

## 2/ Généralités sur le JUKU KARATE JUTSU :

### Sur le geste technique :

Si le geste technique du « jutsu » est identique à 95% au geste du DO dans sa cinématique, son application est aux antipodes.

Dans les arts martiaux modernes, le geste martial doit être le même pour tout le monde, il représente un moule dans lequel chaque élève doit s'incruster. C'est aux élèves de s'adapter à la norme « parfaite ».

En Jutsu, le principe est inversé...chaque élève est unique avec ses moyens physiques, intellectuels, sociaux ...ses facilités et ses difficultés...le geste est présent pour renforcer les moyens acquis et profiter des facilités ou gommer les difficultés, mais en aucun cas il n'est identique pour tous, le geste est adaptable à souhait à la personnalité de l'élève dans le respect du principe qui le sous-tend, afin qu'il soit le plus efficace possible...

Il n'y a pas de « beau geste », mais un geste efficace, adapté aux caractéristiques de l'exécutant.

Cette notion perdue dans les arts martiaux modernes doit impérativement se ressentir dans la pratique du JKJ, que ce soit lors d'exercices à deux comme dans l'exécution de katas.

Afin de permettre cette compréhension par l'élève, le **kihon** dans le vide est quasiment à proscrire, il doit absolument être effectué avec un adversaire ou une zone de frappe réelle (makiwara, pao, boucliers etc...) afin que l'élève appréhende le principe du geste technique en situation réelle et se l'approprie.

## Le KATA

Le **kata** doit correspondre dans son rythme et dans son intensité au Bunkaï préparé par l'élève.

Ainsi un kata ne s'enseigne pas avec l'apprentissage dans un premier temps de l'embusen puis l'explication en Bunkaï, mais bien par l'enseignement de séquences de combat sur cibles réelles, au ralenti dans un premier temps puis à vitesse plus soutenue avec protections jusqu'à la sensation de réussite ... une fois la séquence acquise, elle se transforme en kata ...

L'on comprend aisément que dans ce cadre les critères de jugement du JKJ sont très différents des critères habituels. Le JKJ met en effet l'accent sur l'engagement et l'expression technique pendant du kata, ainsi que sur la qualité de la relation entre le kata exécuté et le Bunkaï proposé. Le respect des principes fondamentaux du kata est important, le détail exact d'une technique (par exemple hauteur du blocage, ouverture ou fermeture d'une main etc.) ne s'appréciant qu'au Bunkai.

Il est à noter que le Bunkaï est dit « libre »...Il doit être adapté aux possibilités physiques, techniques, intellectuelles de l'exécutant dans son timing. Néanmoins il doit impérativement respecter le principe du Karaté Jutsu ...Se positionner et exécuter de façon à ce que l'adversaire au plus vite ne puisse plus enchaîner, afin de pouvoir frapper sans risque de contrôle pour déstabiliser et conclure.

## Blocages et contrôles

Il faut différencier un **blocage** d'un **contrôle** : un même geste peut selon la façon dont il est fait face à un adversaire être un blocage ou un contrôle.

Un blocage est un geste brusque, cassant, créant une certaine douleur à l'entraînement mais aucune en combat à cause de l'adrénaline...il encourage l'agresseur à enchaîner à l'opposé du geste bloquant. Si on bloque fortement de gauche à droite, le coup suivant viendra par la droite etc...(se rappeler le mannequin de frappe sur pivot du kung fu...wing chun)

Un contrôle est identique dans sa cinématique mais différent dans sa finalité : accompagnant en déviant l'attaque de l'agresseur ne lui donnant pas d'opportunité par « ressort » de privilégier un enchaînement...il permet au défenseur de rester « collé » au membre contrôlé et de l'orienter afin de faire avorter une tentative d'enchaînement de l'agresseur.

Jusqu'au NIDAN, il faut privilégier à mains nues les contrôles, aux armes les blocages.

A partir de SANDAN, il faut faire travailler indépendamment les deux gestes afin de provoquer les réactions attendues de l'agresseur.

A tous les DAN, on travaille à distance réelle, en touchant, suivant un timing réaliste. On utilise de protections, non pour alourdir la frappe, mais pour se donner la possibilité de toucher vraiment, sans qu'une erreur de contrôle ne blesse son partenaire d'entraînement – de la même façon qu'on ne met pas une coquille pour être frappé violemment ... mais pour permettre de tenir compte de cette frappe sans porter atteinte à l'intégrité physique de son partenaire. Distance et timing sont réalistes, au fur et à mesure que l'on avance en grade on y ajoute la vitesse d'exécution.

