

Hidetaka Nishiyama

Le dernier des geants

Hidetaka Nishiyama est décédé le 8 novembre dernier à l'âge de 80 ans, des suites d'un cancer. Il fut l'un des véritables grands maîtres et pionniers du karaté japonais. Son ouvrage de facture classique *Karaté : l'art du combat à mains nues*, publié en 1960, demeure encore aujourd'hui un manuel de référence sur le sujet. Élève direct de Gichin Funakoshi, senseï Nishiyama commença l'étude du karaté à l'âge de 15 ans. En 1961, il partit s'installer aux États-Unis et fonda la Fédération de Karaté Amateur des États-Unis (AAKF). Avant de quitter le Japon, il fut l'un des fondateurs de la Japan Karate Association, responsable de la fameuse École des Instructeurs qui a produit des maîtres comme Kanazawa, Enoeda, Mikami et Shirai. Pour lui rendre un dernier hommage, nous publions l'interview réalisée par José Maria Fraguas, extraite du livre *Les maîtres du karaté* (Editions Sédirep).





P

eu de gens savent que le légendaire Bruce Lee admirait les techniques de jambes et le contrôle de senseï Nishiyama. C'est après l'avoir vu en démonstration qu'il décida de modifier son entraînement pour améliorer sa technique en ce domaine. Bien que maître Nishiyama habite Los Angeles, il est l'un des ambassadeurs du karaté dans le monde. Sans l'ombre d'un doute, son zanshin exprime des dizaines d'années d'entraînement douloureux vécu dans l'esprit des samouraïs.

Senseï Nakayama était une figure tutélaire pour de nombreux instructeurs de la J.K.A. Qu'avez-vous ressenti quand il est mort?

Hidetaka Nishiyama: Une très grande tristesse. C'était une perte énorme pour nous. J'ai toujours pensé que le karaté avait besoin de gens comme lui pour se hisser à des degrés plus élevés de développement. Il a travaillé dur, jusqu'au dernier jour de sa vie, donnant des conférences, animant des séminaires, enseignant à l'université, organisant des démonstrations, etc. Pendant la guerre, il se rendit en Chine pour rechercher les racines du karaté. Mais il n'y est pas allé seul : il a emmené sa femme et ses deux enfants avec lui ! Il s'est avéré d'une grande influence pour ma vie, avec mon professeur de kendô, Morio Mochida. Je peux seulement dire que senseï Nakayama a consacré sa vie à promouvoir le karate-dô !

Vous avez écrit un grand livre il y a de nombreuses années. Avez-vous l'intention d'en écrire un deuxième ?

H.N.: Plusieurs éditeurs m'ont demandé d'en écrire un nouveau, en effet. Je crois que si le temps me le permet, je publierai un nouveau livre mais il sera destiné aux instructeurs et non aux élèves. Un manuel pour instructeurs qui exigera un programme sur la façon de l'utiliser. Il est triste pour moi de constater combien de bons pratiquants de karaté-do ignorent la façon d'enseigner de manière professionnelle. Faire l'étalage de sa technique quand on est professeur ou répéter à l'ancienne quand on est élève ne suffit pas ! Il faut avancer plus pour pouvoir progresser.

Pourquoi avez-vous créé la Fédération Internationale de karaté Traditionnel (ITKF) ?

H.N.: Sous le label « karaté », on voyait beaucoup



trop de techniques de pied et de poing qui n'avaient rien à voir avec lui ! Le basket-ball, le football (ici, senseï Nishiyama parle du football au sens européen et non américain du terme, NDT) et le handball sont des « sports de ballons » mais aucun ne se ressemble ! L'ITKF est basée sur l'idée d'origine du karaté-do et non sur quelque chose de « nouveau » ou de « sportif ». Afin d'éviter toute confusion et pour clarifier le débat sur le karaté véritable et traditionnel, j'ai créé l'ITKF.

Êtes-vous contre le karaté sportif ?

H.N.: Pas du tout ! Mais je suis contre la conception du karaté comme étant simplement un sport de compétition. La compétition est valable à condition qu'elle respecte les valeurs du karaté traditionnel. N'oubliez pas que le karaté-do repose sur l'art de la self-défense ! En karaté, il existe une chose que l'on appelle « todome » ou « coup décisif ». Elle est très semblable à celle qui était en vigueur dans les anciennes écoles d'escrime où l'on devait être capable de tuer son adversaire sur une seule action. Bien sûr, l'idée ultime de tout art martial est quand même de vaincre sans combattre !

