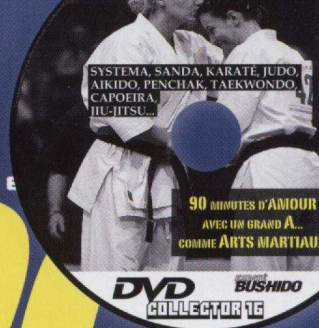


KARATÉ

1^{ère} revue mondiale des arts martiaux

BUSHIDO



CINÉMA
LA **LÉGENDE**
DE **BRUCE LEE**
EN **DVD**

**SPÉCIAL
RENTREE**

KARATÉ, TAEKWONDO, AÏKIDO, KUNG FU,
JIU JITSU BRÉSILIEN, MMA, MUAY THAÏ...

TROUVEZ LA BONNE VOIE

KARATÉ
L'HÉRITAGE
DE TAJI **KASÉ**

REPORTAGE
MUAY THAÏ ET
CASCADES À BANGKOK

PORTRAIT

ROBERT **PATUREL**, MÉMOIRES
D'UN **HÉROS DU RAID**

- + LES CONSEILS DE NOS EXPERTS ET CHAMPIONS
- + LES 10 CLÉS D'UNE BONNE PRATIQUE
- + LE GUIDE DES DISCIPLINES
- + LES BONNES ADRESSES

M 01581 - 391 - F: 6,95 € - RD



SEPTEMBRE 2011

6,95 € N°391

www.karatebushido.com

BEL/LUX: 7,85 € - ESP/ITA/GR/POR/CONT: 8,20 € - SUI: 10,50 CHF - CAN: 12,50 \$ - DOM/A: 8,90 € - DOM/S: 7,90 € - TUR/A: 15,00 CFP - THA: 10,00 THB - ISSN 1243 9853



SEPTEMBRE 2011



14 THAILANDE

PARTEZ A LA DECOUVERTE DE LA PREMIERE ECOLE DE CASCADE CREEE AU SEIN D'UN CAMP DE MUAY THAI A BANGKOK : "ACTION SPORTS ACADEMIE".



22 TAIJI KASE

PASCAL LECOURT, 6° DAN. NOUS PARLE DE L'HERITAGE DE L'IMMENSE SENSEI. UN TEMOIGNAGE EMOUVANT.



28 ROBERT PATUREL

PORTRAIT D'UN COMBATTANT ET D'UN POLICIER HORS DU COMMUN. IL PUBLIE "MEMOIRES DU RAID", L'UNITE D'ELITE OU IL A COLLABORE PENDANT 20 ANS.



34 LA LEGENDE DE BRUCE LEE

LE DOUBLE DVD COLLECTOR " LA LEGENDE DE BRUCE LEE" AVEC DANNY CHAN ENFIN DISPONIBLE. CHRISTOPHE CHAMPCLAUX NOUS REVELE LES SECRETS DE CE LONG METRAGE UNIQUE.



38 GUIDE DU PRATIQUANT

KYOKUSHINKAI AVEC ALEKSANDR PICHKUNOV, 3° DAN
K-1 RULES AVEC KARIM GHAJJI
JIU JITSU BRESILIEEN AVEC MAITRE ALMEIDA, 8° DAN



46 FORME

CHRISTOPHE CARRIO PROPOSE UNE NOUVELLE METHODE DE MUSCULATION POUR ATTAQUER LA RENTREE AU MEILLEUR DE VOTRE FORME.



52 SPECIAL RENTREE 2011

15 PAGES INDISPENSABLES POUR REUSSIR VOTRE SAISON MARTIALE. TROUVEZ VOTRE VOIE GRACE A NOTRE DOSSIER.



76 GROS PLAN

COMBAT DEBOUT OU BIEN AU SOL. PRENEZ UNE LECON DE PANKIDO AVEC PATRICK LOMBARDO, 6° DAN.



80 TAEKWONDO : TOURNOI OLYMPIQUE

GWLADYS EPANGUE QUALIFIE SA CATEGORIE POUR LES J.O. 2012. TOUS LES FAVORIS A LA MEDAILLE D'OR AUX JEUX DE LONDRES.

