



LA
VOIX

Tenshin 天心

DU NANBUDO

Numéro 2



octobre 1999

Éditorial

Chers Nanbudokas,

Une nouvelle saison démarre, et tout laisse présager qu'elle sera riche.

Le calendrier des stages nationaux et internationaux, ainsi que les rencontres sportives en Nanbudo, ne laisse pas un mois sans une initiative de notre association, et cela, sans compter celles de nos différents clubs.

Cette année verra, de plus, notre équipe de France s'entraîner et se présenter aux Championnats du Monde organisés en Hongrie, au mois d'avril 2000.

Très bien reçus dans notre fédération, la FFKAMA, nos membres s'investissent dans les ligues, et nos compétiteurs pourront aussi se confronter aux autres styles de Karaté-Jutsu, aux Championnats de ligue et au Championnat de France.

Après le premier Brevet d'État décerné à Isabelle Amiel, beaucoup d'autres se dirigent vers le Diplôme d'Instructeur Fédéral ou le Brevet d'État pour développer notre Art : ce sont une dizaine de nouveaux clubs en instance d'adhérer à notre association.

Au nom de notre association, je vous souhaite beaucoup de plaisir à pratiquer le Nanbudo et vous appelle à nous aider pour faire toujours mieux.

Stéphane Carel Shihan,
Président de l'AFDP Nanbudo

SOMMAIRE

Éditorial	1
AFDP Nanbudo	
Bureau directeur, première réunion	2
Calendrier de la saison 1999-2000	2
Bienvenue aux nouveaux clubs	3
Un entraînement pas comme les autres	3
WNF	
Stage à Playa de Aro (un nouveau shihan)	4
Championnats d'Europe : les résultats	4
Le dernier Durfort...	4
FFKAMA	
le DIF	5
Félicitations (BEES spécialité Nanbudo)	5
Le bréviaire du débutant :	
dojo, salut, trois principes	6
Un livre à lire	6
Jeux pour petits et grands :	
mots croisés	
conte	7
Adresses	8
Site AFDP, site Tenshin	8

Comité de rédaction : Romain Larguier (rédacteur en chef), Isabelle Amiel, Antoine Vanhée.

Pour écrire à Tenshin :
Tenshin
c/o Romain Larguier
24, avenue Victor Hugo
92220 BAGNEUX

RENCONTRE AVEC LA WNF :

Le 30 juillet 1999, les membres de la présente réunion ont rencontré deux représentants de la fédération mondiale de Nanbudo, Ove Gusevik, Président et Petar Turcovic, secrétaire général. Cette réunion très positive nous a permis d'expliquer les particularités de la situation actuelle en France. Les représentants de la WNF ont bien compris la situation et notamment nos difficultés financières face à l'échéance que représente la Coupe du Monde. Il nous a semblé que la participation d'une équipe française à cette compétition est très importante aux yeux des dirigeants de la WNF. Aussi nous espérons, lorsque nous aurons affiné notre projet, pouvoir obtenir une aide de la WNF.

BILAN DES CHAMPIONNATS D'EUROPE :

L'organisation de ces championnats a été remarquable. Le tirage au sort régulier, les horaires respectés, les organisateurs (équipe norvégienne) d'une patience et d'une gentillesse à toutes épreuves. Trois compétiteurs et compétitrice français ont participé : Aline Marqueze-Pouey, Jean-Baptiste Rodriguez et Christophe Molina. Ils ont participé dans un excellent état d'esprit et ont réalisé les objectifs fixés par notre directeur technique : représenter dignement la France et engranger de

Personnes présentes :

Stéphane Carel, Président
Jean-Baptiste Rodriguez, Vice-Président
Emmanuel Erb, Trésorier
Isabelle Amiel, Secrétaire
Jean-Luc Rubio, Responsable Technique National
Romain Larguier, Responsable Communication

l'expérience en vue de la Coupe du Monde.

PRÉPARATION DES CHAMPIONNATS DU MONDE :

Ils auront lieu les 7-8-9 avril 2000 à Budapest en Hongrie. Nous nous mettons à la recherche de sponsors et d'idées astucieuses pour régler le problème du transport (mini car...) et prévoir des survêtements pour toute la délégation française.

