

# **I. Formation**

## **1- Quand et où êtes vous né?**

Je suis né le 21 Juin 1955 à Belgrade, Ex-Yougoslavie. J'ai pratiqué le Karaté là-bas jusqu'à mes 30 ans en 1985, lorsque je suis venu m'installer en France.

## **2- Vous avez me semble-t-il commencé le Karaté suite à une blessure en gymnastique, pouvez-vous nous en dire plus?**

Le Karaté, à l'époque en Ex-Yougoslavie, était une discipline presque méconnue, en 1970 c'était un mystère, la gymnastique et les sports collectifs étaient très répandues en Ex-Yougoslavie alors que le Karaté était enseigné seulement dans les grandes villes, par quelques ceintures noires qui avaient obtenu leurs grades au Japon.

J'ai eu un parcours atypique dans la mesure où Nenad (prénom) Petrovic (nom de famille), qui travaillait sur les bateaux de marchandises et qui avait fait ainsi plusieurs tours du monde à eu la chance d'avoir à ses côtés un maître japonais avec qui il s'entraînait sur le bateau. Ce japonais a enseigné à Nenad Petrovic sur le bateau de marchandise pendant plusieurs années. De retour au pays, Nenad Petrovic m'a pris comme disciple et m'a enseigné ce qu'il avait appris auprès de son confrère japonais. Je me suis donc entraîné sous sa tutelle pendant 5 ans, et ce en complète autarcie.

## **3- Mr. Petrovic à-t-il reçu de son maître une autorisation officielle d'enseigner ou une ceinture noire?**

Non, je pense qu'il était avant tout habité d'une passion et avait une technique de base extraordinaire, il s'entraînait à cette époque d'une manière... de nos jours ce serait inenvisageable de pratiquer comme cela et de s'entraîner comme cela. Nenad Petrovic avait le grade de ceinture bleu (5<sup>e</sup> Kyu) qu'il avait obtenu après 4-5 années d'entraînement intensif à raison de 5 à 8h par jours. Rendez-vous compte du temps qu'il fallait à l'époque pour obtenir la ceinture bleu, aujourd'hui on l'obtiens au bout d'un an d'entraînement à raison de 2 fois par semaine et en dehors des vacances scolaires (dit-il avec sourire). Je me souviens que Mr Petrovic est venu me montrer un bout d'un Kata sur la mansarde du petit immeuble où j'habitais, c'était un endroit à l'abri des regards...

En fait pourquoi moi? Parce qu'il était un ami de mes parents, il avait sûrement entre 12 et 15 ans de plus que moi et je le connaissais. J'avais remarqué qu'il avait changé (grâce à la pratique du Karaté), et moi qui avait environ 13 ans j'étais impressionné par le calme et la sérénité qui se dégageait de lui. Il m'a donc montré un bout de Kata, et j'ai été complètement fasciné par la pureté du geste, la puissance, l'explosibilité etc...

On s'est entraînés dans les caves, dans la forêt etc... mais toujours en dehors du regard des autres, au bout de 5 ans même mes meilleurs amis ne savaient pas que je pratiquais le Karaté alors que nous étions tous très proches. Avant le cours de Karaté je faisais la promesse de ne jamais dire que je pratique et de ne jamais utiliser le Karaté.

## **4- En quoi consistaient les entraînements? Des répétitions de Kata peut-être?**

C'était du mimétisme. Il me montrait un geste, ou un morceau de Kata et il partait, je bossais donc seul. C'est très intéressant car aujourd'hui j'utilise parfois un tout petit-peu de cela avec les enfants; je me rend compte que parfois, seulement en montrant le mouvement, les enfants arrivent à reproduire presque parfaitement le geste, et cela mieux encore que si j'avais passé du temps à expliquer, ré-expliquer etc...

## **5- Vous avez poursuivi le Karaté dans un club après ces 5 années d'entraînement n'est-ce**

**pas?**

Tout à fait, lorsque je suis arrivé en études supérieures, je me suis inscrit au Karaté Club Mladost (Mladost= jeunesse) de Zemun (Une municipalité de Belgrade). A l'époque c'était essentiellement les étudiants qui pratiquaient dans un club structuré, le Karaté pour les enfants n'existait pas. Je me retrouve donc dans ce club, avec la ceinture blanche malgré mes 5 ans de pratique. Le club était dirigé par Miroslav Pandulov qui était ceinture noire 2è dan, il était très bon, excellent technicien. Sous sa direction nous faisons beaucoup de répétitions techniques et nous travaillons les applications par 2, ce qui permettait de tester de suite les acquis, c'était très dur, au bras, au corps, ça nous a endurci rapidement et nous avons pris conscience des capacités que nous étions en train de développer. J'y suis resté pendant 2 ans.

