civile qui opposait les partisans de l'Empereur et du Shogun, et la mort de sa mère alors qu'il avait 13 ans, Sokaku Takeda part sur les routes. Pendant vingt ans, il parcourt le pays, mettant ses pas dans les traces de ses illustres prédécesseurs. Il vit de cours et de séminaires, et

défie en combat singulier tous les experts martiaux qu'il croise sur son chemin. Il est, à la fin du siècle, un des combattants les plus réputés du pays. Il a perfectionné et modernisé l'héritage familial, qu'il a nommé *Daito Ryu Jujutsu*. Vers quarante ans, il tente de se fixer, se construit une maison et se marie. Mais sa femme meurt peu après la naissance de leur deuxième enfant, et la maison est ravagée par un incendie. Il reprend alors son errance, au gré des propositions qu'il reçoit. Il s'éteindra en 1941, après avoir formé des dizaines de milliers d'élèves, et n'avoir jamais possédé de dojo.

Rompu au combat à mort, Sokaku Takeda ne connut jamais la défaite tout au long des milliers de combats qu'il livra. De l'avis unanime de ceux qui l'ont connu, sa puissance et son habileté technique étaient hors du commun, ce qui lui permettait de compenser son petit gabarit (1,50 m, 52 kgs). Pour l'anecdote, ce fut le seul homme qui vainquit, à deux reprises, Morihei Ueshiba.

Rencontre

En 1911, Takeda est sollicité pour entraîner les officiers de la police de l'île de Hokkaido, récemment colonisée. En