Maitre Mabuni s'entraînant comme on le fait en JKJ...



## Pas de « Jutsu » sans combat !

Un tel art martial sans connaissance du combat à peu de signification, la mise en application doit systématiquement être pratiqué par les tous élèves (de débutant à expert) pour analyser l'efficacité des techniques.

Le travail en Jutsu doit toujours être accompagné d'un temps d'application avec les protections adéquates et ce dès le niveau débutant afin de limiter l'appréhension de la frappe (d'être frappé) et d'acquérir au plus vite la distance de combat réel.

Il ne s'agit pas de se blesser mais d'adopter un réalisme sanctionné par un « contre » immédiat en cas de contre-temps ou de mauvaise application de la méthode de combat.

Sans cette sanction, immédiate, parfois brutale et vexante mais jamais blessante grâce aux protections, les arts martiaux ne seraient plus que du théâtre (kabuki ?) où l'on connaît déjà la fin de l'histoire avant même d'en avoir vu le début !

A la différence du DO, qui intellectualise la pratique pour une recherche de valeurs éthiques, morales, intellectuelles, de savoir être, tout à fait commandable en soit, le Jutsu lui n'a qu'un seul but...être efficace par la méthode imposée...méthode qui réduit considérablement les chances de réussite d'un adversaire agresseur, qui permet à l'élève l'acquisition d'une sérénité réelle tout en préservant son humilité devant la violence.

Il est à noter que cette méthode repousse indéniablement les temps de violences...en effet plus une personne, à la suite d'entraînements, a acquis des connaissances suffisantes pour être sereine, plus elle va naturellement tout faire pour éviter cette violence connue et de plus en plus maîtrisée.

Enfin, contrairement à ce que l'on peut lire ou entendre sur les méthodes dites complètes de combat libre sportif (MMA, Pancrace, K1 ,Free Fight etc...), il ne suffit pas d'avoir une bonne boxe associée à une bonne lutte etc...pour être un bon combattant en jutsu...la méthode décrite par les maitres Othsuka et Mochizuki, décryptée et structurée par le Dr Renault, est complète et ne peut être dissociée, compartimentée. Si les techniques et finitions peuvent être adaptées aux morphologies de chacun (taille, longueur des segments etc.), les principes fondamentaux de la méthode, eux, ne souffre pas de personnalisation ou de choix individuels. Si les gestes sont personnalisés à l'exécutant, si ce dernier peut disposer d'une grande faculté d'adaptation, cette méthode, elle, est rigide, stricte pour qu'elle se veuille efficace.

## Etre dans l'action et non pas dans la réaction !

L'apprentissage habituel des sports de combat nous démontrent des combattants qui se mettent en garde et qui proposent une attaque réussie ou contrée par une contre-attaque... Avec les études modernes sur les neuro sciences, nous savons qu'à courte distance le temps de réaction est quasiment toujours trop lent pour performer dans cette contre-attaque.

C'est pourquoi en Karate Jutsu, il n'y avait pas de prise de garde...le combat commence à grande distance, mobile sur ses jambes mais en position Yoï...

A force de déplacement on arrive à deviner quels sont les attaques possibles de notre adversaire à sa manière de se déplacer.

Pour ne pas être dans la réaction, c'est nous qui allons provoquer à distance de frappe notre adversaire en prenant une garde à droite !

Ce temps de provocation, nous le choisissons, pas notre adversaire, cette forme de provocation nous la choisissons, influençant indiscutablement le mode d'agression de notre adversaire...nous sommes donc dans l'action...nous avons un temps d'avance et allons pouvoir performer sur l'agression de notre adversaire...

## Une garde de provocation à droite !

L'anticipation sur l'attaque (basée sur le décryptage du comportement de UKE).

La garde de provocation en Karaté Jutsu se prend à droite.

L'explication de ce fait est généralement donnée en lien avec la culture Japonaise (dans laquelle les gauchers sont ostracisés et sont donc contrariés en droitiers ... Maître Renault rappelait souvent que le fait d'être gaucher était motif de divorce au Japon) et en lien avec le port du sabre à gauche. Cette explication est renforcée par le fait que le Karaté Jutsu de la NBJR est issu des travaux des Maîtres OHTSUKA et MOCHIZUKI, qui sont tous deux des Ju Jutsuka ayant reconstruit un Karaté Jutsu après avoir fréquenté Maître MOTOBU – ces deux Ju Jutsuka ayant donc nécessairement acquis une forte culture du KEN.