J'ai passé mes grades très vite, j'ai obtenu la ceinture bleu puis marron rapidement. Et j'ai intégré la première équipe de Karaté d'abord en Technique puis en combat, c'était vers 1977-1978. Le combat et la technique était d'ailleurs presque indissociés avant, on ne s'entraînait pas que pour le combat ou que pour la technique, celui qui était bon en technique était aussi un bon combattant et inversement. La liguia de Belgrade était constitué d'une 30' de clubs et tous les 15 jours environ il y avait des rencontres inter-cubs. Ces rencontres se déroulaient dans une grande salle de basket devant un public variant entre 5000 et 7000 personnes. Bien évidemment les combats étaient sans protections.

Un an plus tard, donc vers 1978-1979, lors d'une qualification au championnat du pays, j'ai été repéré par le directeur technique national et l'entraîneur de l'équipe étoile rouge de Belgrade qui était à l'époque le Dr Ilja Jorga (prononcé Ilia Yorgua), il est mondialement connu et porte aujourd'hui le grade de 10è dan. Le Dr Jorga a amené le Karaté à un niveau extrêmement élevé en Ex-Yougoslavie, il était le 1er assistant de senseï Kaze (Taiji) et instructeur en charge de l'Europe Centrale, du Sud et de l'Est. J'ai donc rapidement été convoqué pour rejoindre l'équipe de l'étoile rouge de Belgrade, un peu malgré moi car le plus important était de pouvoir poursuivre mes études. J'avais eu mon bac S à 18 ans et je m'étais inscrit à la fac de droit...

Je deviens donc, parallèlement à mes études, un compétiteur de l'équipe de l'étoile rouge; à l'époque c'était le 1er club du pays, on y avait une centaine de ceintures noires, quand on sait que les ceintures noires étaient très rares c'est un nombre vraiment important. Le club était donc vraiment remplis de Karatéka talentueux. L'équipe de l'étoile Rouge s'entraînait au Stade omnisports Marakana (aujourd'hui stade Rajko Mitić).

## **6- Quel a été votre parcours de formation théorique en Karaté? (Stages, Vidéo, Livres, etc...)**

C'est très succinct, déjà à l'époque il n'y avait pas grand chose, mais pour vous faire comprendre je dois vous dire que j'ai dû voir *Opération Dragon* dans lequel jouait Bruce Lee... au moins 46 fois, tout cela pour analyser le mouvement, voir comment il tourne le bassin, comment il utilise les bras etc.. C'était une vraie passion.

## **7- Et en ce qui concerne la lecture spécifique au Karaté, avez-vous eu l'occasion de lire des livres ou des articles sur le sujet?**

Des livres j'en ai plein, mais comment vous dire... J'ai passé ma vie à pratiquer mais j'ai puisé les informations dans la pratique, et les connaissances je les ai acquises par la pratique, le véritable enseignement je l'ai trouvé par la pratique et plutôt par moi-même, pas dans les livres. Toutefois pour répondre à certaines questions ou réflexions que je me faisais, je suis aussi allé chercher certaines réponses dans les livres.

## **8- Avez-vous obtenu des titres en compétition?**

Nous avons été titrés en tant que club, le club de l'étoile rouge de Belgrade était le meilleur du pays.

J'ai été membre de la sélection large de l'équipe nationale et à 2 reprises je suis parti en camps de préparation avec l'équipe nationale. C'était un camp d'été qui se faisait au "porèch" en bord de mer Malheureusement à 2 reprises j'ai manqué de grosses échéances, la 1ère fois en faisant mon footing au bord du Danube je me suis blessé assez gravement un ou deux jours avant le championnat du pays. Il faut aussi que je vous dise que les résultats sportifs en Karaté n'ont jamais été dans mes objectifs, et pourtant j'ai été sélectionné et je suis rentré dans la meilleure équipe du pays, mon 1er objectif à cette époque c'était de finir mes études, lorsque j'avais un choix à faire entre participer à une compétition ou aller aux examens, je faisais passer mes études en 1er, je peux vous dire que je suis un des rares étudiants de l'époque à avoir réussi à m'entraîner parfois 2 à 3 fois par jours avant les compétitions tout en ayant réussi à finir mes études, donc la priorité c'était mes études bien sûr.

## **II. Pédagogie**

### **9- Depuis quand enseignez vous le Karaté? Dans quel associations avez-vous enseigné?**

J'ai obtenu mon 1er diplôme d'enseignant de Karaté à Belgrade à 24 ans, chez nous (en Ex-Yougoslavie) cela se fait auprès de l'UFR STAPS, au bout de 2 ans là-bas on choisissait une spécialité, moi j'ai pris Karaté et c'est l'étoile rouge de Belgrade qui m'a payé cette formation car ils comptaient sur les jeunes instructeurs. J'ai commencé à enseigner dans une école Bratjastamenkovic à Belgrade. Au 1er cours il y avait 100 personnes... J'ai fait ça pendant 2 ans environ, et puis comme j'ai finis mes études j'ai commencé à travailler comme avocat, j'ai donc arrêté de donner des cours de Karaté à l'école.