Quand avez-vous commencé l'entraînement aux arts martiaux ?

H.N.: C'était il y a bien longtemps. Je crois autour de l'année 1943. Le karaté n'était pas très connu, à la différence du judo et du kendo ! Je les ai pratiqués tout simplement parce qu'ils étaient partie intégrante du système obligatoire d'éducation. Mais comme j'aimais bien les pratiquer, cela ne m'a pas gêné. J'avais entendu parler du karaté et je m'y suis intéressé. Malheureusement, j'ai dû chercher tout autour de Tokyo jusqu'à ce que je tombe sur le dojo de M. Toyama. J'ai commencé à m'entraîner chez lui mais un grand nombre de gens m'ont dit que je devrais aller voir du côté du dojo de M. Funakoshi. Je suis resté chez M. Toyama un an et demi et ensuite je suis allé chez maître Funakoshi.

Peu de gens savent que Bruce Lee admirait les techniques de jambes et le contrôle de senseï Nishiyama.



 Est-ce que c'était Gichin Funakoshi en personne qui vous instruisait?

H.N.: Oui! C'est toujours lui qui a été mon professeur à cette époque de guerre. À l'université, nous voyions exclusivement maître Funakoshi et maître Kuriyama. Mais il m'est parfois arrivé de m'entraîner avec le fils de maître Funakoshi, Yoshitaka. Il était jeune et très fort! Je me souviens que tous les élèves essayaient de le copier. Les techniques de maître Funakoshi étaient en principe les mêmes que celle de Yoshitaka mais la forme extérieure était différente. Je suppose que les élèves les plus jeunes avaient du mal à s'y faire dans la mesure où ils ne voyaient que la forme extérieure!

 Pourquoi avez-vous abandonné le judo et le kendo au profit du karaté?

H.N.: Je n'avais rien contre le judo ou le kendo mais ayant un petit corps, la pratique du judo ne me convenait pas. En karaté, une petite taille n'est pas un handicap.

 Quand vous avez débuté, le karaté était donc peu connu?

H.N.: Oui, le nombre de karatékas était peu élevé car la guerre avait créé un grand vide dans le camp des instructeurs. Le karaté était en effet un art pratiquement inconnu! C'est la raison qui

rendait difficile la recherche d'un. Seulement trois ou quatre universités proposaient du karaté.

 Vous voulez dire que les meilleurs instructeurs étaient partis à la guerre?

H.N.: Oui, tous les instructeurs les plus en vue en tout cas! Ceux qui restaient étaient les plus anciens des universités. Il a fallu attendre 1949 ou 1950, quand ces instructeurs sont revenus au Japon, pour que les choses rentrent dans l'ordre.

 Je suppose que l'après-guerre n'a pas été la meilleure période pour la refonte du karaté?

H.N.: Non, ce n'était pas la meilleure période mais on s'est attelé à la tâche. J'étais le capitaine de mon équipe universitaire et nous avons commencé à tourner dans différents dojos universitaires parce qu'ils avaient tous oublié leurs katas! Des gens qui avaient étudié longtemps ne s'en souvenaient plus. Nous avons été obligés de nous rassembler, d'échanger les informations, les matériaux écrits disponibles et nos expériences personnelles! Ces rassemblements se faisaient sous l'égide de maître Funakoshi qui nous entraînait.

 J'ai entendu dire qu'il existait une différence d'opinion entre les anciens et les gens à l'université?

H.N.: Je pense que c'est plus une question de

loyauté qu'une différence d'opinion. Les plus anciens croyaient qu'ils étaient plus traditionnels et à l'université, il existait une certaine suffisance de classe, aussi l'ego causait des ravages! C'est la raison qui nous a fait créer la Japan Karate Association. Je me souviens que nous ne possédions pas de dojos aussi nous tournions dans les différentes universités. Sans dojo central, les choses se présentaient moins bien qu'elles auraient pu l'être. Maître Hironishi s'est avéré habile à rassembler mais plus tard, il a décidé, entraînant à sa suite certaines écoles Shôtokan, de former le Shôtokai.

 Comment s'entraînait-on à l'époque?