MAIS AUSSI... EDITO P.3 - ZOOM P.6 - ACTUS P.10 - CHRONIQUE D'HENRY PLEE
P.50 - VIE DES CLUBS : AAS SARCELLES P.88 - SHOPPING P.90 - IL ETAIT UNE FOIS... "THE KING" P.98

RETROUVEZ **KARATÉ BUSHIDO** LE PROCHAIN NUMERO DE **KARATÉ BUSHIDO** AVEC LE DVD, EN KIOSQUE LE 30 SEPTEMBRE



EN QUELQUES DATES

- ▶ 1929 Naissance le 9 février à Tokyo.
- ▶ 1944 Il s'entraîne avec Yoshitaka Funakoshi.
- ▶ 1945 En mars, il intègre l'école de la Marine, comme pilote Kamikaze.
- ▶ 1949 Devient professeur d'Enoeda, Shirai, Kanazawa, Ochi.
- ▶ 1967 Il s'installe à Paris en août.
- ▶ 1999 Victime d'une première attaque cardiaque
- ▶ 2004 Crée la « Kase Ha Shotokan Ryu Karate-Do Academy »
- ▶ 2004 Il décède le 24 novembre

① Sensei Kasé a été formé à l'époque où, au Japon, la vie et la mort ne tenaient qu'à un fil.

② « Sensei Kasé était un génie du Karaté. Sa vision de la pratique était unique », affirme Pascal Lecourt, ici à l'oeuvre.

Pascal Lecourt, 6^e Dan, a été son assistant pendant 30 ans. Il témoigne...

MAÎTRE TAJI KASÉ, LE GÉNIE DU KARATÉ

Connu dans le monde entier comme un combattant hors pair et un enseignant de haut niveau, Taiji Kasé n'a jamais cessé de perfectionner son art et de le faire évoluer jusqu'à créer son propre style. Avant de s'éteindre en 2004, il a créé une Académie Internationale (Kase Ha Shotokan Ryu Karate-Do Academy) à la tête de laquelle il a placé ses plus fidèles élèves, dont Pascal Lecourt pour la France. 6^e dan, ce dernier prouve que l'héritage de Senseï Kasé vit encore. Un témoignage rare.

Par François Lehn > Photos : D.R.

A l'occasion de la sortie du DVD « les fondamentaux de l'école Kasé-Ha », Pascal Lecourt, 6^e Dan, revient sur l'enseignement de son maître. Enseignant à Rouen, instructeur international, il fut l'assistant de Maître Kasé durant près de 30 ans. Il nous livre un témoignage unique sur la quintessence de la pratique et de l'enseignement de Taiji Kasé et sur l'homme qu'il a été. L'un des plus grands combattants de Karaté du XX^e siècle, épris de recherche et de perfectionnement et un homme plein de richesse de cœur et d'humilité.

« IL A DÛ LIVRER DES COMBATS RÉELS »

« Avant d'être un grand Maître, un grand expert et un pionnier du Karaté en France, Senseï Kasé a surtout été un très grand combattant. Il a non seulement été à l'origine des premières règles de compétition de Karaté au Japon de JKA (Japan Karaté Association), après la mort de Maître Funakoshi mais il a aussi été celui qui répondait aux défis que tous les combattants d'autres sport de combat lançaient au karaté.

A l'époque, ça se faisait beaucoup et comme le Karaté commençait à peine à se faire connaître, il fallait en montrer sa valeur. Il était envoyé de par le monde par la JKA pour promouvoir le Karaté. Il a dû, pour cela, livrer des combats réels, sans arbitres, sans règles, face à des boxeurs, des catcheurs, des lutteurs, etc.

Il le faisait pour l'honneur du Japon et celui du Karaté. Dans le DVD, Mme Kasé nous en parle, et d'après elle, il n'a jamais perdu aucun combat. Cet aspect de sa vie a contribué à forger sa réputation de combattant hors pair, ce qui était vrai. Lorsque l'on entend dire parfois que le Karaté traditionnel, et surtout celui de Senseï Kasé n'est pas réaliste, je ne vois pas de quoi il s'agit... »



« IL EST ARRIVÉ QU'IL Y AIT DES MORTS »

« Senseï Kasé a été formé à l'époque où le Japon était en guerre, la vie et la mort ne tenaient qu'à un fil. Il nous racontait que pendant les entraînements, il est arrivé qu'il y ait des morts tant les karatékas s'investissaient et tant le Karaté était tourné vers le réalisme.