En réalité, si cette explication peut être suffisante pour d'autres disciplines, elle ne l'est pas en Karaté Jutsu, où cette prise de garde à droite reflète en réalité une méthodologie complète de combat.

Si les origines du Karaté Jutsu de la NBJR peuvent être tracées jusqu'à ces deux Maîtres de Ju Jutsu, la finalité du Ju Jutsu et celle du Karaté Jutsu sont fondamentalement différentes : le Karaté Jutsu vise à permettre à un défenseur (à priori en infériorité physique) de se débarrasser définitivement d'un agresseur (à priori mieux entraîné que le défenseur) et de prendre rapidement la fuite.

Le Karaté Jutsu est donc la recherche d'une défense rapide et définitive depuis une position de défense, tandis que le Ju Jitsuka cherchera à maîtriser et rendre à sa merci l'agresseur selon les préceptes du Bushido.

Le Karaté Jutsu est une méthodologie de défense, dans laquelle l'agresseur prend l'initiative d'attaquer, généralement par un coup de pied, ou plus rarement sur un coup de poing avec un demi-pas initial, sur lequel s'enchaîne d'autres techniques et dont on doit se défendre.

Pourquoi les sportifs de combat droitiers prennent une garde à gauche et inversement pour les gauchers?

Les règles du sport imposent à ces personnes l'acceptation du combat...donc le premier temps pour ces personnes est la feinte ou le coup de « cadrage » afin de frapper durement sur un pas. La distance pour combattre est déjà acceptée dans le principe sportif.

De plus, les protections et types de frappes, obligent les combattants à frapper extrêmement fort et à répétition afin d'avoir une chance de stopper le combat par KO

En karate Jutsu, le combat n'est jamais accepté, il est subi et doit être le plus court et le plus violent possible afin de permettre la fuite.

En situation d'agression, l'absence de protection et la frappe avec arme naturelle ne « sonne » pas comme avec des gants mais « détruit », la distance de départ est donc plus longue que lors d'un combat sportif.

Lorsque le défenseur le décide il devra « casser » cette distance pour provoquer l'agresseur qui se verra offrir une cible de choix sans avoir à feinter, à « cadrer »...La connaissance à l'avance du type d'agression permet évidemment au défenseur de multiplier de façon exponentielle ses chances de contre-attaque définitive.

La méthode du Karaté Jutsu implique donc une sortie de l'axe (esquive), une diminution de la distance (en Japonais : MA), jusqu'au corps à corps, et une intervention définitive contre l'agresseur.

La première partie de cette défense (sortie de l'axe) nécessite de décrypter (YOMI) l'attaque puis de la juguler.

La garde de provocation choisie par le défenseur doit donc permettre à la fois d'orienter l'attaque de l'agresseur et de faciliter la suite des opérations pour le défenseur.

On prend donc une garde, non pour soi-même, mais par rapport aux possibilités de l'autre (YOMI).

Ces présupposés ayant été exposés, il reste donc à expliquer la garde à droite.

L'adversaire ayant l'intention manifeste de nous agresser, nous souhaitons donc sortir de l'axe d'agression afin de contre-attaquer.

Lorsque la provocation (prise de garde) sera correctement effectuée, l'agresseur ouvrira les hostilités sans feinte pensant détruire à coup sûr. Il frappera énergiquement sans retenue probablement d'un coup de pied ou d'un coup de poing sur un demi-pas...

Considérant que plus de 85% de la population mondiale est droitière, l'attaque réelle (pas la feinte) s'exécutera probablement à 80 % à droite, pourcentage augmenté par notre spatialisation face à l'agresseur lors de notre provocation ...

Le défenseur voudra préférentiellement se trouver en SOTO (extérieur)...

Quel déplacement est plus aisé qu'un simple pas (avancer la jambe gauche) lorsque sur un coup venant d'un membre droit, on veut sortir de l'axe à l'extérieur droit de

l'agresseur afin de se positionner quasiment au corps à corps, empêchant un enchaînement aisé de la part de l'agresseur et nous permettant d'atteindre une posture idéale pour une frappe de la main droite (main forte) en position inversée (Gyaku) la plus forte grâce à une meilleure sollicitation des hanches

Si d'aventure le coup franc et violent de l'agresseur devait être à gauche, d'une garde à droite il est alors également aisée d'effectuer un petit sursaut en avant et à droite en pivotant la jambe arrière pour sortir de l'axe (nagashi) et profiter de ce pivot du corps pour frapper simultanément de la main droite (main forte pour 85% de la population...