H.N.: Eh bien, nous ne pratiquions pas beaucoup de techniques ou de combinaisons. Il n'y avait aucune variété! Une heure de kiba-dachi (position du cavalier), 1 000 coups de poing, 1 000 coups de pied et c'était tout! Parfois, nous répétions le même kata cent fois à la file. Et ce type d'entraînement se répétait tout le temps! Le premier jour où je suis venu au cours, mon professeur m'a montré la posture en kiba-dachi et m'a laissé dans cette posture une heure! J'étais tellement furieux que je me demande encore pourquoi je suis revenu le lendemain. Les instructeurs ne donnaient pas beau-

« Nous avons de nouvelles idées et de nouvelles méthodes d'entraînement mais les principes fondamentaux sont les mêmes. Parfois, je m'étonne du savoir des vieux maîtres dans les domaines de la mécanique et de la dynamique corporelle. »



➔ coup d'explications dans leur enseignement. En tout, c'est comme ça que cela se passait à cette époque. L'élève devait comprendre par lui-même. Pour ce faire, il devait observer la façon de vivre de son maître : sa façon de travailler, d'être et de s'exprimer en différentes circonstances. Après trois ou quatre années, le maître décidait d'enseigner la technique mais sans donner beaucoup de détails. Seulement souligner quelques points ! Ils n'aimaient jamais entraîner ou enseigner scientifiquement. Il fallait trouver par soi-même la bonne voie, en éprouvant la technique avec son corps. Et bien entendu, il ne fallait pas poser la moindre question ! Heureusement, de nos jours, l'enseignement est bien plus étoffé, il y a plus d'explications et d'aide de la part de l'instructeur. Curieusement, les principes sont les mêmes, ils n'ont pas changé. Nous avons de nouvelles idées et de nouvelles méthodes d'entraînement mais les principes fondamentaux sont les mêmes ! Parfois, je m'étonne du savoir des vieux maîtres dans

les domaines de la mécanique et de la dynamique corporelle.



Vous pensez que les mêmes principes s'appliquent à tous les styles de karaté ?

H.N. : Oui, bien sûr ! Les principes sont les mêmes. Le Gojû-ryû, le Shitô-ryû, le Shôtôkan, le Wadô-ryû, etc. partagent les mêmes principes fondamentaux. La seule différence se trouve dans les explications et dans la forme ! Par exemple, le Gojû-ryû utilise de petits mouvements puisqu'il a été conçu pour le combat à courte distance. Ils cherchent à développer la puissance musculaire pour appliquer la technique de près. Le Shôtôkan place plus l'accent sur des mouvements plus amples et sur des actions corporelles plus dynamiques, la puissance étant obtenue par la rotation et le déplacement du corps. Ce qui est vrai pour n'importe quel style, c'est le fait que chaque karatéka a besoin de savoir comment développer sa puissance à courte et à longue distance, en se servant de l'action forte des muscles

et de leurs contractions. Nous devons penser à exprimer la puissance de différentes façons. Toutes les actions prennent naissance à partir du sol et s'expriment vers l'extérieur. C'est le principe fondamental du mouvement. Comme Newton l'a mentionné dans ses premières, secondes et troisièmes lois, sans force extérieure, vous ne pouvez accroître l'énergie et le mouvement. On doit se souvenir que toutes les actions en karaté partent du sol. Je pratique le Shôtôkan mais le Shôtôkan n'est pas le seul style de karaté... Nous ne devons jamais penser : le Shôtôkan est parfait ou le Shôtôkan est le meilleur style !



De qui vous souvenez-vous parmi les gens de l'ancien temps encore actifs en karaté ?

H.N. : Senseï Kase, senseï Kanazawa et senseï Mikami ! Je n'ai pas d'autres souvenirs. Senseï Kase était un élève de senseï Hironishi et Hirokazu Kanazawa et senseï Mikami furent parmi les premiers diplômés de l'École des Instructeurs. C'était autour de 1957-1958. Je me sou-

*Il faut continuer
à s'entraîner
dans l'art qu'on
a choisi si l'on veut
atteindre le plus
haut niveau.*

viens que j'ai rencontré senseï Kase et senseï Sugiura juste après que je sois sorti diplômé de l'université Takushoku. M. Sugiura était un homme affable et très sérieux dans tout ce qu'il entreprenait. Je me souviens également que senseï Kase travaillait pour une entreprise à cette époque mais que nous trouvions toujours le temps pour nous entraîner ensemble!

 Vous avez mentionné des noms très importants dans l'histoire du karaté. Selon vous, pourquoi ont-ils atteint un si haut niveau?

