

ECHO DU STAGE ESTIVAL

sous la direction technique de

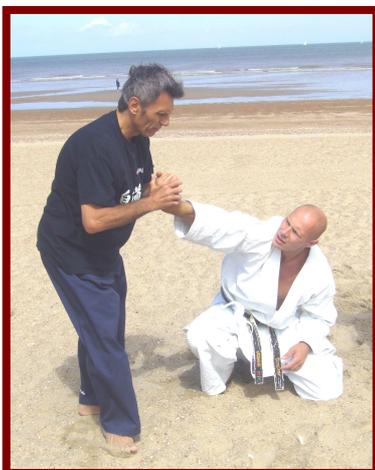
Richard PROSPERO - 8^o Dan



Les styles anciens de Karaté ont développé parallèlement aux techniques de blocage et de percussion, une panoplie très éclectique de techniques d'esquive, de saisie, de luxation, de projection et de strangulation, tout à fait caractéristiques d'une recherche d'efficacité intégrale. Par conséquent, étudier le Karaté dans son ensemble, tout en évoluant dans une Ecole contemporaine, conduit nécessairement à situer le Karaté dans un rapport de

complémentarité avec les pratiques martiales affinitaires.

Tel aujourd'hui est le cheminement de Richard Prospéro dans la pratique qui est la sienne et dans l'enseignement qu'il diffuse. Un exemple similaire au sien est celui du grand champion hollandais du Karaté Kyokushin, Jan Kallenbach, qui est passé au Tai Ki Ken, il y a 20 ans, ne pratiquant plus désormais le Karaté au sens classique mais développant un art de combat japonais affinitaire. Toutefois, bon nombre de Karatéka Kyokushin aujourd'hui, s'entraînent rigoureusement avec lui de manière à améliorer leur style. A la différence du Jûdô et de l'Aikidô, le Karaté ne fut jamais d'ailleurs l'œuvre d'un seul homme, mais celle de plusieurs générations de



Maîtres et de disciples, au travers de multiples Ecoles et styles originaux qui conservent aujourd'hui encore, leurs caractéristiques propres, bien qu'évoluant ainsi au fil du temps par les points de vue successifs des différents experts et Maîtres éclairés qui les constituent respectivement et qui souhaitent éviter tout passéisme, « fixisme » et « conservatisme ».

Ainsi, on ne pouvait qu'attendre de la part d'un expert comme Richard Prospéro, un itinéraire à la mesure d'une telle recherche. D'un Karaté sportif dans lequel il a excellé durant longtemps tant à titre personnel qu'à titre pédagogique, puis par l'approfondissement du Karaté Shito-Ryu via l'enseignement de différents Maîtres japonais, aujourd'hui, sans renier son parcours, il affine sa pratique par le Tokitsu-Ryu Jisei Karatédô et par le Karaté Shito-Ryu Sun Até, volet du Karaté qui se rattacherait davantage à l'ancien Tode ou Tote d'Okinawa, antérieur au Karaté





simplifié et gymnique introduit en 1905 dans les écoles par Anko Itosu : exemple d'une différence marquante → les postures inclinées et les asymétries dans les katas.

C'est dans cette dynamique que le stage annuel du début juillet 2008 auquel ont participé des pratiquants de différents styles et disciplines (*Shito-Ryu, Shôtôkan, Jiseidô, Goshindô...*) fut proposé. Plus précisément, le thème développé cette année visa à travailler de manière enchaînée, et ce, spontanément, la continuité des techniques de frappe avec celles de clé et d'immobilisation : mixe à volonté d'atémis et de techniques consistant à attraper, à tenir, à contrôler son adversaire, debout et également au sol après une éventuelle projection, puis à tenter de le faire abandonner grâce à des techniques de luxation et d'étranglement. Ce travail se fonda sur l'utilisation du Kikô (*Qi Gong*) martial qui aboutit à l'obtention d'un autre niveau de conscience découlant sur une autre perception du combat comme dans l'art du sabre ou comme dans certaines écoles de combat chinoises, vietnamiennes et indonésiennes où il n'y a pas ou peu de techniques formelles codifiées. On agit par perception. Comme le Tokitsu-Ryu Jiseidô, le Shito-Ryu Sun Até est un des arts de combat à caractère proprioceptif. La formation se fait au niveau neuronal, même cellulaire et agit sur des chaînes musculaires complexes. Il y a cette notion chinoise d'intention - le « Yi » - qui est l'un des fondements de cette méthode. De plus le Kikô agit sur le système nerveux central équilibrant l'action des systèmes sympathiques et parasympathiques en complément du Karaté moderne qui dans son apprentissage premier repose sur la recherche d'une condition physique dont le point culminant permet un temps, l'excellence sportive de nos champions.



viétnamiennes et indonésiennes où il n'y a pas ou peu de techniques formelles codifiées. On agit par perception. Comme le Tokitsu-Ryu Jiseidô, le Shito-Ryu Sun Até est un des arts de combat à caractère proprioceptif. La formation se fait au niveau neuronal, même cellulaire et agit sur des chaînes musculaires complexes. Il y a cette notion chinoise d'intention - le « Yi » - qui est l'un des fondements de cette méthode. De plus le Kikô agit sur le système nerveux central équilibrant l'action des systèmes sympathiques et parasympathiques en complément du Karaté moderne qui dans son apprentissage premier repose sur la recherche d'une condition physique dont le point culminant permet un temps, l'excellence sportive de nos champions.



A l'année prochaine avec tout autant de plaisir et davantage encore d'approfondissements !

**AFAMA
DE FENSE**



Vincent LEDUC

<http://www.afama.be>
<http://www.jiseido.be>