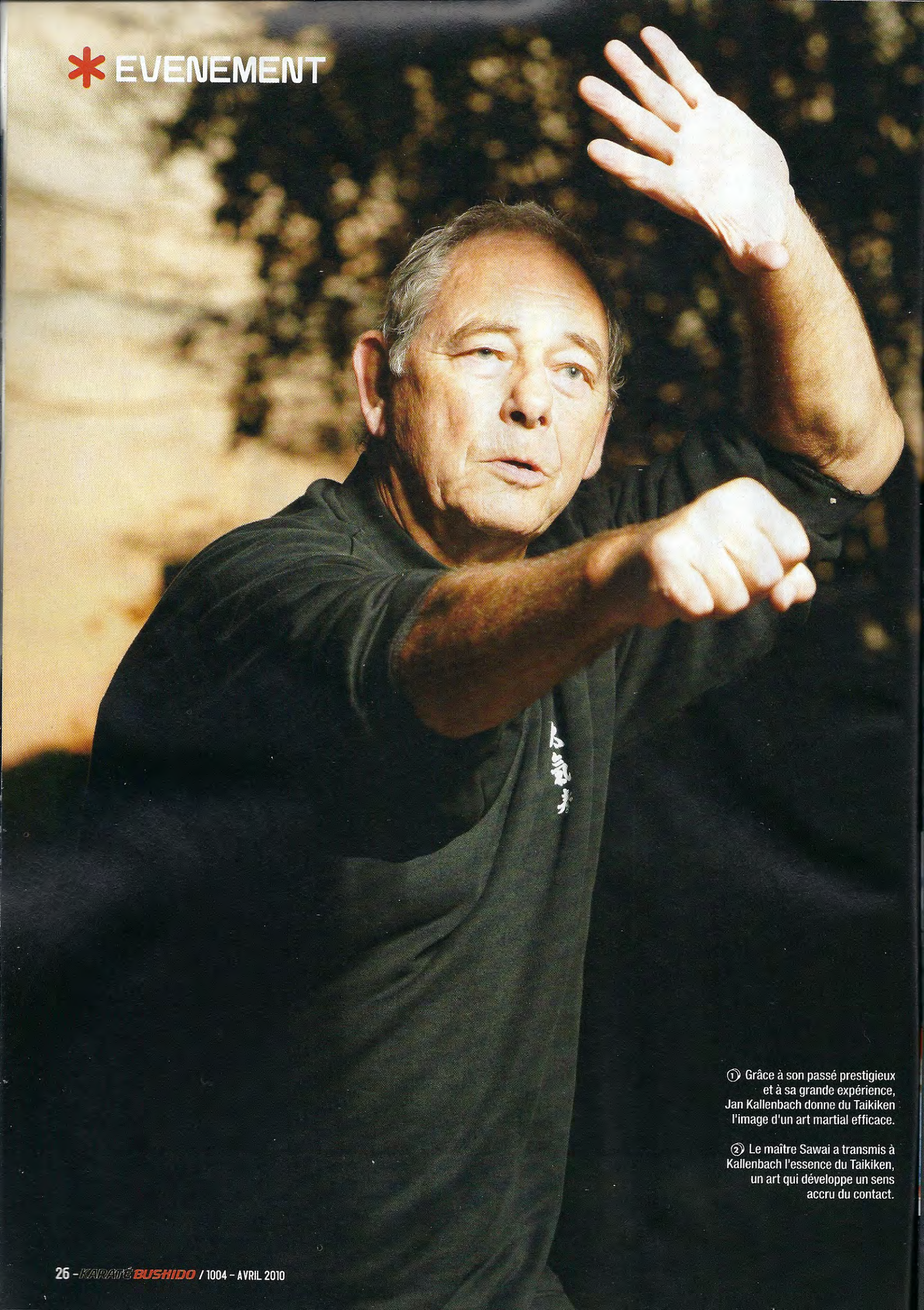




① Grâce à son passé prestigieux et à sa grande expérience, Jan Kallenbach donne du Taikiken l'image d'un art martial efficace.

② Le maître Sawai a transmis à Kallenbach l'essence du Taikiken, un art qui développe un sens accru du contact.

Du Karaté au Taikiken

JAN KALLENBACH,

LE MAÎTRE DU KI

REPORTAGE
EXCLUSIF

Jan Kallenbach est l'un des grands maîtres européens d'arts martiaux. Ceinture noire de Judo et de Karaté Kyokushinkai, il a environ 25 ans lorsqu'il se rend pour la première fois au Japon. Il s'entraîne sous la direction du grand maître Oyama, avant de faire la rencontre d'un homme remarquable, maître Sawai, le fondateur du Taikiken. Depuis, il approfondit et enseigne sans relâche cet art martial original, fondé sur la maîtrise du ki et l'efficacité en combat.

Par notre envoyé spécial à Amsterdam (Pas-Bas), Patrick Lombardo > Photos : Johann Vayriot (sauf mention)

Jan Kallenbach nous attend sur le seuil de son magnifique dojo traditionnel, le Shinbukan ; il est déjà en tenue de Taikiken, T-shirt et pantalon long. L'accueil est chaleureux, à la mesure de ce géant du Budo qui a fait le tour des arts martiaux pour se trouver lui-même et atteindre la sagesse de l'âme. Rencontre avec un monument...

Parlez-nous de vous et de vos débuts dans les arts martiaux...

Je suis né en Hollande le 27 juillet 1943 et j'ai découvert le Judo en 1951. Plus tard, vers l'âge de 18 ans, j'ai continué sous la direction de Jon Bluming (voir Karaté Bushido de février 2010). Quand Bluming est devenu le pionnier du Karaté Kyokushinkai en Europe, j'ai abordé ce style avec lui.

