

TAEKWONDO CHOC

N°1 DES ARTS MARTIAUX CORÉENS

N°104 - OCT/NOV/DÉC 2020

TAEKWONDO CHOC

HAPKIDO - L'HUMANISTE
Maître Kim In-Chun

Soo Bahk Do
Elodie Mollet

Amazone
Alyne Dossou

Covid-Arts martiaux-humilité
Maître Adama Coulibaly

Mikael Meloul candidat
Au séminaire Transparence

Godanja
Marc Boudes

Taekkyon
Rencontre de deux Maîtres

From Tahiti
Sylvain Defaix



JOURNAL MARTIAL DE CONFINEMENT DANS UNE GRANDE VILLE

Que nous est-il arrivé ?

En discutant avec des amis cet été, l'un d'eux insistait pour rappeler que plus de la moitié de l'humanité avait été confinée ces derniers mois, une première dans l'histoire. L'ami disait aussi qu'on n'avait pas encore vraiment pris la mesure de ce que cela signifiait. Quel sens cela a-t-il d'être privé de cette liberté fondamentale de circuler ? Ce sont des choses très concrètes, à la racine de nos vies : aller et venir, sortir travailler et revenir le soir, sortir prendre l'air, voir des amis, boire un café, partir à l'entraînement et rentrer se doucher, acheter son pain bavarder et revenir le manger pour son déjeuner... Quand cette circulation quotidienne, qui ne fait jamais question, est remise en cause, alors oui, quelque chose en chacun est touché et ce qui était le plus certain dans nos vies est ébranlé, et cela, au-delà même du danger représenté par le virus.

Il a fallu pour nous tous accepter puis acter l'arrêt de nos clubs, des entraînements, des compétitions, des voyages et de la convivialité qui les accompagne. Et assez vite une question simple s'est posée : est-ce que nous savons comment traverser une telle situation ? Est-ce que notre éducation, mais surtout

notre entraînement dans les arts martiaux coréens et les valeurs qu'ils véhiculent d'autre part, vont nous permettre de tenir, de patienter, de continuer à vivre notre vie, même empêchés ? Et puis au-delà, est-ce qu'on sera en mesure de faire quelque chose de cet épisode inédit, de mettre à profit cette parenthèse pour faire enfin ce qu'on a trop souvent remis à plus tard ?

Ces quelques lignes ont pour objet d'apporter, modestement, un témoignage sur cette période bien particulière, de la mi-mars 2020 à la mi-mai 2020 et les étapes graduelles de déconfinement qui ont suivi. Témoignage qui porte la marque de la grande ville et des conditions sanitaires souvent plus strictes qu'ailleurs, qui y ont été imposées.

Ce vendredi 15 mars, tandis que les stats concernant le virus progressent, je me souviens d'avoir eu cette idée : comment se fait-il que je puisse encore donner mon cours de Soo Bahk Do aux enfants ce soir ? Il y avait dans l'air en marchant dans les rues, quelque chose de suspendu, qui n'allait pas tarder à tomber. Ce fut chose faite durant le week-end, nous étions confinés.

Acte 1 : l'amitié du jardin do-jang

Etant donné la surface réduite de la plupart des appartements parisiens, la possibilité d'en sortir s'est avérée non seulement importante mais décisive. Pourquoi à ce point décisive ? Si nous avons la chance d'avoir un chez-soi, notre vie se déroule bien souvent entre des lieux. Elle n'est ni toute ici ou toute là, mais entre ici et là, et c'est la possibilité d'être entre ici et là qui fait qu'il y a notre vie telle qu'elle est. Dans le cas du confinement resserré, il s'agissait de se demander : qu'y a-t-il dans un rayon de 1 km qui puisse constituer cet autre lieu (puisqu'on n'était pas autorisé à se déplacer au-delà sans attestation spéciale) ? Chose précieuse s'il en est, j'ai une amie. Et c'est autour de notre relation et de son jardin que la phase 1 de mon confinement s'est organisée. Pendant 3 mois, nous nous sommes retrouvées 2 à 3 fois par semaine : une jeune retraitée

décidée à bouger et une prof de Soo Bahk Do passent donc un deal, l'une pour commencer un entraînement physique régulier, l'autre pour ne pas l'interrompre.

