

# Les bases

## D'UN COMPORTEMENT RÉALISTE, TACTIQUE ET... RESPONSABLE !

### LE CADRE D'UNE DÉMARCHÉ ÉTHIQUE

**J**e pratique et enseigne les arts martiaux, notamment le Karaté, depuis... 45 ans. A tous ceux qui ne finissent pas de s'étonner, voire de ne pas comprendre, ma présence régulière dans ces pages, je veux rappeler ceci : il n'y a pas un art martial destiné au Dojo et un autre au « monde réel ». L'art martial, même dans tout ce qu'il a de plus classique, n'a jamais rien été d'autre qu'une arme, et il fut longtemps enseigné en tant que tel. L'adaptation sportive qui en a découlé depuis longtemps n'a rien à voir avec sa vocation d'origine, une optique qui est restée miennne. Ceci pour dire qu'il n'a rien à envier, ou à emprunter pour devenir efficace, à toutes ces autres formes de combat que l'on ne cesse de découvrir, en les présentant comme plus adaptées à la réalité de la rue. La pratique en Dojo peut très bien se transposer dans le monde réel, à condition bien entendu que le cadre de cette pratique soit clairement défini, et sans hypocrisie. Et que l'on se soit donné du temps pour y progresser vraiment, pas d'y avoir fait un petit tour superficiel dans une mouvance sportive. Il me faut encore ajouter ceci, qui est fondamental : la pratique en Dojo, en suivant les préceptes traditionnels, est aussi faite pour donner un sens moral, des règles de comportement à usage universel, parmi lesquelles l'interdiction de ne faire usage de son « arme » qu'en défense, et toujours avec un contrôle physique et mental empêchant d'aller au-delà du strict nécessaire pour arriver à cette seule fin. Une telle optique est humainement acceptable, et d'ailleurs la seule admissible par la Loi ; elle ne me paraît pas toujours être celle de toutes ces techniques hybrides, composées de ci de là (il y en a tant que chacun peut faire sa propre mixture), où l'on prétend souvent donner des recettes pour détruire... Or, il n'est pas inutile de rappeler que, quel que soit l'auteur d'une technique portée avec violence, même dans le cadre de la légitime défense, ce dernier, fut-il policier ou gendarme, est soumis aux mêmes règles que n'importe quel citoyen... Il ne faut donc pas, si légèrement, suggérer n'importe quoi au nom de la nécessité d'une riposte. Il y a une exigence de moralité dans un véri-

table art martial que je ne retrouve guère dans tout ce qui prétend le remplacer aujourd'hui. C'est pourquoi, mentalement, et moralement, ce dernier garde à mes yeux un « plus ». Quant à sa technique, elle s'adapte facilement sous formes de ripostes plus réalistes et plus crédibles dans le monde actuel sans qu'il soit obligatoire de jeter le bébé avec l'eau du bain ! Il suffit de retrouver l'optique de confrontation réelle, ce qui tient de la motivation et de l'honnêteté dans ce que l'on prétend faire. Une question de préparation mentale.

C'est qu'il n'y a, en ce domaine, rien de nouveau sous le soleil. Estropier, blesser gravement,