Ensuite, en 1987 j'ai crée le club Karaté Challenger de Grasse et j'y enseigne depuis.

### **10- Quels sont les différentes formes d'entraînement que vous proposez? Avez-vous par exemple un cours plus axé sur les Kata et un cours axé sur la compétition?**

Non, déjà on ne peut pas enseigner ces formes de Karaté sans se référer aux valeurs, donc mon enseignement commence par l'enseignement des valeurs et la mise en place d'une forme de communication avec les élèves, qui est la condition essentielle de l'apprentissage. Déjà pour les nouveaux arrivés cela prend entre 3 et 6 mois pour commencer à se connaître, et se faire confiance. A partir de là on peut corser la difficulté et arriver à des exercices plus exigeants techniquement et mentalement. Je ne fait pas la séparation en disant tel cours est "Kata" ou tel cours est "compétition" je conçoit le Karaté un peu comme les anneaux olympiques, les anneaux sont indissociables les uns des autres et on ne peut pas en lâcher un ou plusieurs. Pour moi c'est une sacré gymnastique de naviguer entre le Kata, la technique pur et l'application au combat. C'est cette alchimie entre ces domaines qui forme une exigence physique, technique, psychologique et moral. J'ai 2 priorités dans mon enseignement: comment former un enfant pour qu'il puisse résister au monde d'adulte de demain, pour qu'il surpasse les difficultés et comment augmenter ses capacité de santé. Ces 2 objectifs m'obligent à concevoir une méthodologie et à adapter ma pédagogie en ce sens.

### **11- Pouvez vous nous donner quelques exemples de choses que vous utilisez pour améliorer les capacités de vos élèves, quels sont vos méthodes pédagogiques?**

Déjà je tend à leur faire comprendre, pourquoi on fait ceci ou cela et à quels résultats cela amène. Ce qu'il faut dire c'est que tout le monde n'adhère pas à cela, mais je suis soucieux de donner non seulement la forme du Kata mais aussi de donner le contenu, d'expliquer l'application. Ce va et viens permanent entre la forme et le fond me permet de construire quelque chose de solide et qui ne s'oublie pas.

### **12- Si j'ai bien compris vous partez de l'application et vous enseignez le Kata à partir de cela? Pour moi cela ne peut être que comme ça, on ne peut pas séparer la forme du fond, faire autrement**

ce serait comme étudier une voiture en regardant seulement sa carrosserie et pas le moteur et la transmission...Donc il y a un va-et-viens permanent. Les anneaux qui relient le monde des arts-martiaux sont le Tai (le corps) le shin (l'esprit) et le gi (la technique), et cela on le voit lorsqu'on travaille les kata, le combat ou même les techniques pur. Il faut absolument expliquer pourquoi on fait plutôt comme ceci ou comme cela et ce que cela nous fait gagner soit en situation réelle soit en compétition.

### **13- Le matériel que vous utilisez à-t-il évolué ces dernières années en Karaté?**

Oui, mais pas plus que ça... On a des cibles, un sac de frappe, des gants, des makiwara à l'ancienne, d'ailleurs j'en ai 2 opérationnels et 3 qu'il faut changer car ils sont cassés, j'ai aussi de grands miroirs aux mur. Après pour les jeunes on a pas mal d'outils pédagogiques qui nous permettent de travailler les déplacements, la détente, surtout des axes au sol.

### **14- Vous avez fabriqué vous-même les makiwara ou vous les avez fait venir du commerce ?**

Il y en a 2 que l'on a fait faire nous même et qui tiennent encore, et plusieurs que l'on a achetés mais on les a cassés, à tel point que le Samouraï de Nice qui fournit les produit Nooris ne veut plus nous les vendre (dit-il en riant). Ceux que l'on a encore au club ont été fabriqués par un ébéniste du 04, il est souple pour ne pas se blesser et suffisamment rigide à la fois... je dis souvent au pratiquants de faire attention car le makiwara "rend le coups" (retour de l'onde de choc) donc on peut se blesser facilement si on travaillent mal. Après on a aussi des médecine balls, des échelles, des repères à mettre au sol etc..

### **15- Vous avez une salle de musculation au dojo?**

On a un petit équipement de musculation avec des poids, des haltères, on a une machine pour le tirage (poulie), et aussi un petit appareil très rudimentaire et un peu ancien mais très efficace pour travailler les cuisses, les fessiers et le gainage.