DIVERS :

Nous avons en projet la rédaction d'un petit livre sur le Nanbudo à l'usage essentiellement des débutants et des enfants (dans le style "le judo par ceintures de couleur" ou "le karaté en bande dessinée"). Ceux que ce projet intéresse sont invités à se manifester. Nous pourrions créer un comité de rédaction et nous partager le travail.

extraits du procès-verbal de la réunion du Bureau Directeur de l'AFDP Nanbudo, du 05/08/99

Calendrier de la saison 1999-2000

- 9-10 octobre 99 : Démonstration Doshu Nanbu et équipe de France à Amiens et stage de découverte
- 6-7 novembre 99 : Stage national de rentrée à Monistrol
- 13-14 novembre 99 : Stage international de Genève
- 26 novembre 99 : Rencontre adultes région Nord à Orsay (et initiation arbitrage)
- 27 novembre 99 : Critérium enfants région Nord à Bagneux (et initiation arbitrage)
- 11-12 décembre 99 : Rencontre adultes et critérium enfants région Sud à Bompas
- déc. 99-janv. 2000 : Stage international Bagneux (date à préciser)
- 15-16 janvier 2000 : Rencontre nationale adulte et critérium enfants à Monistrol
- 21 janvier 2000 : Assemblée Générale FFKAMA à Paris
- 5-6 février 2000 : Entraînement équipe de France
- 26-27 février 2000 : Entraînement équipe de France
- 18-19 mars 2000 : Entraînement équipe de France
- 18-19 mars 2000 : Championnats de France de Karaté-jitsu à Paris
- 1-2 avril 2000 : Entraînement équipe de France
- 28-29-30 avril 2000 : Championnats du Monde en Hongrie
- 27-28 mai 2000 : Stage National fin de saison et A.G. AFDP à Bompas
- 10-11-12 juin : Stage international à Albion



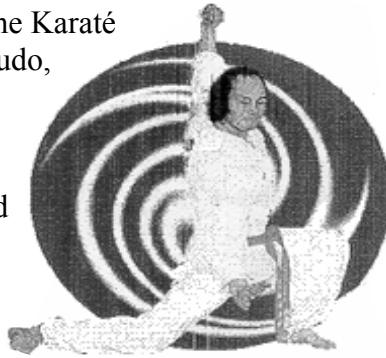
Bienvenue aux nouveaux clubs

L'Union Sportive Renaudine Karaté accueille une section Nanbudo, dirigée par Jean et Isabelle Collomb.

Adresse : Dojo municipal
Salle Anne-Marie Guignard
37110 Châteaurenaud

Renseignements :
02 47 56 97 92

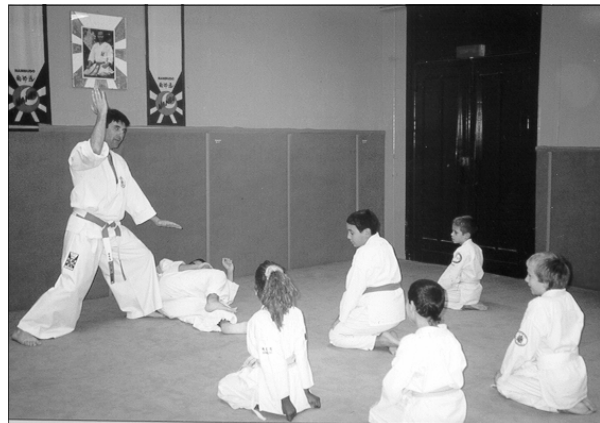
Horaire des cours adultes
et enfants : lundi 19h-20h30
jeudi 19h30-21h vendredi 19h30-21h



Oussenou N'Gueye, professeur à Échirolles, ouvre une seconde salle qui sera destinée plus particulièrement aux adultes : La Butte
Horaires : mardi 17h30-19H et jeudi (à confirmer).

