

STAGES ET PROGRESSION

Saison 2019/2020. Cela fait 45 ans que je pratique le karaté. 45 ans que j'ai franchi pour la première fois la porte d'un dojo et versé mes premiers litres de sueurs sur le parquet du Karaté club Shotokan de Montélimar. Éprouver mes premiers coups, apparaître les premiers hématomes, les premières courbatures. Mais aussi, m'enthousiasmer, me régaler d'être perclus de douleurs (un brin maso ?). D'aligner les heures d'entraînement comme les verres sur un comptoir et n'être jamais satisfait de ne pas avoir « ma dose » !

Aujourd'hui, je suis en train de finaliser mon calendrier des stages pour la première partie de saison et je me retourne quelque peu vers ces années passées à fréquenter divers clubs. Suivre l'enseignement de plusieurs professeurs et pour certains amis. De participer à de nombreux stages à travers l'hexagone mais aussi, en 1997 à Okinawa, pour approfondir la pratique du Kobudo, ainsi que découvrir et pratiquer au sein d'autres écoles de karaté do, notamment le Shorin Ryu, chez maître Miyahira.

Cela me fait penser à vous rappeler qu'il est important de suivre des stages selon vos convictions et volonté d'orienter et enrichir votre pratique. Choisir les experts et maîtres qui répondront à vos aspirations ou vous conforteront dans votre parcours.

Toutefois, cela ne veut pas dire se diluer, se disperser, changer de pratique comme de chemise ou de karaté gi. Il faut être patient et fidèle à son école de base. Celle qui vous construit et vous accompagnera à chaque étape de la voie sur laquelle vous êtes engagé

Pour ma part, j'ai participé à plus de 200 stages tout au long de mon parcours. Je me suis entraîné sous la houlette de presque tous les experts et maîtres japonais ou français de différentes écoles, traditionnels ou sportifs (plutôt traditionnels quand même). Certaines rencontres ne se sont produites qu'une fois, d'autres se sont répétées.

Pratiquant le Shotokan ryu, j'ai surtout suivi les maîtres de cette école et j'ai travaillé avec la plupart de ceux qui œuvraient ou étaient de passage en France. Parmi eux, c'est avec Senseï Kase que j'ai le plus travaillé, le temps d'une journée, d'un weekend ou, pendant une dizaine d'années, 4 jours lors des stages de pentecôte à Fréjus. Il y était assisté des maîtres Shirai, pour lequel j'ai un grand respect et admiration, et de Senseï Naïto, tous deux œuvrant en Italie.

En 1985, j'ai fait la connaissance d'un expert de grande valeur, à la fois humaine et technique, Senseï Michel Rousseau, disciple de Senseï Kase dont il perpétue les enseignements qu'il a reçu dans les années 70 à son contact. Si je ne suis pas son élève direct, j'ai participé à plusieurs dizaines de stage sous sa direction, notamment en Ardèche, lors de ses rassemblements annuels de printemps, pendant une semaine à Vallon Pont d'Arc.

Tous ces experts, et notamment les derniers cités, ont participé à mon élévation, à entretenir la flamme et nourrir ma soif d'apprendre et de mieux comprendre ce que je pratique, c'est à dire, le karaté do Shotokan. Mais entendons-nous bien. Il ne s'agit pas là de copier, de reproduire, d'être « fidèle » à un moule, un modèle ou un idéal extérieur... Il s'agit d'une quête qui me permet de créer ma propre synthèse. Ma propre perception et compréhension de ce qui fait l'essence du karaté à travers le prisme de mon école. Je suis loin d'en avoir fait le tour.

Aujourd'hui, je ne me déplace presque plus dans les stages. Néanmoins, je conserve cet esprit de curiosité, de recherche, cette volonté d'aller de l'avant et de ne pas tomber dans la routine. Ce qui est certain, c'est que toutes ces années de rencontres, d'échanges, de questionnements, de doutes mais aussi de compréhension et de certitudes parfois, me donnent l'énergie nécessaire pour continuer. Non seulement à pratiquer mais à enseigner et partager mon expérience avec toutes celles et ceux qui me font l'honneur de me suivre, même occasionnellement.

Donc, pratiquez, soyez curieux mais ne vous dispersez pas. Enrichissez-vous de l'expérience et de la valeur des autres mais restez vous-même. Gardez votre cap sur la voie que vous avez tracée. Osu !

Christian PANATTONI

