

François Renaud : « Le karate, c'est une famille »

Avec
Shiomitsu sensei.

27

Il a débuté le karate avec Shiomitsu sensei à Madagascar, son pays d'origine. « Du temps où le sensei était un véritable fauve », confie-t-il. « C'était une terreur. Nous avions une peur terrible, quand arrivait le moment du cours où il fallait combattre avec lui. »

François Renaud est venu s'établir en France, dans un petit village près d'Angoulême. Il y vit avec son épouse et ses enfants, dans une maison entourée d'un beau jardin, avec un petit coin destiné à y construire son dojo personnel, plus tard.

Chaque année, il organise un stage et invite Shiomitsu sensei qui, au fil du temps, est devenu un ami de la famille.

Le stage annuel est un moment fort dans la vie de François Renaud car, outre les karateka qui viennent de tous les coins de France et de certains pays européens, c'est aussi le moment de

l'année où ses dix frères et sœurs se retrouvent, le temps d'un long week-end.

Le stage se termine toujours par un repas, animé par un orchestre com-

posé de ses frères et sœurs, qui sont presque tous musiciens professionnels et qui jouent, entre autres morceaux, quelques airs du pays natal.

Très discret, François Renaud, aujourd'hui 4e dan, enseigne de façon traditionnelle kihon, kata et kumite, avec une exigence particulière pour les bases. Sa gentillesse et sa compétence font que les élèves de son dojo se recrutent plus par le bouche à oreille, que par une publicité tapageuse.

C'est pourquoi il méritait que nous le présentions à nos lecteurs. ■



Participants au dernier stage de rassemblement.

En démonstration avec Ohsuka sensei.

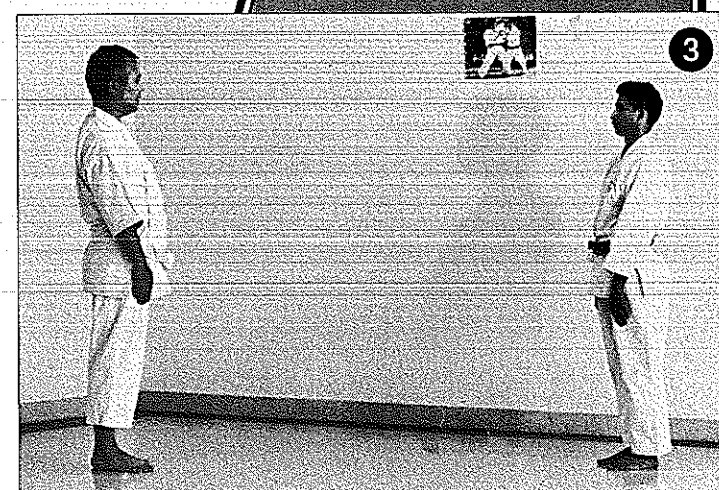
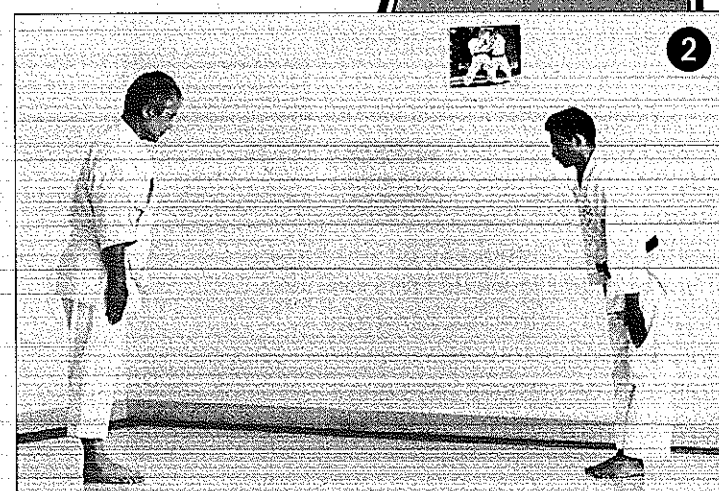
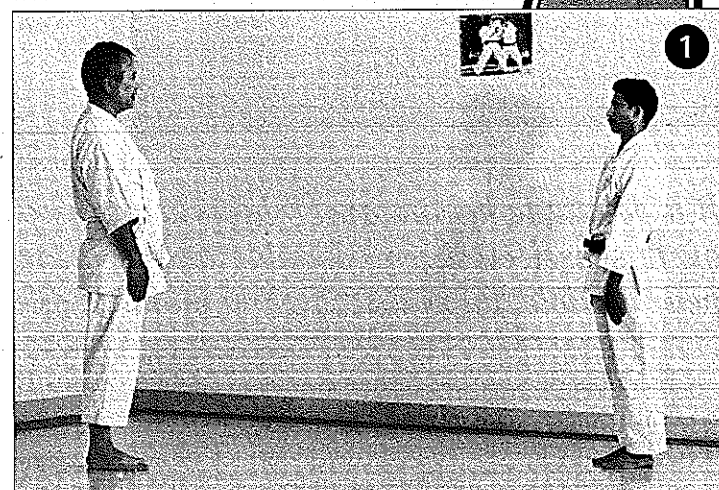