Sur cette base, il en découle trois cas :

Dans l'idéal, le défenseur a, par sa garde de provocation à droite et par ses positions de mains et de pieds, encouragé une attaque spécifique de l'agresseur, dont il a perçu les prémisses (YOMI), ce qui lui permet de réagir en SEN NO SEN (attaque dans l'attaque).

Dans ce cas, le défenseur se déplace depuis la garde à droite en faisant un pas, avec une main en haut et une en bas pour parer à toute éventualité (MEO TO DE – pour le cas d'une réaction imprévue de UKE ou d'une erreur de YOMI de TORI).

Il enchaîne immédiatement par un coup de poing inversé à la jambe avant (GYAKU TSUKI) du droit puis une finition adaptée pour mettre fin le plus rapidement possible à la confrontation. Ceci correspond à un niveau d'exécution SANDAN et plus.

Pour le cas où le défenseur est en retard sur l'attaque de l'agresseur, la défense ne pourra s'effectuer qu'en TAI NO SEN (esquive latérale) avec contrôle, puis même déplacement avec contre-attaque et finition enchaînées (niveaux SHODAN et NIDAN).

Enfin, pour les débutants complets, dans le cas où l'agresseur agit de façon imprévisible, et/ou le défenseur se trouve pris en défaut dans son YOMI, Il n'a d'autre possibilité que d'absorber la première attaque (généralement une attaque longue comme on l'a vu).

En fonction de sa position de d'absorption, il pourra se déplacer à l'extérieur pour enchaîner sa contre-attaque réduisant les possibilités d'enchaînements de l'agresseur par sa réaction d'absorption.

Ce travail correspond aux 2 premières séries des OHTSUKA KATA KUMITE, sublimés par le Dr Renault dans les KATAS KUMITE NBJR où le défenseur force l'agresseur à une première attaque longue (de poing en première série, de pied en seconde série) pour absorber en reculant, puis intervenir sur l'enchaînement à suivre, lequel est déterminé par, d'une part le membre de l'agresseur pouvant agir au temps 2 et, d'autre part, la cible offerte par le défenseur dans son mouvement de défense.



Ceci permet de construire un YOMI au temps 2 sur l'enchaînement de l'agresseur et constitue le GO NO SEN (opposition à l'attaque par absorption) de l'Ecole.

Dans tous les cas, le principe d'intervention reste le même en enchaînement de contre, à savoir : en extérieur accompagner et frapper pour enchaîner sur la finition ; en intérieur, blocage et contre-attaque simultanée avec action des deux mains en même temps (« Me O Tode » couple de mains).

*Note 1* : De façon pédagogique, aux niveaux SHODAN et NIDAN, l'exercice se travaille en reculant (Iraki) et en esquivant (Taï no sen), pour progresser vers l'anticipation (Sen no sen) niveau YONDAN.

*Note 2* : un défenseur gaucher, malgré le fait que son poing gauche soit le plus puissant, ne va pas inverser sa garde initiale. En effet, le défenseur ne prend pas une garde pour ses propres facultés, mais bien eu égard aux possibilités de l'agresseur.

## Le JUKU KARATE JUTSU et les enfants :

Nous pouvons préciser, qu'avec certaines précautions, cette méthode peut être parfaitement adaptée aux enfants sous réserve de quelques modifications transformant l'enseignement de l'efficacité en enseignement culturel, préparant l'apprentissage adulte.

La pédagogie appliquée ainsi qu'un programme dit « long » pour les enfants pourra faire l'objet d'un recueil spécifique ultérieur.

Des compétitions techniques et combat pourraient également être mises en place, soit dans le cadre strict du JKK soit avec d'autres styles, soit dans les compétitions dites officielles de la FFKDA.

## Le JUKU KARATE JUTSU et le(s) sport(s) :

Nous précisons également que cette même méthode, accompagnée d'un entraînement physique spécifique, peut parfaitement préparer à toutes formes de compétitions sportives prônant plus ou moins le combat libre. Il suffit d'y adapter les techniques dites interdites par règlement, soit en les modifiant momentanément soit en les supprimant le temps de la compétition.

Il est même possible de proposer une forme de compétition sportive propre aux karatés-Jutsu où le coup donné (reçu) ne serait pas définitif mais irrémédiablement accompagné, suite à un ce déséquilibre provoqué, d'une projection...le IPPON se manifestant par cet ensemble « coup réussi-projection » indissociable.

Attention aux dérives et aux chimères...préparer des futurs champions ne doit pas être significatif de travail uniquement de techniques auTORIsées règlementairement ! Le sport peut être un moyen, en aucun cas il ne doit devenir un but.