Un entraînement pas comme les autres

Au cours d'un déplacement sur Paris, Jean-Luc Rubio, champion du monde de Kata et Responsable Technique National, est venu diriger le cours des enfants et aussi des adultes du club de Bagneux le mercredi 22 septembre 1999. Vincent a bien voulu vous faire partager son plaisir d'y avoir participé :



Champion du monde de kata

Les élèves ont révisé les Kata. Ils se sont entraînés plusieurs fois pour mieux les connaître. A chaque fois qu'on ne comprenait pas le champion du monde et le maître nous expliquait les kata ou les exercices. Ce cours spécial s'est terminé par une photo de groupe. Merci d'être venu à ce cours. Au revoir, à bientôt.

Vincent Primard, 7ans

Stage à Playa de Aro (un nouveau shihan)

Un temps pluvieux et orageux en Espagne, le long de la Costra Brava, cet été en cette fin juillet. Malgré cela, nous sommes retrouvés une centaine au cours de ces deux semaines de stage, sur le sable de Playa de Aro, pour suivre l'enseignement de Nanbu Doshu, mais aussi être spectateurs ou participer aux Championnats d'Europe, organisés et animés de façon magistrale par la WNF et

l'Asociacion Espanola Nanbudo (résultats ci-dessous).

Matin et soir, durant les entraînements, outre d'avoir beaucoup insisté sur Ki Nanbu Taïso et Nanbu shizen no ki undo, auxquels ils a apporté de nombreuses modifications, et les Genki, le doshu nous a fait particulièrement travailler les saisies mains poignets, travail de base dans les kansetsu Randori. À la fin de

chaque semaine de stage, tous les Katas ont été passés en revue par groupes de niveaux.

À la fin du stage, nous avons assisté à la traditionnelle remise des passeports. Parmi les élèves du Doshu, nous avons le plaisir et la fierté de compter un nouveau Shihan en la personne de Jean-Luc Rubio, responsable du club de Bompas.

Romain Larguier

Championnats d'Europe : les résultats

Hommes - 74 Kg

1. Villacampa Francisco, Espagne
2. Andreassen Roy, Norvège
3. Lopez Hugo, Espagne

Hommes + 74 Kg

1. Mulajusofovic Sead, Croatie
2. Periz Pedro, Espagne
3. Coward Calle, Norvège

Hommes - 69 Kg

1. Keber Boris, Croatie
2. Pastuovic Marijo, Croatie
3. Villacampa Eduardo, Espagne

Hommes Catégorie Open

1. Claverio Jose A., Espagne
2. Villacampa Francisco, Espagne
3. Mulajusofovic Sead, Croatie

Femmes - 60 Kg

1. Mahmuljin Sedika, Croatie
2. Mahmuljin Maida, Croatie
3. Vestnes Tabita, Norvège

Femmes + 60 Kg

1. Linda Aarhus Risinggard, Norvège
2. Szani Edit, Hongrie
3. Vidallet Estela, Espagne

Femmes Catégorie Open

1. Mahmuljin Sedika, Croatie
2. Linda Aarhus Risinggard, Norvège
3. Vestnes Tabita, Norvège

Équipes Femmes Ju Randori

1. Croatie
2. Hongrie
3. Espagne

Équipes Hommes Ju Randori

1. Espagne
2. Croatie
3. Norvège

Kata Hommes

1. Roy Andreassen, Norvège
2. Michele Schirinzi, Suisse
3. Boris Keber, Croatie

Kata Femmes

1. Maida Mahmuljin, Croatie
2. Tabita Vestnes, Norvège
3. Linda Aarhus Risinggard, Norvège

Kata Équipes Hommes

1. Espagne
2. Suisse
3. Norvège

Le dernier Durfort...

Le dernier Durfort du 17 au 19 septembre de cette année, a été encore une fois à la hauteur, toujours aussi fort tant dans son contenu technique, que par sa convivialité.

Nous avons eu droit à de nouvelles façons d'appréhender le Ki et surtout le centrage au niveau du Hara. Et v'là que j'te pousse pour savoir si tu es bien ancré dans ton hara, et en plus à trois contre un. Ben mon neveu ! Avec un peu d'entraînement, pas d'un chouilla tu bougeras !