H.N.: Parce qu'ils ont continué de s'entraîner et d'étudier: ils n'ont jamais arrêté! Ils ont toujours cherché à développer leurs capacités personnelles. C'est la raison de leur succès. Observez des instructeurs comme Enoeda, Shirai et Kanazawa. C'étaient de très jeunes hommes quand je les ai rencontrés en tant que responsable du programme d'instruction de la J.K.A. Je dois vous dire que beaucoup d'autres ins-

tructeurs étaient à leur niveau à l'époque, peut-être même supérieurs à eux, qui possédaient une meilleure compréhension qu'eux des principes. À cette époque, cela n'avait rien d'original. Mais ces autres instructeurs n'ont pas continué à se développer et sont partis. À l'inverse, Enoeda, Kanazawa et Shirai ont consacré leur vie à l'art du karaté! Il faut continuer d'étudier et de s'entraîner pour s'accomplir dans l'art qu'on s'est choisi si l'on veut atteindre le plus haut niveau!

 Pourquoi l'art du karaté était-il enseigné à l'université?

H.N.: C'est senseï Funakoshi qui en a pris l'initiative. Au début, il a fait entrer le karaté dans les universités mais après la guerre, le Général MacArthur a ordonné un décret stipulant qu'aucun art martial ne pouvait être pratiqué à l'université. Aussi avons-nous continué de nous entraîner dans la cour de M. Yoshida une fois les cours terminés. Après un moment, nous sommes revenus à l'université parce que le décret avait été levé!

 Est-il vrai que vous aviez l'habitude de mettre une ceinture blanche pour aller dans les cours de l'École des Instructeurs?

H.N.: Oui! C'était au début, quand les cours ont commencé au Honbu Dôjô. Je l'ai fait pour savoir si je pouvais apprendre gyaku-tsuki ou kiba-dachi! Je me suis efforcé de penser comme un débutant et j'ai pris des notes concernant la prestation de l'instructeur et sa capacité à enseigner. Puis j'ai introduit le sujet dans les cours. Je sais que c'était difficile pour les nouveaux instructeurs mais cela l'était autant pour moi... je savais que j'aurais à le faire. En m'immergeant personnellement, je savais si les débutants recevaient une instruction correcte. Après tout, c'est de cela dont il est question dans le karate-dô: d'expérience personnelle!

 On prétend qu'à cette époque, il y avait beaucoup de défis?

H.N.: Non, ce n'est pas vrai! Il existait une grande rivalité et les rencontres de kumite se faisaient sans règles ni contrôle, alors bien sûr, c'était dur. Ces choses se passaient pendant le kôkan-geiko ou l'entraînement avec partenaire. Mais il n'y a jamais eu aucun défi! En fait, une grande amitié régnait au cours de ces entraînements spéciaux!

 Est-ce que les kôkan-geiko s'adressaient seulement aux membres du Shôtôkan?

H.N.: Non, d'autres styles étaient également invités. Cela n'était pas seulement réservé aux membres du Shôtôkan.

 Pensez-vous que la compétition avec réglementation soit meilleure que le type de rencontres auxquelles vous participiez, sans règles ni contrôle?

➤ **H.N.:** Je ne suis pas contre le sport mais le problème avec la compétition moderne est que vous ne pensez pas budô! Dans le véritable karaté, si vous manquez un blocage, vous risquez d'en faire les frais. Il n'y aura pas de seconde chance. Cet état d'esprit influe profondément sur la conception que vous vous faites du kumite! Vous devez être bien plus vigilant à l'entraînement. S'il n'y a pas contact en karaté sportif, pourquoi s'entraîner au kihon? Vous n'avez pas besoin de puissance! Le poing touche, il y a contact et le combattant marque un point, c'est tout. Mais dans une situation réelle, c'est totalement inefficace. Pour moi, ce n'est pas le karaté. Moi, je crains que l'aspect sportif prenne le dessus sur l'aspect spirituel et sur le budô. Bien entendu, il est meilleur de disposer de bonnes règles de compétition mais je pense qu'il est difficile de plaire à tout le monde. Je soutiens la conception traditionnelle du karate-dô!

 **Que pensez-vous personnellement du kata?**

H.N.: Le kata, c'est le karaté! Toutes les techniques du karaté proviennent des katas. Laissez-moi vous le dire ainsi: si vous jetez un coup d'œil à l'histoire du karaté, tous les vieux maîtres ont créé un kata particulier reposant sur leur conception du combat. Le kata d'origine est très valable! Ce que certaines personnes ne comprennent pas, c'est qu'au travers de leur recherche, ils ont fini par découvrir l'essence du mouvement du corps! Ce qu'ils ont fait, c'était de comprendre les principes sous-jacents au mouvement physique et leur relation au corps, pour les mettre à profit dans l'utilisation de la technique! Dans le passé, nous ne mentionnions jamais le kata comme « forme » mais comme « symbole », bien qu'il s'écrive de la même façon! Le mouvement physique était seulement un vecteur pour comprendre et identifier le principe interne. C'est seulement après qu'on a commencé à appliquer la technique. Il est très important d'enseigner ces aspects de la bonne façon, avec la dimension spirituelle complète appelée en japonais « fudôshin ».