KUMITE GATA IPPONME

Le salut (photos 1 à 3).

A gauche : Shiomitsu sensei, 8e dan Hanshi.

A droite : Renaud François (Balam), 4e dan Shidoïn.

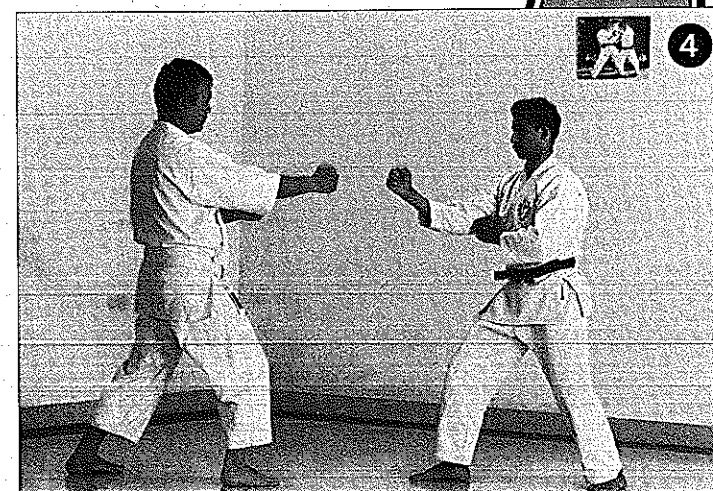


1
2
3

Photo 4 : Tous deux sont *migi hanmi gamae*.

Photo 5 : Renaud attaque *tobikomi junzuki no tsukkomi jodan*. Le sensei se décale du côté gauche, exécutant dans le même temps *nagashi gaiwan haishu uke jodan* et *urazuki chudan*.

Photo 6 : Puis il avance en *jun Tate zuki chudan* combiné avec *naiwan shuto uke jodan*.