### **16- Vous disposez donc d'une grande salle toute neuve et de beaucoup de matériel, ce qui fait de votre club l'un des meilleurs en terme d'équipements...**

C'est vrai, mais on a investi beaucoup, personnellement j'ai investi beaucoup d'argent, récemment encore, soit il y a 2 ans, on a rénové entièrement le club pour fêter les 30 ans, on l'a rénové de fond en comble, on s'est équipé au niveau informatique, on a refait la sécurité, les tatamis sont neufs, les vestiaires aussi, tout à été refait.... On a du investir plus de 40000 €, donc j'investis et je continue a m'investir.

### **17- Justement, j'ai pu lire que vous avez arrêté le métier d'avocat pour enseigner le Karaté, pourtant le métier d'avocat est bien plus rentable non ?**

Oui, mais c'est la passion qui l'a emporté et j'ai cédé, l'argent est passé au 2è plan, la passion à primé... et je n'ai aucun regret.

## **III. Philosophie**

### **18- Certains pensent le Karaté comme une philosophie, parfois même comme une religion et ne considèrent que ce qui est traditionnel, rejetant toute forme de compétitions. Est-ce que vous pensez que le Karaté traditionnel doit primer?**

En mon fort intérieur je trouve plutôt que la tendance est à l'envers, c'est plutôt la sportivité qui est mise en avant, au détriment de la tradition. Toutefois entre tradition et traditionnel il y a quand

même une distinction à faire. La tradition c'est ce que l'on répète, c'est un rite... Je dirais les choses plus simplement, la pratique des arts-martiaux et dans notre cas le Karaté, doit se mettre à jours, à nos jours. Vous n'avez sûrement pas eut l'occasion de le lire, car il n'est pas disponible en ligne, mais dans mon mémoire de 7è dan je fait une recherche sur l'enseignement des arts-martiaux en milieu scolaire, cela fait 10 ans que je travaille dessus et je suis en contact avec la fédération pour voir s'ils vont prendre et appliquer certaines idées issues de là, c'est quelque chose qui me tiens à cœur. Pour en revenir à la question, aujourd'hui nous sommes devenus un sport de compétition, et si on s'ampute de ce qui est originel nous allons sombrer dans une pratique assez banale et peut-être même vulgaire aux yeux de ceux qui ont vécu une autre époque (du Karaté). Le premier qui porte un coup gagne un point et il ne nous restera de la tradition qu'un salut très succinct...

Donc seulement la compétition ce n'est pas une bonne voie, il ne faut pas se déraciner de l'ancien. Il faut se construire, il faut se mettre à jours, il faut se mettre à la recherche de l'efficacité en combat, de l'efficacité en compétition, car le karaté doit répondre à ces besoins et être présent aux J-O, mais il faut garder les liens avec ce que l'on est et d'où on viens.

**19- Ce que vous dites est juste, et nous avons vu ce qui est arrivé au Judo et au Taekwondo. Je me souviens d'un ami judoka, qui a subi cette transition olympique "tu va voir ce qui va arriver au Karaté" me disait-il. Parce que les judoka ont vécu cela avant nous (l'adoption du judo comme sport olympique). Le judo de de nos jours, ce n'es pas le judo d'il y a 50 ans, il n'est plus régi que par les règlements de la compétition et une grosse partie technique a été presque perdue , ce qui pour les judoka un peu féru de tradition est aberrant (il hoche la tête en signe d'approbation). En karaté beaucoup de pratiquants ont peur qu'on ne finisse par garder que Oi-Zuki, Mawashi-geri et... c'est tout.**

La compétition par elle-même est réductrice, un enseignant moins expérimenté aujourd'hui peut se procurer une vidéo d'une équipe de compétition et ils vont briffer et renfermer les jeunes sur 2 ou 3 techniques gagnantes, donc en l'occurrence Mawashi-Geri, Gyaku-Zuki, Maete-Zuki et... voilà. C'est ce que j'appelle un livre réduit à 4 pages. La compétition est réductrice, et pourtant en tant qu'ex-compétiteur je souhaite que tout le monde y passe, c'est bien une marche de la progression du karatéka de vivre, d'expérimenter l'échec, la victoire etc...

Mais ce n'est qu'un détail, qu'une goutte d'eau dans la vie d'un homme. On pratique le Karaté, on ne s'y entraîne pas vulgairement, on doit pratiquer le Karaté à la maison... oui c'est une forme de religion, elle se pratique, on le vit comme ça et ça fait partie de notre vie. Si vous le pratiquez de cette façon, alors vous le pratiquez à la salle mais surtout en dehors de la salle, vous devrez garder une ligne de conduite, vos valeurs etc.. surtout en dehors de la salle. Une fois que vous avez décidé de faire ce parcours de la recherche du meilleur de sois par la pratique des arts-martiaux, c'est une occupation de tous les instants. C'est ça le but, on commence en pratiquant et on finis lorsque la vie s'arrête seulement.