Le ministère fermait les yeux, il fallait s'entraîner pour résister à l'invasion américaine. À 16 ans, Senseï Kasé s'était engagé dans la marine, dans les Kamikazes. Il a reçu son ordre de vol le jour de l'armistice. Je suis bien content que l'Histoire l'ait épargné. »

« UNE TECHNIQUE DOIT TUER »

De cette époque, de ce style d'entraînement, il a gardé quelque chose d'essentiel qui a marqué son Karaté tout au long de sa vie. D'une part, un instinct de vie et de combat très fort mais aussi un attachement à « l'Ippon Shobu », qu'il privilégiait beaucoup. C'est-à-dire la victoire sur une technique, donner un coup et mettre hors de combat son adversaire en une seule action, parfaite et décisive par sa rapidité, sa puissance et sa précision. « Une technique doit tuer », disait-il. Maître Kasé n'avait pas d'égal dans cette façon de pratiquer. Il était connu et reconnu pour son Kime inégalé. Il savait concentrer une énergie maximale dans chacune de ses techniques.

S'il a atteint le statut de grand Maître, c'est parce qu'il a toujours cherché à améliorer son Karaté. Tout au long de sa vie il s'est surpassé pour parvenir à se rapprocher de l'essence même du Karaté. »

« IL EST LE SEUL À AVOIR FUSIONNÉ LES PRINCIPES DE MUSASHI AVEC CEUX DE FUNAKOSHI »

« UNE FUSION DE MUSASHI ET DE FUNAKOSHI »

« Senseï Kasé était un génie du Karaté. Sa vision de la pratique était unique. Il est le seul par exemple à avoir fait fusionner les principes de l'école des deux sabres de Miyamoto Musashi, avec le Karaté moderne, celui de Maître Funakoshi. Cette recherche l'a amené à développer beaucoup de techniques avec les mains ouvertes, comme si les bras et les mains ouvertes devenaient des sabres.

Cette découverte se décline aussi bien dans les gardes, adaptées à plusieurs hauteurs selon la circonstance, que dans les blocages et doubles blocages, les contre-attaques, les attaques, les déplacements ou le timing. Cette particularité technique est propre à sa recherche. Les différentes techniques : O-Wasa, Chu-Wasa et Ko-wasa (longue, moyenne ou courte distance) caractérisent également sa pratique. »

« UNE PARFAITE MAÎTRISE DE LA RESPIRATION »

« Une autre particularité de sa recherche est la fine connaissance et la parfaite maîtrise de la respiration. C'était, pour lui, l'élément déterminant pour augmenter sa puissance, »



**« LE MOINE ZEN
L'A RENOMMÉ :
AMOUR,
INDULGENCE,
BIENVEILLANCE,
HONNEUR »**

la circulation de l'énergie qui en découle était primordiale. Les quatre principes respiratoires, avec leurs ramifications, qu'il a développés et décrits dans le DVD, en sont la clé. Par ailleurs, Maître Kasé était capable d'un profond relâchement du corps qui lui donnait une incomparable disponibilité de mouvement, de déplacement et favorisait une pure expression de l'énergie. Il enseignait comment partir de 0 (relâchement) pour arriver à 100 (contraction) en une fraction de secondes, puis revenir à 0 tout aussi rapidement. »

« TEN SHIN JIN » : CIEL-TERRE-HOMME

« Il y a tout un aspect énergétique et vibratoire qui sont propres à sa recherche. Il insistait beaucoup sur la connexion au sol : « ten shin jin », répétait-il souvent : ciel-terre-homme. L'unification de l'homme, au ciel et à la terre permet de développer une grande énergie à travers la technique. Les pieds sur terre, la tête droite vers le ciel, une inspiration qui permet de capter l'énergie du ciel et un ancrage des pieds pour une captation de l'énergie du sol, des émanations de la terre. « L'homme est comme un trait d'union entre les deux, l'homme est l'expression des deux énergies. Plus l'expiration est concentrée en un point et plus votre technique sera efficace », disait-il.