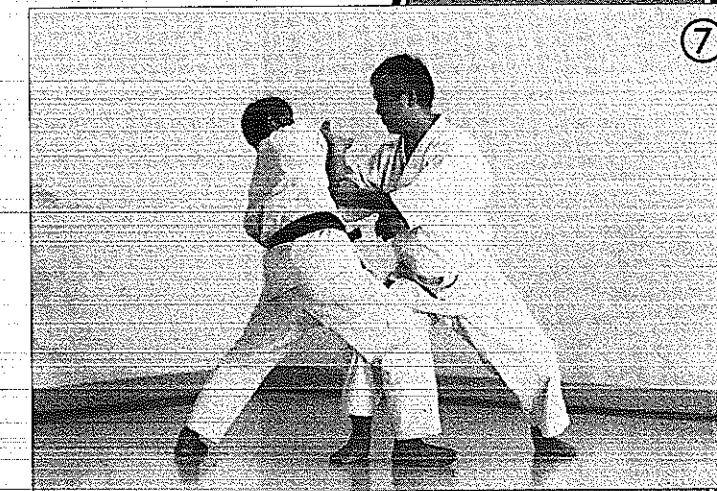
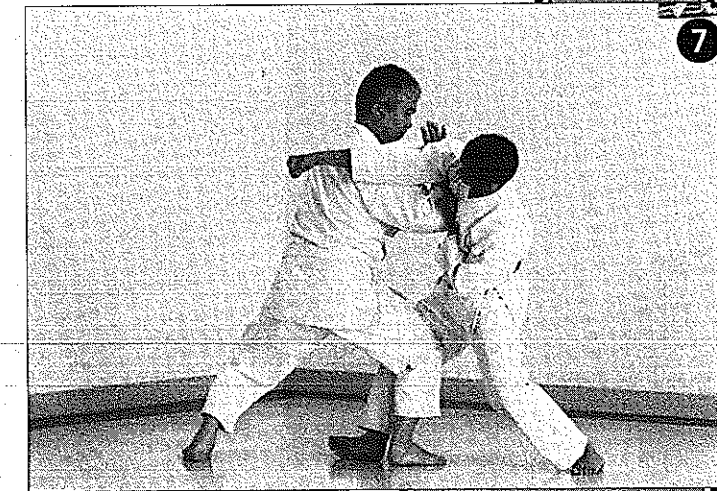


4
5
6

Photo 7 : Le sensei continue avec *enpi uchi chudan* et *gyakuzuki chudan* (noter le déséquilibre de l'adversaire du bras droit et du genou droit).

Photo 7 bis : Vue sous un autre angle.

Photo 8 : *Kamae*.



7
7
8

Dojo Arts Martiaux : Quel est l'intérêt principal de pratiquer les *kumite gata*, tels que les enseigne Shiomitsu sensei ?

François Renaud : Si on veut schématiquement résumer le sens du *kumite* en karate, on dira qu'il a pour but d'apprendre aux pratiquants la notion de distance ou *maai*, que l'on peut aussi définir comme une zone d'efficacité d'attaque et de défense. Ce qui veut dire que ce *maai* ne doit être ni trop près, mais non plus ni trop éloigné.

Les pratiquants doivent aussi apprendre à développer l'esprit ou le *ki* – qui peut aussi se traduire par "intention". Or, la pratique des *kata*, comprise comme un combat contre plusieurs adversaires imaginaires, ne paraît pas suffisante pour développer le *maai* et le *ki*. C'est pourquoi le travail des *kumite gata* a été créé, afin de bien les synchroniser.

D.A.M. : En quoi cela diffère-t-il du travail des *kumite préarrangés*, des autres styles ?

F.R. : Je suppose que toutes les écoles de karate travaillent selon le même principe, à savoir qu'il ne s'agit pas de se cantonner dans un rôle : attaquer ou se défendre ; mais comprendre qu'attaquer, c'est se défendre, et se défendre, c'est attaquer.

Il découle de ce principe que *torimi* reçoit l'attaque, mais devient attaquant en se défendant, et que *ukemi*, qui a porté l'attaque, devient défenseur. Les deux rôles sont, tour à tour, interchangeables.

D.A.M. : Il y a comme une harmonie entre *torimi* et *ukemi*.

F.R. : En effet, tous deux doivent travailler le *maai*, mais aussi les autres principes du *wado ryu*, à savoir : se déplacer (*tai sabaki*), esquiver (*nagasu*), dévier (*inasu*), ou entrer dans l'attaque (*noru*). Bien sûr, ces principes ne peuvent être appliqués individuellement. Ils se combinent dans une action.

Comme vous le voyez, le *kumite gata* est la base même de l'art du combat. ■