voire tuer, a toujours été connu dans toutes les civilisations, et rien n'est plus facile pour celui qui ne s'encombre pas de préceptes moraux (avec l'alibi que « nécessité oblige ».). Le registre technique de toutes ces « nouveautés » n'apporte donc rien de plus à ce qui était déjà connu. J'aimerais davantage souligner que, non seulement les techniques d'arts martiaux traditionnels (Budo, Wushu) n'ont rien à envier aux autres, mais qu'elles ont, en plus, quelque chose d'incomparablement supérieur : elles encadrent toujours strictement ces techniques avec des garde-fous moraux, et ne les enseignent qu'avec la garantie d'une éducation humaine parallèle. Ce qui veut dire que, dans la Voie classique, le plus efficace n'est enseigné que lorsque l'élève est prêt à en comprendre toute la portée, et est prêt à n'y faire appel qu'avec une prudence extrême, voire à ne pas s'en servir. Rien à voir avec les systèmes rapides, où l'efficacité est obtenue sur un module d'enseignement de quelques dizaines d'heures, pour des raisons pratiques, et s'adressant à des personnels devant faire face rapidement (ce qui, soit dit en passant, peut être un objectif dangereux, à terme). J'évoque souvent, sans complaisance, le Dojo comme un « milieu protégé », où tout se passe à l'abri de cet alibi qu'est la rudesse de l'entraînement (toutefois sans risque véritable), dans un grand confort de pensée (puisqu'on étudie la Voie, qui est, finalement, non-violence... Le problème est que beaucoup commencent par là, et ne comprennent donc pas vraiment ce qu'on leur enseigne). De fait, le réalisme des techniques enseignées « en situation » est souvent sujet à caution. Mais ce n'est même pas là le plus important : mon registre de réflexion et d'action se situe au-delà d'une simple technique « mode d'emploi ». L'approche de mon Institut Tengu, et qui lui est propre, est de donner à chacun un guide de comportement pour l'emploi « juste » des dites techniques. Il s'agit donc d'un accompagnement, d'ordre mental et moral (code de conduite), de ces techniques. On retrouve donc bien la vocation même du Budo : efficacité, mais pas à n'importe quel prix, efficacité contrôlée et assumée. Nous

**Après parade ou esquive, toujours déborder rapidement de façon à se placer pour de meilleures cibles de frappe en contre, suivant des angles efficaces, puis repasser en vision périphérique dès que possible tout en maintenant le contrôle.**



**par Roland Habersetzer**

Directeur de l'Institut Tengu,  
8<sup>e</sup> Dan de Karatedo.

Roland Habersetzer, plus connu pour sa présence dans les arts martiaux traditionnels, signe depuis plusieurs mois dans nos pages la rubrique Tir de combat (suivant l'orientation de la Nouvelle Technique du Tir de Combat, dont il a la qualification de moniteur).

Fusionnant ces deux domaines de compétence largement expérimentés, il a fini par créer sur des bases communes un système de protection personnelle cohérent et polyvalent (à main nue, avec armes intermédiaires, ou dans une optique d'intervention spécifique pour personnels autorisés), qu'il développe dans le cadre de son Institut Tengu. Le concept est, en particulier, très en phase avec les besoins des personnels de police et de gendarmerie. Il s'intègre en effet parfaitement dans le cadre d'utilisation de la NTTC, dont les volets techniques seront repris dès notre prochain numéro.

sommes ici dans une démarche éducative, et c'est le domaine qui me motive depuis toujours. C'est dire que je ne prétends pas avoir inventé quoi que ce soit: simple retour aux sources... Il s'ajoutera cependant à ces composantes technique et éthique anciennes une autre qui doit davantage à l'environnement moderne. Il s'agit d'un ensemble d'éléments tactiques et réalistes provenant d'expériences issues d'autres registres de travail, dont je n'ai jamais fait mystère, et que certains tenants d'un Budo « pur et dur » ne comprennent pas vraiment, voire ne cherchent même pas à comprendre: ainsi, la mobilité dans l'action, le réalisme dans le contact avec la ou les menaces, la sensibilisation au code des couleurs, à la gestion du stress, au balayage visuel, à la sortie de la confrontation systématiquement vécue comme une nécessité « vitale », etc... tout ce qui peut déferler dans une situation de crise vécue dans le monde réel. Une problématique dans laquelle je tiens à rester. Dans comme hors d'un Dojo...



# LA LIGNE GÉNÉRALE DU CONCEPT « TENGU » : L'INTÉGRATION D'ACQUIS CLASSIQUES ET DE CONCEPTS MODERNES



Dans un Dojo classique, dans la rue, ou en riposte armée, le concept « Tengu » se base sur une même gestuelle...