**20- Pour vous si j'ai bien compris le but du Karaté est de rendre meilleure (humainement) la personne qui le pratique?**

(Il hoche la tête en signe d'approbation) C'est construire, construire le meilleur de sois.

**21- Que savez-vous de la relation entre le Karaté et les philosophies extrême-orientales? Avez-vous des connaissances étendues sur la relation entre le zen et le Karaté ou sur les aspects confucianistes dans la pratique?**

Ce qui m'intéresse et ce qui m'habite si vous voulez c'est, comment dans notre monde occidental, avec notre esprit, notre culture, notre vision des choses, comment donner des outils pour faire cette entreprise de marcher sur le chemin de la recherche du meilleur de sois au travers des arts-martiaux.

C'est cela qui me préoccupe et qui m'intéresse. Et ce que vous évoquez, ce passé oriental du Karaté, je l'ai plutôt expérimenté au travers des maîtres que j'ai rencontré dans ma vie de Karatéka, au travers des stages etc...

J'ai l'impression de pouvoir comprendre un certain nombre de choses à partir de ma pratique, et cela me permet de me libérer, de prendre du recul par rapport aux modes de pensées orientaux. Ainsi je peux trouver la liberté de m'exprimer réellement par moi-même. Si j'ai fait cela c'est aussi parce que je ne trouvais pas de maître en France quand je suis arrivé et je me suis formé un peu de manière autodidacte, bien sûr avec la fédération et les rencontres qui vont avec. Mais cette liberté de ne pas avoir quelqu'un à devoir suivre m'a aidé à faire des recherches et des découvertes par moi-même, j'ai l'impression que cela a été bénéfique pour moi. C'est une expérience indispensable selon moi pour celui qui veut aller dans la recherche et la compréhension fondamentale du Karaté.

**22- Beaucoup de professeurs dans la région sont très japonais dans la forme, ils suivent l'étiquette japonaise encore plus que les japonais eux-même parfois, j'ai l'impression que ce n'est pas votre cas, votre enseignement est plus adapté au public occidental?**

Vous savez, on s'identifie aux autres quand on n'a pas construit sa propre identité et je déplore et je regrette ce phénomène. Pendant 25 ans j'étais responsable de la formation des cadres dans la ligue de Karaté de la cote d'Azur, j'enseignai à un moment la pensée critique, je voulais montrer aux jeunes enseignants qui arrivent sur le marché du travail, ce qu'est le défi d'enseigner. Je voulais qu'ils s'ouvrent et qu'ils prennent la liberté de juger ce qui est bon pour eux et ce qu'il ne l'est pas. Donc oui, j'encourage une certaine manière de s'exprimer, j'ai horreur du mimétisme (de conduite), dans mon club malgré mon grade de 7è dan qui est l'un des plus élevés de la région, les élèves m'appellent Pedja, les enfants m'appellent maître parfois, mais personne ne me salut avec toute une cérémonie.

**23- A Okinawa beaucoup voit le Karaté et les Kobudo comme un seul ensemble, en France ce n'est pas du tout le cas, est-ce que vous pensez que c'est une forme de pratique adaptée au public occidental?**

Vous touchez quelque chose d'important, la pratique des Kobudo pour moi, c'est maître Mochizuki et l'école Yoseikan. J'ai eu l'occasion de parler avec ce grand personnage du monde des arts-martiaux, maître Mochizuki m'a dit lorsqu'on s'est rencontré: "vous pratiquez le Yoseikan Budo". C'était lors du passage de mon 6è dan, j'ai répondu humblement: "maître je n'ai jamais fait rien d'autre que du Karaté Shotokan", et il m'a dit "Si, si vous avez compris le Yoseikan Budo". C'était très drôle on s'est mis à rire tout les deux après cela, c'était un échange inoubliable pour moi. Il y a quelques années je faisais un stage ici au dojo Karaté Challenger de Grasse; les Stages sont très thématiques, le message de ce stage était illustré par une montagne que le pratiquant d'arts-martiaux doit gravir, alors par quel côté? Face Nord, Sud, tiens je prend Est... Ah, c'est Karaté! Un autre prendrai face Nord, c'est Judo, un autre à l'Ouest c'est Aikido, etc... Quel que ce soit la discipline on va commencer à monter, au début c'est facile, on y va en tee-shirt en en chaussure de marche, mais rapidement cela va demander plus de condition physique, puis on va avoir besoin des cordes, des crampons et à la fin des masques à oxygène pour arriver au sommet. Le chemin que l'on emprunte est différent mais, les méthodes et les grands principes sont les mêmes. Quel que soit l'art-martial, Judo, Karaté etc, on peut enseigner grâce aux méthodes et aux principes communs à tous les art-martiaux, la distance, les appuis, le transfert de poids, l'engagement etc... Ce sont les grands principes qui habitent tous les art-martiaux. Une fois compris vous pouvez pratiquer toute forme technique, à main nue ou avec armes. Dans le Karaté il y a tous ces principes et je me suis dit pourquoi aller ailleurs, j'ai tout dedans.