Au programme, les valeurs martiales élémentaires mises en pratique : le courage (YONGI en coréen), la régularité au sens de l'endurance (INNÉ en coréen) de ce qui doit être maintenu suffisamment longtemps pour produire des résultats ; sérieuses et concentrées mais détendues et solidaires -contre la flemme, l'absence de masques puis l'obligation d'en porter, l'attestation à rédiger tous les jours, qui semble insensée dès lors qu'elle est une autorisation qu'on signe pour soi-même ; et enfin, une forme de conquête de soi, en repoussant ses limites : pompes, squats, séries abdos/fessiers, parcours, pour retarder l'heure de la prochaine cigarette de la copine qui a de très anciennes habitudes auxquelles elle tient...



7 avril



9 avril



14 avril



23 avril

Le temps passait. Le printemps arriva et nous le regardâmes s'installer...

Acte 2 : les cours à distance

Je tergiversai plusieurs jours, notamment parce que la séparation entre le do-jang, ou plus généralement, tout espace de travail, et mon espace privé me semblait nécessaire à préserver. Mais dès lors qu'une autre forme de télétravail me fut imposée, je finis par me résoudre à expérimenter les séances à distance.

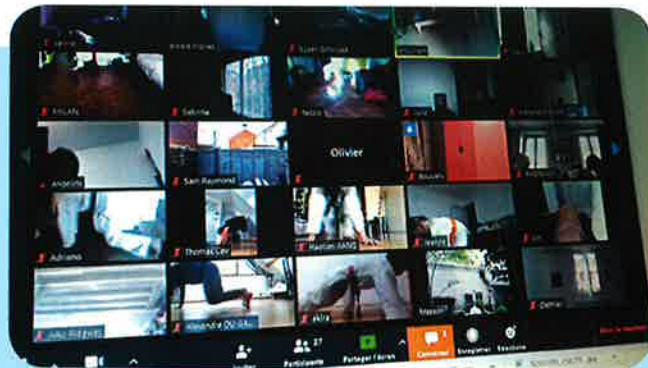
Il ne s'agit pas de dénier tout mérite à cette nouvelle façon de pratiquer devant un écran à laquelle une bonne partie des enseignants ont dû recourir : on doit d'abord pour être tout à fait juste avec elle reconnaître qu'elle a permis d'éviter l'isolement dû au confinement. On avait des rendez-vous réguliers, on se voyait, on bougeait ensemble, on avait mal ensemble et très certainement, cela nous aidait, élèves et enseignants réunis, à supporter la frustration. Certes, tous les élèves n'étaient pas présents, certains ont même tout à fait disparu pendant cette période ; quelques enfants passaient plus de temps à chatter, à trouver l'émoji le plus délirant, à changer le fond d'écran Zoom, qu'à réellement pratiquer. Mais j'imagine que c'était un peu inévitable, dès lors que les parents laissaient à leur enfant un espace/temps libre avec l'ordinateur, et que ça devenait pour eux un moment de récréation, mélangé avec l'idée de l'entraînement (et tant pis pour la sacro-sainte discipline du do-jang).

Pour la plupart d'entre nous, à Paris et dans sa banlieue proche, notre espace d'entraînement s'étant radicalement réduit, nous avons dû apprendre à pratiquer autrement ; en privilégiant les mouvements statiques, les éducatifs de renforcement musculaire, les étirements. Une fois cette adaptabilité éprouvée, on doit aussi dire en quoi la visio participait en elle-même à la frustration.

Qu'est-ce qu'on voit dans la case ? Que regarde-t-on quand on suit une séance Zoom ? Est-ce qu'on ne passe pas plus de temps à scruter les intérieurs des uns et des autres qu'autre chose ? Ne passe-t-on pas incommensurablement plus de temps à se regarder, tel Narcisse dans son reflet, que dans une séance classique ?