**« La technique la plus évoluée d'un porteur de sabre est celle qui lui permet de conserver son efficacité même à mains nues »**

**(Mabuni Kenei, Karatedo)**

Cependant, conscient de l'inadéquation de nombreuses techniques des arts martiaux classiques, face à l'évolution des formes et des capacités d'agressivité développées dans une société qui a tout de même un peu changé depuis 150 ans, j'ai créé l'Institut Tengu il y a 10 ans, comme un prolongement logique et honnête de ma démarche Budo, absolument pas remise en cause. Et ce que j'appelle « Voie Tengu » (« Tengu-no-michi ») au Dojo, technique comme démarche mentale, se retrouve sans surprise dans les « Techniques Intégrées de Défense Personnelle » (TID), ou « Integrated System for Personal Defense » (ISPD), à usage « extérieur ». En Keikogi, à main nue, en survêtement ou en tenue opérationnelle pour personnels spécialisés, ou encore avec arme, le concept est le même, parfaitement polyvalent, reposant sur une panoplie complète des techniques véhiculées par les écoles traditionnelles de Ju-jutsu, Tai-jutsu, Karate-jutsu, qui me sont plus que familières et que j'ai largement décrites depuis une bonne trentaine d'années (\*)... On les retrouve d'ailleurs, en tout ou partie, à peine « relookées » (et encore), dans nombre de systèmes actuels de self-défense (« opérationnels » ou non), amenés comme des nouveautés dans le feu de l'actualité pour les besoins de rassurer et aussi ceux du... marketing. L'entraînement Tengu, à main nue, tout comme celui de la NTTC, vise à approcher le plus possible de la réalité par des scénarios laissant très vite à chacun la possibilité (et même l'obliger!) d'une adaptation souple, en situation, des techniques ponctuelles et rigides apprises dans la formation de base (les « fondamentaux »). Les TID peuvent s'enseigner dans le cadre d'un Dojo, dont elles reprennent l'éthique. Elles ne sont rien d'autre que des techniques classiques, connues de quantité de « systèmes » et depuis fort longtemps, mais replacées dans un contexte plus réaliste (en ce sens elles contribuent bien, aussi, au renouveau de l'art martial dans la fidélité de la tradition). Avec cependant la mise à l'écart de certaines techniques sacrifiant l'esthétisme au réalisme (porter un Mawashi-geri à la tête n'est pas la technique la plus efficace par tous temps et en tous lieux, et certainement disproportionnée pour se libérer d'une... simple prise de poignet!). Ou celles qui font poursuivre l'adversaire jusqu'au sol, en ignorant que c'est tout simplement cultiver là une habitude très vite pénalisante en cas de menaces multiples... Avec par contre un intérêt plus grand pour des types d'attaques quasi inexistantes dans la panoplie des techniques de Dojo, comme par exemple le coup de tête, porté de très près, quasi imparable et pourtant très présent dans les confrontations de notre temps... Avec une prédilection pour les coups en riposte écrasants (smash) ou de taille (slash) venant largement avant les coups en pointe (stab) de type Tsuki, ou encore du genou ➤



Dans un Dojo classique, dans la rue, ou en riposte armée, le concept « Tengu » se base sur une même gestuelle...



► ou du coude, de très près...

On se reportera au numéro 8 de « Commando », où j'exposais « l'apprentissage des fondamentaux à appliquer pour la gestion d'une situation conflictuelle » : à la fois l'attitude (« Réaction Universelle de Défense », RUD, sur distance courte, ou position d'engagement, ou « garde Tengu », sur plus grande distance de sécurité) et le concept A.D.E.M. (La gestion d'une menace dans le cadre d'un affrontement individuel rapproché), un acronyme pour APPRECIATION (réelle et circonstancielle de la situation, ce qui suppose une perception « juste »), DECISION (de la « réponse » la mieux adaptée à la situation (on « engage » ou on décide de se retirer), ENGAGEMENT (d'une action responsable, voulue, contrôlée), MOBILITE (du corps, des yeux, de l'esprit). Des éléments en dehors desquels le concept « Tengu » se réduirait évidemment à une déclinaison technique sans plus d'intérêt qu'une autre.