 **De quelle façon pensez-vous que l'élève devrait approcher l'entraînement au kata?**

H.N.: D'abord en étudiant le kata sous sa forme extérieure tout

en cherchant les principes. Le kata, c'est comme dire « par exemple »! Plus tard, l'élève doit relier le principe à son application. Les vieux maîtres expérimentaient ces applications. Par conséquent, le pratiquant doit étudier la forme extérieure d'abord puis comprendre ensuite le principe... et plus tard relier le principe à l'application réelle! Malheureusement, de nombreux professeurs et élèves ont décidé de transformer immédiatement la forme extérieure. Il faut étudier pour comprendre et non seulement observer la forme extérieure qui n'est qu'un « exemple »! Les vieux maîtres étudiaient les actions extérieures des katas et les assimilaient. Ensuite, ce kata devenait une partie d'eux mêmes mais pas en changeant la technique et le mouvement. Ils le faisaient par osmose! J'ai séjourné plusieurs jours dans le dojo Shitô-ryû de maître Kenwa Mabuni pour apprendre un kata de lui. Son kata était très beau. Il avait un corps ciselé. Certaines personnes ont un kata puissant mais ils ne sont pas beaux. C'est parce qu'ils ne sont pas en osmose avec leur kata. Chaque pratiquant de kata devrait s'en souvenir. Prendre un autre parce que la structure corporelle est établie et il est presque impossible de se défaire des mauvaises habitudes!

 **Pour vous, le karate-dô, c'est quoi exactement?**

H.N.: En tant que discipline physique, je dirais qu'il s'avère être une méthode complète permettant de développer la coordination et l'agilité par une utilisation de tous les muscles du corps d'une façon très équilibrée. En tant que méthode de self-défense, par l'entraînement et

l'utilisation des principes et la connaissance de l'art, l'élève est préparé à se défendre à la fois physiquement et mentalement contre n'importe quelle attaque. Bien entendu, le sport est important mais seulement dans la mesure où nous suivons les principes de l'art et dans la mesure où nous n'oublions pas sa véritable essence.

 **Pour vous, un entraînement parfait, ce serait quoi?**

H.N.: Il incombe pour une très large part à l'instructeur! La première chose qu'un bon professeur doit faire, c'est faire comprendre à l'élève qu'il doit développer son énergie interne. Il est très important d'assimiler et de développer l'énergie qui vient du sol. Observez les joueurs de golf et leurs chaussures: elles possèdent des clous leur permettant d'adhérer au sol. Si vous appliquez le même concept au karaté, il est facile de comprendre pourquoi l'enracinement au sol est aussi important! L'énergie prend racine dans le sol, monte par les pieds, le long des jambes et des hanches, pour s'exprimer par les membres quand vous donnez un coup de pied ou un coup de poing. En karaté, ce type d'énergie est explosif à condition de la concentrer sur le point d'impact!

 **Existe-t-il une façon d'obtenir de l'élève qu'il se serve vraiment de cette puissance?**

H.N.: D'une certaine façon, je suis moi aussi passé par ce type d'entraînement. L'idée est de donner au plus jeune le véritable esprit. Si un jeune est capable de vaincre plusieurs anciens après

cinq ou six heures de dur entraînement, c'est qu'il a

réussi à surmonter de grands obstacles psychologiques. Le plus jeune est toujours effrayé par le plus ancien et c'est là que réside le premier obstacle!

Elle n'est pas physique mais mentale. Aussi le plus ancien le pousse dans ses retranchements en criant « Donne des coups de pied, des coups de poing, relève-toi! ». Il ne

lui fait pas de mal mais l'oblige à riposter.

 **Avez-vous rencontré le fondateur de l'aïkido, O'Sensei Morihei Ueshiba?**

H.N.: Oui! J'ai eu l'opportunité de m'entretenir avec lui en particulier. J'étais resté très proche de sensei Gozo Shioda car nous avions fréquenté la même université. Je me souviens que nous avons parlé tous les trois du principe de tai-sabaki (esquive rotative ou création d'un vide