**24- A vous entendre j'ai l'impression que vous avez lu Musashi Miyamoto?**

Oui, c'était un grand penseur et un grand guerrier.

**25- Je retrouve dans votre discours beaucoup de chose qui me font penser à Musashi, il avait dit qu'à 50 ans il n'avait plus besoin de maître pour aucun art, il avait atteint le sommet de la montagne, ce qu'il appelait "l'Unité".**

Vous savez il y a quelques semaines encore je donnait un stage en Dordogne, à vrai dire c'était plus un échange qu'un stage, je crois que c'était dans un club de Sartres, et l'intitulé du stage c'était: "l'Unité" (dit il avec sourire).

**26- Que pensez vous des autres arts-martiaux et sports de combats? Ces dernières années en France c'est la mode du MMA par exemple, avant cela c'était le Krav-Maga, encore avant la Boxe Thaï, qu'est-ce que vous en pensez?**

Je ne peux pas appeler cela art-martiaux, ce qui détruit et qui abîme l'homme je ne peux pas l'appeler ainsi, c'est du gâchis. Quel but autre que l'argent peut justifier cela? Même l'argent ne peut pas le justifier mais à la limite je comprend – **(je l'interrompt) Vous parlez du MMA c'est exacte?**- Oui, je parle du MMA, je ne suis pas du genre à faire la critique, c'est facile de critiquer, mais je dis tout simplement "Pourquoi s'abîmer à ce point, est-ce que l'on prend conscience ?" Et on en a pas conscience, parce qu'on a pas vécu l'âge de 30, de 40 ou de 50 ans. Aujourd'hui j'ai 62 ans, je fait encore le grand écart, j'ai peu de douleur, sauf dans les mains que j'ai abîmé, c'était l'époque de la casse... J'ai transformé ma façon de m'entraîner et d'entraîner les autres, toujours avec le souci de mieux vivre à long terme et de mieux se construire, ça me paraît tellement évident, tellement important.

**27- Vous pensez qu'il y a un problème dans les sports de combat? Car en boxe anglaise aussi, et puis même en Karaté compétition, les sportifs souvent très jeunes sont parfois déjà "cassés"**

Bien sur, mais s'il sont cassés c'est parce qu'ils sont mal préparés, ils n'ont pas le temps de mûrir et de travailler dans de bonnes conditions. Notre objectif en tant qu'entraîneur aujourd'hui c'est qu'un jeune téléphone après sa compétition en disant "j'ai fait 4 tour et je ne suis pas blessé". J'ai arbitré pendant 28 ans, au plus haut niveau y compris mondial, et quand je vois un champion sortir du combat "avec des coups partout ou le nez en travers de la figure", je ne suis pas trop fier.

**28- C'est quand même un problème, parce que nous avons d'un côté l'aspect traditionnel sans tous les problèmes de blessures et de l'autre côté l'aspect compétition, mais qui dit compétition dit forcément contact, même de nos jours alors que les contacts sont légers en Karaté, il peut arriver des accidents. En Karaté encore, mais en Boxe Anglaise, en MMA, en Boxe Thaï, ce sont des blessures parfois très graves, en Judo encore plus, une épaule déboîtée c'est terrible alors qu'après un KO en boxe on peut être à l'entraînement 6 jours après. N'y a-t-il pas un problème intrinsèque à la compétition selon vous?**

Cela ce passe dans l'âme de l'homme, il y a un besoin de voir des gladiateurs des temps modernes, ce spectacle attire beaucoup, mais mes élèves et mes enfants ne feront pas ce genre de spectacle.

**29- En parlant de vos enfants, je crois savoir que vous avez vos 2 filles qui sont élèves dans votre association, est-ce plus difficile d'enseigner à ses propres enfants?**

Pas du tout, j'étais peut-être plus exigeants avec mes enfants pour qu'elles donnent l'exemple, mais je n'avait pas vraiment besoin d'être sévère, je ne sais pas comment vous dire... ça c'est passé sans aucun problème et très naturellement.