## LA « RÉPONSE TENGU », FACE À UNE SITUATION D'URGENCE, INCONTOURNABLE, REPOSE SUR :

1) une « philosophie de l'action » de défense clairement pré-établie, et dont les conséquences à tous niveaux pourront être assumées. Il s'agit d'une éthique induisant un comportement : refuser de se battre mais aussi refuser de subir (ou de laisser faire)... Il convient de s'en faire une conviction intime afin d'être vraiment prêt à agir instantanément dans l'espace de liberté techniquement et mentalement défini et assumé. Ce choix éthique doit être fait clairement par chacun, bien avant que le problème ne risque un jour de se poser, quitte à faire des révisions périodiques de sa position. Il faut toujours se rappeler que dans le cas d'une confrontation brutale (non planifiable et non conventionnelle), c'est l'ÉTAT D'ESPRIT qui sera DETERMINANT ! Le détail de la technique mise en œuvre viendra toujours en seconde position. L'esprit d'intervention vient toujours avant le

type de moyen utilisé (étant évident que le premier sera d'autant plus fort qu'il sait que le second existe vraiment...). Ce conditionnement mental est fondamental. Il nécessite l'acceptation préalable de l'enjeu (vital) de la confrontation et aussi celle de l'éventualité de ses propres blessures. Qui est prêt, à l'état « de repos », à envisager d'être brutalement submergé par une réelle violence ? Il convient donc de s'y préparer à temps.

2) une « montée en puissance » physique et mentale fulgurante (l'agression a toujours un temps d'avance...).

3) une gamme adaptée (simple, opérante) de réponses techniques. L'entraînement vise à acquérir des gestes simples pour un comportement « nécessaire et suffisant », que l'on sera capable, le moment venu, de mettre au service de choix d'options clairement prédéfinies afin de pouvoir faire face aux incontournables aspects émotionnels qui vont perturber le « fonctionnement » mental et physique normal. Soit une même gestuelle pour une seule mémoire musculaire, destinée à trois domaines de compétence : à main nue, avec armes intermédiaires, ou davantage pour personnels autorisés. Elles reposent sur le parallélisme des mouvements corporels que peut avoir acquis dans sa mémoire musculaire un porteur d'arme comme un défenseur à seule main nue (avant transition éventuelle vers l'arme). Soit un ensemble cohérent, quelle que soit l'option envisagée, envisageable et retenue.

## LA « RÉPONSE TENGU » A TROIS OBJECTIFS :

1) application de la « contre-mesure » indispensable et suffisante : faire « flèche de tout bois », panacher toutes formes de techniques avec ou sans armes (transitions d'un domaine de compétence à un autre), en fonction des possibilités offertes et des nécessités du moment. Cette « contre-mesure » doit être une réponse globale à un problème d'agression (elle se dis-

tingue d'une simple « réaction » physique, parfois désignée par « réflexe de défense »). Elle comporte un volet physique (technique) et un volet mental (définissant la riposte, contrôlant la technique). La « réponse » va donc bien au-delà de la simple notion de « contre-attaque ». Elle doit mettre fin le plus rapidement possible à l'agression, la stopper, la neutraliser (ce qui n'est pas obligatoirement en détruire la source).

2) l'empêcher de reprendre, donc non seulement la maîtriser dans l'instant mais maintenir un contrôle tout le temps nécessaire pour écarter définitivement toute reprise possible du danger (ou passer le relais à un intervenant extérieur, par exemple, dans la rue, à une autorité de police).

3) se désengager avec prudence en maintenant la « pression » : ne pas être l'esclave d'une technique (encore moins d'un style !), de la focalisation sur un seul danger, d'un sentiment inhibant (violence inutile, colère, auto-satisfaction,...), tout en restant instantanément capable de ré-engager si une modification dans la situation le rendait nécessaire. Après chaque technique il faut contrôler, vérifier, accompagner, assumer. A l'entraînement, répondre, aussi et sans complaisance envers soi-même, aux deux questions essentielles : dans la réalité... aurais-je pu faire confiance à cette technique, lui confier ma survie ? dans la réalité... aurais-je pu en assumer la responsabilité humaine et pénale ?

