

# ECHO de Stage

時  
津  
流



## Tokitsu-Ryu Jisei Karaté-dô

時  
津  
流

Le dimanche 11 novembre de 13h30 à 16h30, Tokitsu sensei a délivré un cours de Karaté Jiseidô assisté de Bernard LELLO - 6<sup>ème</sup> Dan et Dir. Tech. du Tokitsu-Ryu Suisse : plus d'une trentaine de pratiquants tous styles confondus y ont participé, Plusieurs thèmes de travail ont été développés à partir d'approfondissements techniques qu'avait montrés partiellement sensei lors de stages précédents, mais également à partir de nouveautés, fruits de sa recherche incessante d'améliorer l'art de percussion qu'est le Karaté sous-tendu par sa manière de sensibiliser le corps par le Kikô et le TaiChi qu'il a mis en œuvre de façon originale. Si souvent, il a nommé le TaiChi Chuan comme référence, ce n'est que pour l'intérêt qu'il lui porte à mieux activer le corps pour une « fluidité ferme » dans l'expression technique du kumité, et non dans le seul but d'une pratique de bien-être ⇒ Tai-corps / Chi-énergie / Chuan-percussion, art martial exprimant tant la vitesse que la force sur la base de l'intériorisation dynamique de deux éléments opposés et complémentaires, Yin & Yang (= Principe du TaiChi). C'est bien en cela que le Karaté Jiseido se différencie du Karaté classique, par une dynamique corporelle interne au service de l'externe, de l'expression martiale, dont l'acuité des sens est recherchée à l'infini pour chacun.



Ainsi par exemple, au-delà des balises vivantes que le kata doit proposer, chaque pratiquant doit former - « en se formant » - sa manière de se mouvoir pour une expression martiale de qualité, à vérifier par l'exercice de combat. En ce sens le Jiseidô, n'est ni une Ecole, ni un style au sens institutionnel, mais une construction personnelle rigoureuse dans le développement du corps martial, de l'art martial. Il s'agit par



conséquent, selon Tokitsu sensei d'éviter l'étude de katas pour l'étude de katas, mais de pratiquer avec sérieux chaque séquence d'un kata non pas dans la seule explication explicite développée par la présentation de bunkai bien souvent inapplicables pour le combat, parfois certes utilisables pour l'autodéfense, mais toujours limitatifs. Au contraire, découvrir, revisiter l'esprit de chaque séquence en introspectant puis en activant son propre corps de l'intérieur pour permettre au ki d'exister tels les rayons du Soleil ressentis depuis la Terre. Dans cette perspective, le kata est connecté directement, concrètement à une mise en œuvre sensitive de la pratique avec partenaire. Ne serait-ce pas la raison pour laquelle d'anciens experts ne connaissaient que quelques katas, telle une grammaire toujours davantage approfondie et personnalisée pour augmenter la qualité de leur art ?

Pour ce faire, Tokitsu sensei a insisté sur ce qu'il a appelé la « méthode implicite » c'est-à-dire la mise en place d'une conscience pouvant lire dans son corps ce que l'on a décrit de façon implicite par une sensibilisation et une activation toujours plus subtiles durant la répétition d'une séquence de kata. Cette conscience holistique permettant à tout moment de relâcher une tension selon la nécessité du combat produisant une juste et précise explosivité rendant à propos le mouvement explicite.



Vincent LEDUC - <http://www.jiseido.be>