**30- Je vous dis cela parce qu'au Japon, bien que ce soit moins le cas de nos jours, mais c'était**

**encore le cas jusqu'à il y a 20 ou 30 ans, les professeurs envoyaient leurs propres enfants apprendre chez d'autres maîtres de peur de devoir être trop sévère avec leurs enfants et de se brouiller.**

Oui, peut-être que la rigidité propre aux japonais est exacerbé avec leur enfants, moi je ne pouvait pas poursuivre ce formalisme, j'ai crée autour de moi un enseignement plus fluide, plus accessible mais toujours en gardant les grandes valeurs de respect, de sincérité etc...

#### **IV. Questions Spéciales**

**31- J'ai eu l'occasion de lire votre mémoire de 6è dan, vous y présentez le Karatéka ceinture noire non pas comme un expert mais comme quelqu'un ayant acquis les bases. J'ai aussi vu que vous étiez pour une évolution de la conception du karaté car on ne peut plus enseigner un Karaté qui se présente comme ultra-efficace, vous pouvez développer?**

En fait on se heurte à un problème lorsqu'on veut créer des étapes à franchir pour le Karatéka, les étapes existantes sont les Kyu et les dan. Les Kyu c'est devenu "à la sauce du club", vous savez comme ce plat hongrois ou on met un peu de tous les légumes (dit-il en souriant)...et les dan c'est fédéral. Or les dan correspondent à un programme, j'ai été longtemps responsable à la commission de passage de grade des 1er, 2è, 3è, 4è dan. Je suis sorti de cette expérience avec beaucoup d'interrogations et j'ai décidé de chambouler toute ma conception du système. Je me suis dit un dan égal une compétence, et cela vaut pour n'importe quel art-martial, Judo, Karaté etc... Si un élève qui a eu son 1er dan viens me voir et me dit: "Pedja, qu'est-ce que je fait maintenant", c'est légitime comme question non? Si je lui répond: "maintenant tu va découvrir le Karaté", je perd ma crédibilité, je m'interdit de parler comme ça. Rendez-vous compte un élève qui a passé 5 ou 10 ans d'entraînement et qui obtiens enfin sa ceinture noire, on ne peut pas lui dire: "maintenant tu va découvrir le vrai karaté", mais si on lui dit: maintenant on va travailler un contenu qu'on a pas fait, je vais faire de toi un attaquant exemplaire, quand tu attaque tu marque, en combat libre si tu attaque quelqu'un tombe" l'élève me demande en combien de temps d'entraînement et je réponds "en 3 ans", vous signez? Ça me semble crédible non?

**32- C'est un problème en effet et je vois où vous voulez en venir, il faut déjà dire qu'un art-martial ce n'est pas une fédération, le Karaté c'est un art-martial, pas une fédération, la fédération est toutefois chargée de faire les programmes et ce sont surtout les hauts gradés de cette fédération qui sont chargés de créer le programme des dan, mais en réalité depuis que j'interviewe des professeurs hauts gradés je me rends compte qu'ils ne sont pas d'accord entre eux sur le programme pour les 1er, 2è, 3è dan.... Alors il doit y avoir un problème dans le programme, chacun défend sa vision des choses, mais personne n'est vraiment d'accord, c'est très compliqué au niveau de la fédération vous ne trouvez pas?**

Non, le programme existe pour les 1er, 2è, 3è, 4è, 5è dan, pour le 6è dan c'est plutôt libre et pour le 7è dan c'est le candidat qui fait le programme. Pour mon examen de 7è dan j'ai proposé des choses, une forme de pratique, une forme de démonstration, une forme de combat libre et un mémoire de recherche.

Pour le 1er dan on fait kihon ippon kumite et tel et tel kata, pour le second dan on fait tel et tel kata et ippon kumité... Mais quelle différence entre kihon ippon kumité et ippon kumité? En kihon ippon kumité l'un est en yoï et en ippon kumite les 2 sont en kamae. Le pratiquant vous dira: "Sérieusement? 3 ans pour passer de yoï à la garde? Je vais pas passer 3 ans à m'entraîner pour ça". En réalité c'est en nous qu'il faut chercher la consistance de ce changement.

Le programme fédéral n'est pas ni critiquable ni contestable, il est tel qu'il a été établie par la commission spécialisées des grades et des dan. C'est un programme universel, établie depuis tant de



temps.... Personnellement ce programme me bride, j'aimerais pouvoir être débridé et enseigner des choses plus profondes. C'est pour cela que j'ai proposé à la fédération l'idée "et si on change, si on ose changer?" Oui changer c'est mettre le pied dans l'étrier des grades, des dan, de la ceinture noire etc... et ça deviens presque insurmontable. Or, il y a vraiment des solutions, aujourd'hui nous sommes amenés à être transparent et lisibles dans l'enseignement, il faut qu'on donne aux personnes qui étudient le Karaté, une traçabilité, une matière précise et complètement accessible et compréhensible pour qu'ils nous suivent. Lorsque j'ai vu il y a 50 ans, mon "grand-frère" faire 3-4 mouvements et que j'ai dit "ok, je te suis" (dans la pratique du Karaté)... c'était une autre époque, une autre configuration dans un temps perdu et... passé. Aujourd'hui on a besoin de savoir, j'ai besoin de pouvoir dire aux parents des enfants qui s'entraînent "voilà, votre enfant va passer tant de temps à développer les aspects généraux de la psychomotricité, tant de temps à apprendre à savoir communiquer (par le corps) se comprendre et se connaître, tant de temps à faire ceci et cela... Et nous allons faire un examen à la fin de l'année, avec tel et tel test pour développer tel et tel compétence visée".