C'est donc dans ce cadre strict qu'il convient de comprendre les quelques exemples de « Techniques Intégrées de Défense Personnelle » qui vont suivre. Elles se limitent ici au combat rapproché à main nue (« Empty Hand Close Quarters Defense ». Les pratiquants en Dojo les côtoient sous l'appellation de « Kara-ho Tengu-no-waza ») ou avec arme intermédiaire. Le panel technique est évidemment très large. Mais, de toute façon, c'est toujours « l'esprit de la technique » qui est fondamental et décisif. ►

## ILLUSTRATIONS D'UNE MÉTHODE...

### LORSQUE L'AGRESSION SURVIENT HORS DE VOTRE CHAMP VISUEL (DÉCLENCHÉE ET NON IDENTIFIÉE)...

C'est le type de situation la moins envisagée par les systèmes proposés en défense, et pourtant fortement probable. L'agression est violente, brutale, extrêmement dangereuse, visant votre zone « vitale » ou « intime » (code d'alerte « rouge total »), celle qui vous entoure à moins de deux mètres. Votre délai de réaction est dramatiquement court. L'action nécessite une montée en puissance brutale, sous forte poussée d'adrénaline. La seule chance est une réaction instinctive, simple, la plus polyvalente possible (mémoire musculaire), pour la stopper avant sa phase finale et décisive (technique en « coup d'arrêt »), alors même qu'on n'a pas eu le temps de distinguer clairement le type d'attaque. On interpose violemment une RUD pour parer au plus pressé : protéger la tête du coude gauche (bouclier-éperon contre coup de tête \*\*) en tenant à distance avec une menace du poing droit (qui touche ou provoque un recul instinctif de l'adversaire), tout en rompant son inertie (casser l'effet surprise) pour se jeter violemment dans l'action. A partir de là, il y a deux options : ou bien poursuivre sans temps mort jusqu'à soumission de l'attaquant, ou bien simplement en profiter pour reprendre du champ et identifier (mais en restant dans une position équivalente à la « position de contact » NTTC, avec « suivi mental »), avant de décider de la suite. La chance subsiste alors de désamorcer la situation sans nouveau contact physique...

### LORSQUE L'AGRESSION SURVIENT DANS VOTRE CHAMP VISUEL (IDENTIFIÉE MAIS PAS ENCORE DÉCLENCHÉE)...

Elle vise votre « zone de protection rapprochée », ou « personnelle » (code d'alerte « rouge »), qui vous entoure jusqu'à 5 mètres. Tout peut arriver très vite, mais il vous reste une marge de manœuvre : vous avez le temps de vous engager dans une bataille au niveau verbal (dissuader), mental. Une désescalade reste possible tant qu'il y a ce contact verbal.

(\*) J'ai publié plusieurs ouvrages consacrés à la défense, dont certains sont épuisés. Il reste « Découvrir le Ju-Jitsu », « Auto-défense : réussir 80 clés », et surtout « Self-défense, techniques de défense à main nue pour tous », particulièrement complet puisqu'il illustre en 730 dessins quelques 200 ripostes sur plus de 126 types d'attaques. Tous ces manuels sont disponibles aux Editions Amphora.

(\*\*) Cet « effet bouclier-éperon » de la pointe du coude faible plié et levé haut devant le visage est systématiquement repris dans les formes de ripostes à main nue sur distances très courtes (« Empty Hand Close Quarters Defense ») du système « Tengu » mis au point par l'auteur. Elle fait partie des « fondamentaux » techniques à intégrer dans la mémoire musculaire qui sera sollicitée en cas de menace dans la « zone vitale ». Elle se retrouve aussi, avec quelques nuances, dans certaines gestuelles du tir à l'arme de poing, ce qui souligne bien la cohérence de la méthode, avec ou sans arme (voir précédent numéro de « Commando »).