Nous avons revu Ki Nanbu Undo avec des variantes, et nous avons appris "expire-inspire" de 25 secondes chacun. Ouh la la ! c'est dur ! et en plus il faut se pencher légèrement en avant à la fin de "l'expire", puis une apnée quand tu remontes.

Ensuite nous avons travaillé les Nanbu Kata. Ah! Ceux-là, il y a toujours quelque chose à perfectionner (surtout pour bibi).

Sans parler de la démonstration "à la Croate", de l'équipe française; que de travail ! On pouvait mesurer

aisément, au nombre de bouches restées béantes d'admiration, la beauté de cette prestation !!!

Conviviale : bien sûr ! comme presque tous les Durfort. D'autant plus que nous avons eu la joie de découvrir le Bébé de Maria-Louisa et de Karlos.

Nous avons eu droit à une belle cérémonie avec du saké en l'honneur des nouveaux Shihan : un Espagnol et à un Français*, tout aussi célèbres l'un que l'autre. Cela, c'était sur le tatami et s'en suivit une petite fête rondement menée par notre Catalan National et son non moins célèbre Muscat. Certains s'en rappellent encore ! (Leur sourire en coin en dit long...)

La fête se prolongea fort tard, mais tout le monde au matin était sur le tatami.

Parce que Durfort, c'est aussi et surtout cela : l'entraînement !!

Emmanuel Erb

*Jose Consul et Jean-Luc Rubio

Le Diplôme d'Instructeur Fédéral Nanbudo

Formation et examen

Rappel : Le DIF (Diplôme d'Instructeur Fédéral) est obligatoire pour enseigner bénévolement le Nanbudo au sein de la FFKAMA. Il ne permet pas l'enseignement contre rémunération.

Condition d'entrée en formation.

Pour s'inscrire en formation à l'école des cadres de FFKAMA, le candidat doit posséder la licence de la saison en cours, avoir 18 ans et être 1^{er} dan. En outre, il devra obtenir l'Attestation de Formation aux Premiers Secours (AFPS) avant la fin de la formation.

Contenu de la formation et modalité de contrôle

Le DIF s'obtient uniquement en école des cadres régionale par un contrôle continu des connaissances dans les Unités de Formation enseignées et un contrôle complémentaire de pédagogie.

Formation théorique (UF) 80 heures

- UF 1 : Anatomie et physiologie
- UF 2 : Législation et réglementation
- UF 3 : Technique et pédagogie
- UF 4 : Environnement socioculturel

Examen de pédagogie

- 30 min. de préparation,
- 20 min. de prestation,
- 10 min. d'entretien sur le rapport de stage.

Le candidat doit obligatoirement effectuer un stage pratique de 20 heures dans un club "labellisé" par la ligue dont le professeur est titulaire d'un BEES 1. Il devra rédiger un rapport pédagogique complété par celui du tuteur de stage.

I.A.

N.B.: Isabelle Collomb et Philippe Polixène sont en formation à la ligue Touraine Berry Orléanais pour passer leur DIF en fin d'année scolaire.

Félicitations (BEES spécialité Nanbudo)

Isabelle Amiel a obtenu son BEES 1^{er} degré. Après réclamation auprès de la Direction Régionale d'Aix-en-Provence, celui-ci a été modifié. En effet, la loi prévoit que la spécialité pratiquée soit mentionnée sur le diplôme, ce qui n'a pas été fait au départ. La DDJS a consulté la FFKAMA qui a accepté notre requête.

Après modification, le libellé exact du diplôme est : Brevet d'Etat d'Educateur Sportif 1^{er} degré Option Karaté et Arts Martiaux affinitaires, Spécialité Nanbudo.

Le succès de cette démarche est très encourageant et ouvre la voie à de futurs autres brevets d'état Nanbudo. Par ailleurs, le club de Bagneux devrait ainsi pouvoir être labellisé par le Président de la ligue FFKAMA des Hauts-de-Seine et devenir ainsi lieu de stage pour les DIF Nanbudo.



Bréviaire du débutant

Cérémonial du salut face au Shinza :

Dirigé par le Sempai (le plus gradé après le professeur, symboliquement celui qui est né avant), il se déroule ainsi :

Sempai : “ **Moto no ichi** ” (Nous nous mettons en place pour le salut : alignez-vous face au Shinza.)