« UN HOMME HUMBLE ET OUVERT »

Maître Kasé disait souvent que « le Karaté, c'est la vie et que la vie, c'est le Karaté ». L'art ou la vie ont les mêmes mécanismes. Il a poussé cet adage le plus loin qu'il a pu. C'était un homme humble, déterminé, épris du désir de perfectionnement, ouvert aux autres et plein de bienveillance pour ses élèves. Il aimait les Hommes. Il n'y avait aucune vulgarité ou brutalité dans sa pratique, le plan artistique, au sens profond, était valorisé. L'énergie agressive est vulgaire, l'énergie du maître est positive, créative. Elle permet d'aller vers l'autre alors que l'énergie négative détruit l'autre. Dans le kumité par exemple, lorsque l'ego prend le pas, c'est l'agressivité qui répond à une agressivité. »



① Pascal Lecourt, au centre, lors d'un des nombreux stages qu'il a effectué avec Kasé.

② « C'était un homme humble, déterminé, ouvert aux autres et plein de bienveillance pour ses élèves », souligne Pascal Lecourt.



« IL VIVAIT POUR LA RECHERCHE »

« Maître Kasé vivait pour la recherche, il a été le plus pointu des Maîtres de sa génération dans cette quête. Comme beaucoup d'artistes, ce sont des individus qui se nourrissent de leur recherche. Peu importe les retombées, peu importe la reconnaissance mondiale. Il ne savait pas combien il gagnait d'argent, combien de personnes assistaient à ses stages, quelle gloire il en tirait. Il n'avait pas d'intérêt pour l'intérêt. Je me souviens, en 1987, alors que j'étais au Japon avec lui, et que la JKA se cherchait un vrai leader, je lui ai demandé s'il était intéressé par ce poste. Il a répondu que s'il devait reprendre cette organisation, jamais plus il ne porterait son kimono mais aurait juste « un costume, une cravate et un stylo ». Quand on lui disait qu'il était un grand maître, il souriait et... continuait sa route. C'était sa réponse. Sa recherche et son enseignement étaient destinés à tout le monde, sans aucun élitisme. Il fallait en revanche se surpasser pour y accéder. »

« PASSIONNÉ D'ASTRONOMIE, DE LITTÉRATURE... »

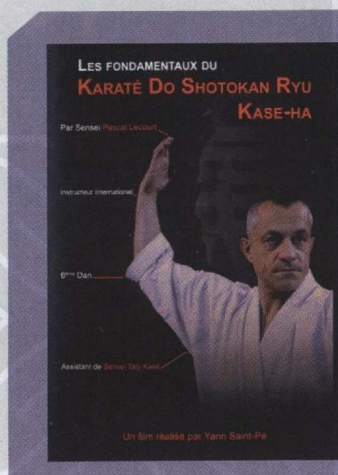
« Un dernier aspect de sa personnalité atypique : il n'aimait pas les conflits. Je me souviens que, lors d'un stage, on s'entraînait vraiment très fort. Un groupe d'individus s'est subitement assis en plein milieu du gymnase. J'étais hors de moi de les voir se comporter ainsi. J'ai voulu y aller et le maître m'a arrêter d'un mouvement de tête.

C'était, par ailleurs, un bon père de famille. Il était également passionné d'appareils photos (il en avait plusieurs chez lui), d'astronomie, de littérature classique française, russe ou japonaise. Il recherchait toujours l'équilibre dans les différents aspects de sa vie. Un dernier point me revient. Lors de ses funérailles en France, un moine Zen qui connaissait bien Sensei Kasé a lu une oraison funèbre. Il est de tradition que le défunt soit renommé selon ses qualités majeures. Le moine l'a renommé : amour, indulgence, bienveillance, honneur. »

Voir contact p.98

« Quand on lui disait qu'il était un grand maître, il souriait et... continuait sa route ». Tel était maître Kasé.

« IL RECHERCHAIT TOUJOURS L'ÉQUILIBRE DANS LES DIFFÉRENTS ASPECTS DE SA VIE »



UN DVD POUR TRANSMETTRE

Pascal Lecourt a rassemblé et expliqué pour la première fois dans un DVD, « les fondamentaux de l'Ecole Kasé-Ha », tout l'univers de techniques et d'expression de l'énergie qui sont devenus la griffe de l'école Kasé-ha. On retrouve notamment une interview très vivante de Pascal Lecourt, racontant sa proximité avec le Maître et toute la transmission intérieure, spirituelle et philosophique qui s'est opérée en trente ans de relations étroites. Ainsi qu'une interview de Madame Chieko Kasé, l'épouse de Sensei Taiji Kasé, racontant la vie du Maître depuis les années d'après-guerre au Japon jusqu'à son dernier souffle.