La formalisation dans des cases a quelque chose qui représente bien la réalité individualiste contemporaine. Un écran Zoom ça ressemble comme deux gouttes d'eau à un parking de supermarché, avec le cadre blanc qui délimite l'espace du véhicule. Or cette réalité-là est précisément une de celles que nous souhaitons mettre à distance en entrant dans un do-jang : l'idée étant de partager un lieu, l'espace commun où l'on va sortir autant que possible de sa coquille, de son quotidien, de la place qui nous est assignée par la société. Si le do-jang est, comme l'a dit Maître Jang Dae-Kyu, 8^{ème} dan de Soo Bahk Do, le lieu des transformations, alors on doit sérieusement se poser la question : peut-on réellement attendre d'une séance en visio devant un écran qu'elle soit, au même titre qu'un do-jang, un "lieu de transformations" ? Pour nous, il est clair que c'est à peu près hors de question : la visio n'est là que pour "donner une information", qui ne vaudra qu'à partir du moment où comme disait Rimbaud "la vraie vie est ailleurs", c'est-à-dire que l'entraînement effectif n'a pas lieu devant l'écran mais à un autre moment.

Ne serait-ce que parce que notre regard est sans cesse attiré par l'écran et ce qui s'y passe, et ne peut pas réellement se diriger à l'intérieur de nous-mêmes. Quand on participe à une visio "tout est dehors", le paradoxe aura voulu que nous sortions aussi vite que possible du confinement, en allant dehors pour redonner à notre entraînement une intériorité.



Je profite de l'occasion pour exprimer toute ma sollicitude aux voisins du 4^{ème} qui ne se sont jamais plaint, ni de la réception des sauts, ni des kiaps de moins en moins étouffés au fur et à mesure que le temps passait.

Acte 3 : Dé-confinement !!!

A la mi-mai, quand les distances de déplacement autour de chez soi ont été allongées par le gouvernement, nous avons dès que possible traversé la ville pour trouver un lieu ouvert. Les jardins publics restaient encore fermés deux semaines. Zoom me sortant déjà par toutes les narines du nez, je fis la proposition aux élèves d'aller au bois de Vincennes, qui, n'étant pas un espace clos, restait accessible. Une véritable petite aventure : les bus étaient rares, il fallait s'y masquer, et passer près d'une heure pour s'y rendre, idem au retour. L'entraînement devenait une affaire de demi-journée. Mais quelle joie de s'entraîner ensemble à nouveau sous un soleil printanier radieux !



Comment nous avons entre la mi-mai et la mi-juin littéralement "cramé" une des pelouses du jardin Villemin par notre fréquentation pieds nus.



Pour célébrer la fin du confinement, sortie en forêt avec Alexandre et Noé pour revoir enfin l'horizon !



Nous sommes à la fin août, le virus semble circuler de nouveau. Les mesures sanitaires pour l'organisation des cours à la rentrée sont en discussion. Quoiqu'il arrive, soyons à la hauteur de nos disciplines. **Bon courage à tous !**



Thomas, Akira, Paul, Tom-Prince, Elyas, Milan et Aiko : les premiers à revenir s'entraîner dehors en do-bok

Petit à petit, les séances en visio se sont raréfiées, j'en ai toutefois maintenu certaines assez longtemps parce que des élèves (plus souvent des parents d'élèves) craignaient de s'entraîner à nouveau en groupe, même en extérieur. L'étape suivante a été l'ouverture du jardin public principal proche du do-jang et du lieu de résidence de la majorité des élèves, ce qui nous a évité de longs trajets en bus. Comme l'après-midi et le soir tous les parisiens prenaient d'assaut les espaces verts pour respirer, j'ai décidé de ne faire que des entraînements le matin. Occasion de donner aux élèves à goûter que c'est un moment très favorable, sinon le meilleur moment de la journée pour l'entraînement. Bien sûr, la pelouse servait à bien d'autres que nous, et nous la trouvions à chaque fois jonchée de bouchons, brindilles, mouchoirs en papier oubliés là la veille, si bien que nous devons commencer chaque séance par 5 minutes de ramassage des déchets. Un ange est passé la première fois, mais dès lors que vous nettoyez le lieu avec eux, les élèves entrent dans le sillon, et s'y mettent aussi. Acte d'humilité (Kyum Son en coréen) qui consiste à préparer pour son propre usage (et nos pieds délicats) un lieu qui ne nous appartient pas, et que nous laisserons ensuite à d'autres après nous, dont nous espérons qu'à leur tour, ils le laisseront en bon état en ainsi de suite jusqu'au moment où nous reviendrons. Expérience de ce qu'est l'exemplarité ou une forme de "vertu républicaine".



Elodie Mollet