Sempai : “ **Musubi dashi** ” (Position debout pieds joints.)

Sempai : “ **Seiza** ” (Asseyez-vous.)

Sempai : “ **Seikoza** ” (Position de méditation : main droite dans la main gauche, on ferme les yeux.)

Sensei : “ **Nanbudo mitsu no chikara** ” (Affirmation des 3 principes du Nanbudo : force, courage conviction : chikara da, yuki da, shinnen da. Répété 5 fois par tous.)

Sensei : “ **Yame** ” (Cessez , ouvrez les yeux.)

Sempai : “ **Nanbu Doshu ni rei** ” (Salut au Fondateur du Nanbudo.)

Sempai : “ **Sensei ni rei** ” (Salut au professeur : remplacez sensei par le titre du professeur.)

Sempai : “ **Otagai ni rei** ” (Salut des élèves entre eux et à eux-mêmes.)

Sempai : “ **Kiritsu** ” (Debout.)

Tout le monde : “ **Ossu** ” (Salutation.)

Alors l'entraînement commence....

(à suivre)

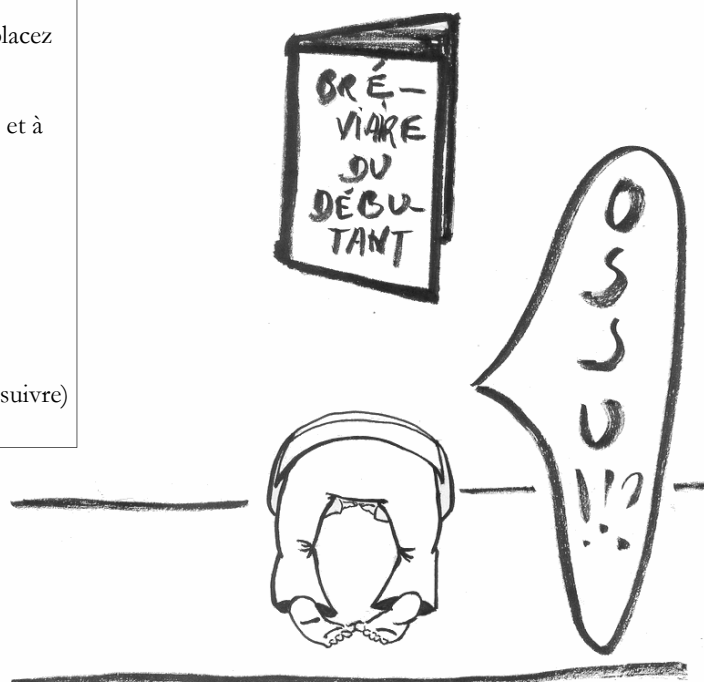
Dojo : Le lieu (Jo) où on étudie la Voie (Do).

Nous avons du respect pour la voie martiale que nous avons choisie, le Nanbudo, nous aurons autant de respect pour le lieu où nous la pratiquons.

Avant d'entrer dans le dojo, nous nous déchaussons et le saluons en direction du Shinza - la place (Za) de l'esprit, du cœur (Shin) - où est suspendu le portrait du Fondateur (Doshu).

Au cours de notre entraînement, la qualité de notre attitude physique sur le tatami aura une influence sur notre mental ; d'où l'importance de bien exécuter le cérémonial du salut au Shinza, avant et après celui-ci.

En nous inclinant devant Doshu Nanbu, nous remercions également tous les maîtres qui ont fait l'histoire des Arts Martiaux, ainsi que les pratiquants du passé.



Un livre à lire



Dojo, le temple du sabre de Pierre Delorme, aux éditions Budostore.

Récit de l'expérience étonnante d'un kendoka français qui séjourne au Japon dans le dojo de son maître pour suivre son enseignement.

Pour se familiariser avec la culture et la mentalité japonaises et approfondir sa compréhension de termes souvent utilisés et mal connus.

JEUX POUR PETITS ...