J'ai besoin d'avoir une justification, et toute personne sensé doit vous poser des questions, vous devez pouvoir présenter ce projet, montrer qu'il est tenable et c'est ce qui justifie la paye. (dit-il avec sourire) Pour en revenir aux dan, il faut qu'on amène une lisibilité et une transparence.

**33- J'ai eu l'occasion de visiter de nombreux dojo, pas seulement de Karaté et j'y est vu un peu tout et n'importe quoi, ma question est la suivante, pensez-vous que la fédération doit imposer un programme, je parle aussi bien des Kyu que des dan, et que le professeur doit s'y tenir à la lettre, ou pensez-vous que le professeur doit-être absolument libre et que la fédération n'est pas légitime pour lui imposer une façon de faire?**

Pour répondre à cette question on doit déjà dire quelques mots de la formation. Aujourd'hui le professeur de Karaté c'est celui qui a une ceinture noire et un DIF (Diplôme d'instructeur fédéral). Vous savez en combien de temps on passe la ceinture noire de nos jours? **-3ans-** 3 ans en effet, et pour le DIF vous savez combien de temps il faut? **-Quelques mois-** C'est 4 week-end étalés dans l'année, 2 jours à chaque fois soit 8 jours... Ce n'est pas une caricature, c'est la réalité, c'est ça le prof d'aujourd'hui, il peut même être payé, défrayé, rémunéré etc... Si vous choisissez l'option libre, qu'est-ce qu'il va faire? Il regarder sur internet et va se perdre très vite dans des exercices qu'il aura vu chez des hauts gradés, il se dira "ça peut pas être mauvais" donc il va reproduire quelque chose sans forcément avoir le contexte etc... Il faut avoir beaucoup e courage pour enseigner dans ce genre de conditions, et il y a beaucoup de jeunes enseignants qui commencent comme cela. Oui, il faut un programme national, oui il faut développer des idées, en quelques mots il faut avoir un programme accessible sur internet, il faut que l'enseignant puisse se connecter au site de la fédération avec son identifiant et son mot de passe, qu'il ait alors accès à une barre de recherche, j'ai tel grade, je veut développer tel compétence pour tel groupe d'élèves, de tel niveau pour tel âge et qu'il ait une liste d'exercices expliqués et détaillés qui s'affiche... Ce n'est pas compliqué de faire cela, et je le propose dans mon étude. On a du savoir-faire et des personnes très expérimentés dans notre fédération, je ne sait pas pourquoi on ne développe pas cela (dit-il en riant).

**34- Si je comprend bien votre idée, quelqu'un qui sort au bout de 3 ans d'entraînement n'est pas qualifié selon vous pour enseigner?**

Il a compris la forme, on ne peut pas le nier.

**35- Avant (selon Musashi) on l'aurait appelé débutant...**

Vous le voyez bien, moi-même au bout de 5 ans de pratique à raison de plusieurs heures par jours, je pense presque tous les jours, j'étais ceinture blanche.

**36- Aujourd'hui c'est très différent malheureusement, on atteint très vite des haut grades,**

**c'est aussi pour fidéliser la clientèle, c'est une sorte de marketing...**

Nous sommes dans un marché. Pourquoi on envoie un jeune ceinture noire ouvrir un club à tel et tel endroits? Parce qu'à la fédération, nous avons besoin de couvrir les territoires, d'avoir des antennes relais du club, d'avoir des licenciés, qui dit plus de licenciés dit plus de crédibilité, plus de subventions, plus de cadres, plus de logistique. On cherche le volume et forcément qualitativement on perd quelque part.

**37- Avez vous un dernier mot pour les jeunes Karatéka qui liront cet entretien dans 20 ou 30 ans?**

Je ne sais pas comment on devient jeune Karatéka, mais je peux laisser un message pour ceux qui ont entrepris ce chemin là....(il réfléchit quelques instants).... Le sacrifice d'une vie à pratiquer les arts-martiaux ne peut avoir qu'un objectif, la recherche du meilleur de soi-même.

*Interview réalisée par Gabriel Ben Soussan au club Karaté Challenger de Grasse le 26.06.2018*