Jean Claude BENIS, 4<sup>e</sup> Dan de Karaté, directeur du Dento Budo Dojo, joue le rôle de l'assaillant.

L'auteur décline toute responsabilité en cas de problèmes ou accidents qui pourraient survenir en cas de mauvais usage des informations contenues dans cette communication ou au non

Vous pouvez encore « lire » l'adversaire, décider de ne pas avoir recours à l'arme... Lorsque l'agression est encore, seulement, prévisible (rituel d'attaque en cours), il reste le temps de prendre une position d'engagement (sans avoir à passer par une RUD), à partir de laquelle on peut évoluer comme ci-dessus. Mais lorsque l'attaque est déjà en cours, l'urgence est devenue telle, provoquant inévitablement une « vision tunnel », qu'il faut engager la réponse directement avec une riposte technique la plus spécifique (simple, directe) possible.

Dans tous les cas de figure, on voit l'importance primordiale, décisive, du paramètre espace-temps, donc de la vitesse de « montée en puissance » disponible...

Dans les quelques exemples retenus (voir en poster central) pour illustrer ces directions d'étude et d'entraînement, et pour rester simple dans cette présentation, on reconnaîtra quelques « réponses avant », à main nue, puis avec Tonfa et Tambo (bâton), pour traiter des attaques survenant hors (en contact) puis dans (à mi-distance) le champ visuel. Bien entendu, à un niveau avancé, tous ces types de situations sont travaillés à l'entraînement « Tengu » sous forme de scénarios d'attaques et de contres à gérer sur 360° (engagements pluridirectionnels, affranchis de la « gestion tunnel » classique...).

## CONCLUSION...

On ne pourra jamais tout prévoir, à coup sûr. Il n'y a pas de règle absolue, et il y a bien des choses pourtant irrationnelles qui marchent... Il faut laisser une marge d'improvisation instinctive, mais toujours « sous contrôle » : partir (démarrer sans l'ombre d'une hésitation à la rencontre de la brutalité qui vient vers vous, submerger tout de suite, déjà que vous avez un temps de retard...) avec une violence « animale », arriver (conclure) « comme un être humain » (contrôle!). Gardez assez de souplesse dans votre esprit pour faire transition d'une technique à une autre si nécessaire (notion de plans A, B, C...). Adaptez vous aux changements dans une réalité de terrain qui ne peut cesser de vous surprendre... Ne dérapez jamais dans vos « réponses »... Et n'oubliez pas :

- même si vous avez étudié 1000 types de situation, il en surviendra toujours une 1001<sup>ème</sup>, pas prévue... Mais « qui peut le plus peut le moins »...
- il n'y a jamais aucune garantie. De rien. La meilleure est l'intensité et la véracité de votre entraînement.
- et puis... ce conseil de Clint Smith, du Thunder Ranch (USA) : « *If you looks like meat, you'll be eaten!* » (« si vous avez l'air de viande, vous allez être mangé »)...

Nous retournerons dès le prochain numéro au domaine de la « Nouvelle Technique de Tir de Combat » (NTTC). ■

**« Bougez avec une arme comme si vous n'en aviez pas. Et vice-versa. »**

(Hatsumi Massaki, Nin-jutsu)

## Stage à Strasbourg en novembre !

### RÉSERVEZ VOS DATES

Stage Tengu à Strasbourg en novembre !

Roland Habersetzer, aujourd'hui bien connu pour ses prises de position en faveur d'une tradition martiale enrichie des expériences de la modernité, organise son 41<sup>e</sup> stage d'hiver (Kan Geiko) les 20 et 21 novembre à STRASBOURG...

Ce stage de Karate-do et Kobudo, largement ouvert sur son concept de « Techniques Intégrées de Défense Personnelle » (T.I.D.) est ouvert à tous mais un niveau de deux ans de pratique minimum en Karaté classique est recommandé. Renseignements et inscriptions, dans la limite des places disponibles, auprès du CRB-Institut Tengu, 7b Chemin du Looch, 67 530 Saint-Nabor (Site : [www.karate-crb.com](http://www.karate-crb.com))