... ET GRANDS

Mots croisés (solution dans le prochain numéro)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
I											
II											
III											
IV											
V											
VI											
VII											
VIII											
IX											
X											
XI											
XII											

Horizontalement :

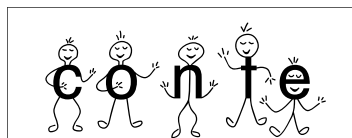
I. *Combat*. Marque de réglisse. II. *Deux*. Démonstration abrégée. III. *Pin*. *Ceinture japonaise*. IV. *Je suis en bois et je mesure 1m85*. *La souplesse sans la voie*. V. *Notre art martial*. VI. Sports d'hiver. VII. Arbre des Landes. Sans rien. Dans le vent. VIII. *Boisson des samourais*. *Forme de combat imaginaire*. IX. *Do*. X. *Force*. XI. *Rentrer dans l'attaque*. XII. *Position quand le senseï donne une explication*. Lettre de l'alphabet grec.

Verticalement :

1. *Points du corps humain par où entre et sort l'énergie*. 2. *Vêtement d'intérieur*. 3. *Post-scriptum*. *Terre*. 4. Il prend le commandement du navire. Initiales du nom d'une célèbre senseï-kyochinette. 5. *Explication de kata*. 6. *Héron*. *Avant le "ai"*. 7. *En nous le discernant, le maître nous accepte comme élève*. Moyen de transport. 8. *Le lieu où s'étudie la voie*. Initiale anglaise de Royaume-Uni. Salut. 9. A corne, à bosse et asiatique. Fort célèbre. 10. Bon copain. "En mille morceaux". Histoire ou légende. 11. *Théâtre japonais*. *Lieu d'origine du karaté*.

Romain Larguier

Les mots des définitions en italique sont japonais !



Sur une île, la plus petite de celles qui forment le Japon, vivait un maître dont les enseignements illuminent tous ceux qui l'ont approché.

Un samourai, combattant vertueux et sage en quête de l'illumination, voulut à tout prix être en sa présence. Il se mit en route en direction de l'océan.

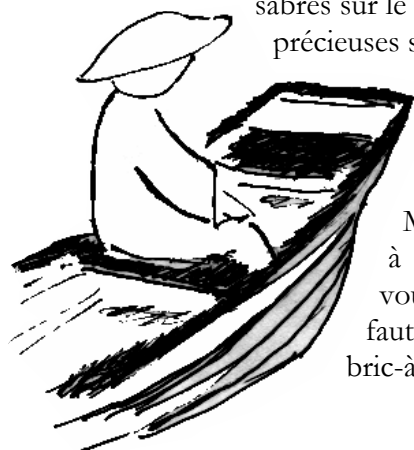
Arrivé sur le rivage, il vit l'île bien loin, posée sur l'horizon. Il constata qu'il lui était impossible de l'atteindre à la nage, tant les courants étaient dangereux. Il réfléchit alors, cherchant par quel moyen il pouvait s'y rendre. Relevant la tête, il aperçut, à quelques mètres de là, une barque et un homme assis dedans. Il s'approcha et lui demanda :

"Pouvez-vous, s'il vous plaît, m'emmener sur l'île là-bas, posée sur l'horizon ?"

L'homme lui répondit : "D'accord, mais il faut que vous déposiez votre ballot et vos sabres sur le sable, car je ne passe que les hommes et pas leurs affaires, aussi précieuses soient-elles."

Le samourai protesta : "Mais que deviendrais-je sans mes sabres ? Et mon ballot contient tout ce que j'ai de plus cher au monde ! Et puis, j'ai des présents pour le maître, ainsi que les livres saints que j'étudie."

Mais le passeur, intransigeant, lui répliqua : "C'est à prendre ou à laisser : sans vos armes et sans votre ballot, vous passez. Si vous tenez vraiment à les garder, je ne peux rien pour vous. Il faut choisir : l'illumination, ou bien vos vieilles hardes et tout ce bric-à-brac."



