



crédit photo : André Germé

Bougez Chevaleresque, bougez panache !

Si la Chine ou le Japon ont de toute évidence cultivé une voie martiale, conduite par un idéal, un art de vivre et un esprit, voie à laquelle ils ont même donné un nom : le wu shu pour les uns et le budo pour les autres, l'Europe médiévale eut elle aussi sa tradition chevaleresque. Le chevalier, devenu plus tard mousquetaire, et aujourd'hui escrimeur, était en quête. Celui d'un absolu, une perfection symbolisée par la rose et le Graal. Il avait un code, une éthique, et les notions de noblesse, de dignité et de vaillance (souvenez-vous du chevalier Bayard « sans peur et sans reproche »), défendant l'opprimé, rejoint en tous points les guerriers d'Extrême-Orient.

CANNE FRANCAISE

Origines : il existe une tradition martiale de la canne transmise par le maître grenoblois Pierre Vigny au début du 20^e siècle. Elle a servi de référence au système Bartitsu de Barton-Wright puis à celle de la canne indienne, le lathi, codifié par l'anglais Lang en 1923. Objet de la vie courante servant au départ d'orthèse puis devenu un accessoire faisant partie de la garde-robe masculine, au 19^e siècle notamment, la canne offrait un avantage notable en cas de combat.

Spécificités : les combats se déroulent dans un cercle, la canne se tenant à une main mais pouvant changer de côté pendant le combat. Les coups d'estoc (coups directs) sont proscrits.

Vertus : virtuosité, panache et élégance.

Conseils : à découvrir absolument ! Hélas, les cours sont rares...

BOXE FRANCAISE

Origines : en 1790, les marins français et génois utilisent une méthode de combat pendant leurs loisirs. La boxe française s'appelait alors la « savate » ou le « chausson ». Si la boxe anglaise apparaît en tant que telle au 14^e siècle, survivance du « pugilat » romain (*pugilatus* : « combat à coup-de-poing »), les Français quant à eux auraient conservé les techniques du *pancrace* grec (*pankration* : de *pan*, tout et *kratos* force) qui combinait la lutte, le pugilat et toutes les techniques non orthodoxes pouvant aller jusqu'à occasionner la mort.

Styles : au 19^e siècle, la France possédait deux styles de combat : le Chausson au sud et la Savate au nord.

Spécificités : c'est une magnifique école d'éducation physique et sportive, de coordination poings-pieds qui s'exerce dans un réalisme d'assauts sportifs à deux.

Vertus : très respectueux de l'intégrité de la personne, elle cultive l'idée de gagner avec « panache », c'est-à-dire avec l'art et la manière. Auparavant, il était même de bon ton d'annoncer la technique qui allait être utilisée.

Conseils : si vous débutez, n'annoncez pas la technique !



crédit photo : André Germé

ESCRIME

Origines : l'escrime prend son essor à la Renaissance. A cette époque, les duels se multiplient tant qu'en 1679 un édit les interdit sous peine de mort, mais les candidats au duel se battaient la nuit en cachette. La réglementation des combats élaborée par les Italiens s'impose peu à peu. L'escrime moderne est née et devient un sport à part entière.

Styles : épée, fleuret et sabre.

Spécificités : c'est le seul sport occidental à avoir conservé une éthique transmise par celui qui vous enseigne qui n'est pas un professeur mais un maître d'armes. Techniquement, la position à l'amble (la jambe qui correspond au bras armé est en avant) favorise un renforcement de la latéralité, de même que le maniement de l'arme à une main. Comme tous les sports d'opposition, c'est un sport individuel se pratiquant à deux, dans lequel il ne peut y avoir dépassement de soi-même qu'à travers l'autre. La manipulation fine de la lame répondra à la force physique.

Vertus : la noble confiance en soi et la courtoisie, la loyauté, et la fine maîtrise de soi.

Conseils : pour améliorer votre « touche », ne prenez pas la « mouche » et osez pratiquer des arts qui élargiront votre champ de perception pour pallier à une focalisation linéaire de vos déplacements.

Et aussi... le bâton médiéval, les luttes bretonnes, gréco-romaines, libres...