D'après Ramana Marishi, célèbre sage indien

Adapté par Romain Larguier, après la lecture d'un article de Jacques Deperne : "Le lâcher prise" dans "actualité des Religions", n°7, juillet 1999

Adresses

CLUBS AFDP NANBUDO

Ville et	NOM DU CLUB	ADRESSE	TÉLÉPHONE	RESPONSABLE	RESPONSABLE
BOMPAS PYRÉNÉES- ORIENTALES	Bompas Shin NANBUDO Club	RUBIO JEAN LUC 6, rue du Moulin 66430 BOMPAS	04 68 63 30 04	RUBIO JEAN LUC 06 80 40 56 56	MARTINEZ SYLVETTE 04 68 63 19 92
SAULT VAUCLUSE	NANBUDO CLUB	Hôtel de ville Place du Marché	04 90 64 02 30	DIDIER THIERRY 04 90 64 14 81	DIDIER THIERRY
VAISON LA ROMAINE VAUCLUSE 84	VAISON LA ROMAINE	DUHEM VÉRONIQUE 11, place Montfort 84110 VAISON LA ROMAINE	04 90 28 85 07	DUHEM VÉRONIQUE 04 90 28 85 07	DIDIER THIERRY 04 90 64 14 81
MONISTROL HAUTE-LOIRE	NANBUDO CLUB MONISTROL	Madame AGUT GOUDON	04 71 61 84 27	LEYDIER FRÉDÉRIC	AGUT 04 71 61 84 27
GRENOBLE ISÈRE 38	GRENOBLE (LA BAJATIÈRE ET ÉCHIROLLES)	N'GUEYE OUSSENOU 3, allée des Troènes 38130 ÉCHIROLLES JULIETTE NICOD 4, allée du Roussillon	/	N'GUEYE OUSSENOU 04 76 29 11 25	N'GUEYE OUSSENOU 04 76 29 11 25 JULIETTE NICOD 04 76 22 65 27
CHÂTEAU- RENAULT INDRE ET LOIRE	U.S.R Karaté Section Nanbudo	COLLOMB ISABELLE ET JEAN 34, rue Madame SORNAS 37110 CHÂTEAU-	/	COLLOMB JEAN 02 47 56 97 92	COLLOMB ISABELLE 02 47 56 97 92
BAGNEUX HAUTS-DE- SEINE 92	COMB Section NANBUDO	COMB Section Nanbudo 30, rue Jean Longuet 92220 BAGNEUX	01 46 63 77 04	CAREL STEPHANE AMIEL ISABELLE	GIBERGUES JOËL 01 46 64 21 26
ORSAY ESSONNE 91	ASESCO Section NANBUDO	ASESCO Section NANBUDO Bat 225 91400 ORSAY	/	LY SOTHY 01 69 18 97 65	BENAROCHE GILLES 01 64 56 53 54

ASSOCIATION FRANCAISE POUR LE DÉVELOPPEMENT ET LA PROMOTION DU NANBUDO

Adresse du siège social :
AFDP NANBUDO
Isabelle Amiel
8, rond-point des Martyrs
92220 Bagneux
tel 06 09 89 27 71

AFDP : Portable (Isabelle Amiel) : 06 09 89 27 71
Président Stéphane Carel (répondeur portable) : 06 82 95 37 48
Secrétaire Isabelle Amiel : 01 46 64 56 76
Trésorier Emmanuel Erb (portable) : 06 87 46 57 93
(tél. fixe) : 03 44 07 94 05
Directeur technique Jean-Luc Rubio (portable) : 06 80 40 56 56
(tél. fixe) : 04 68 63 30 04
Responsable communication Romain Laruier : 01 46 64 69 61

Tous les adhérents à l'AFDP Nanbudo sont affiliés :
à la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires (FFKAMA) et à
la Fédération Mondiale de Nanbudo (WNF).

REMERCIEMENTS
À Christian Gonzalvez
père & fils,
pour l'impression et la
diffusion de Tenshin.

Site AFDP, site Tenshin

Site AFDP Nanbudo : <http://www.nanbudo.asso.fr>
Site Tenshin : <http://www.nanbudo.asso.fr/tenshin>

ERRATUM
Jean-Luc Rubio est vice-
président du Comité
Départemental FFKAMA des
Pyrénées Orientales (et non de sa
ligue, comme nous l'avions écrit