J'ai obtenu la ceinture noire en 1963 et, en 1965, j'ai remporté le premier Championnat de Hollande, dans la catégorie des lourds. En fait, j'ai été champion de Hollande de Kyokushinkai six fois, trois fois en individuel, trois fois par équipes.

"BLUMING, KUROSAKI, ROYAMA..."

Vous avez aussi combattu en Karaté classique (version WUKO devenue WKF), je crois...

Oui, j'ai été champion d'Europe individuel en 1974.

Le Japon a tenu une place importante dans votre vie...

La première fois que je me suis rendu au Japon, c'était en 1967. L'année précédente, en 1966, Bluming était reparti pour un long séjour à Tokyo et Kenji Kurosaki était venu chez nous, à Amsterdam, pour diriger le Budokai, le dojo de Bluming.



C'est sur les conseils de Kurosaki que je me suis rendu au Japon, pour m'entraîner au dojo central du Kyokushinkai. À l'époque, j'étais déjà 3^e dan.

Qui vous a décerné ces grades ?

Le 1^{er} et le 2^e dan, c'est Bluming ; le 3^e c'est Bluming et Kurosaki. J'étais aussi 2^e dan de Judo.

Parlez-nous du dojo central de l'époque...

Le niveau était fantastique. Il y avait Oyama bien

sûr, et aussi Hatsuo Royama (qui finira 2^e au championnat du Monde toutes catégories de 1975). Il y avait également Yoshimichi Sato, qui était instructeur.

Sato était le gendre de maître Sawai. Il avait été nommé instructeur à la base américaine de Camp Zama, où il avait succédé à Tadashi Nakamura. Oui, le niveau était vraiment très élevé. En plus du dojo central d'Oyama, je m'entraînais régulièrement au Karate Dojo de Kurosaki.

* EVENEMENT



Les postures du corps sont très importantes dans le Taikiken, car ce sont elles qui permettent de transmettre le ki ou énergie.



Jan Kallenbach, en véritable passionné des arts martiaux, a aussi pratiqué de manière très sérieuse l'art du sabre japonais, une discipline dans laquelle il a obtenu le grade de 2^e dan.

**“ A L'ÉPOQUE, EN
KYOKUSHIN, NOUS
AVIONS VRAIMENT
BEAUCOUP D'AVANCE
PAR RAPPORT AUX
AUTRES STYLES ”**

Quelle était l'ambiance chez Oyama ?

C'était une très bonne ambiance, malgré des entraînements très, très durs, et beaucoup de combats, notamment avec Royama et Sato.

“ IL Y A DES STYLES TRÈS RIGIDES... ”

Cela vous convenait ?

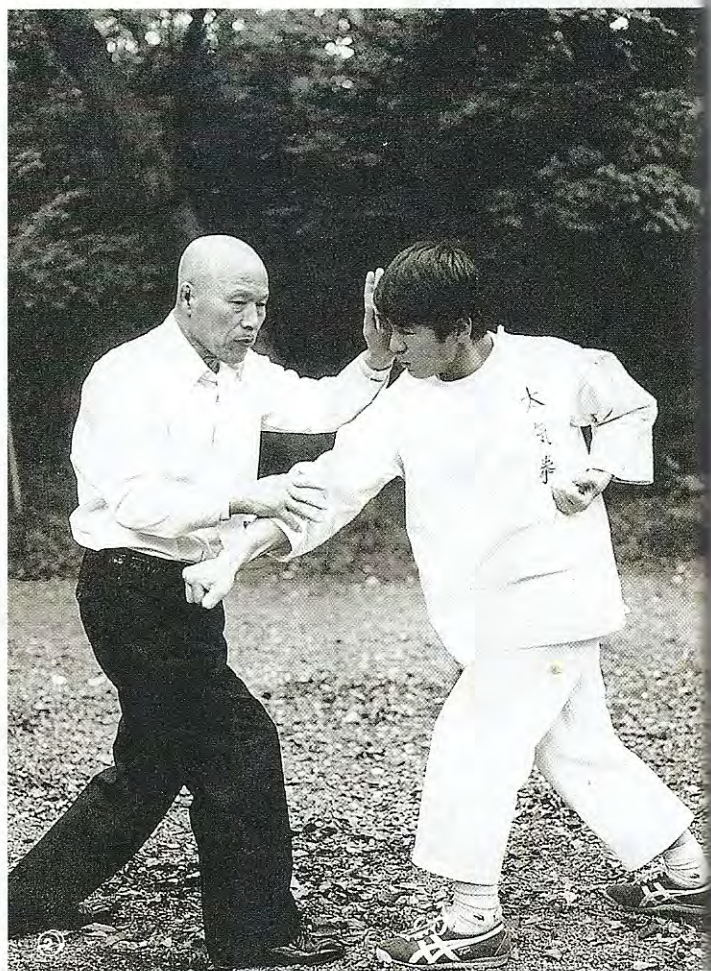
Parfaitement. Le rythme était difficile mais je tenais ma place. D'ailleurs, j'ai eu l'occasion d'effectuer plusieurs démonstrations publiques avec maîtres Oyama, Royama, Sato et Terutomo Yamazaki (qui remportera le premier championnat du Japon en 1969).

On dit que le style Kyokushinkai a évolué avec les années. Vous qui l'avez connu il y a longtemps, qu'en pensez-vous ?

Ce que je peux vous dire, c'est qu'à l'époque, nous avions vraiment beaucoup d'avance par rapport aux autres styles. D'abord nous combattions de façon très mobile et très fluide, à partir de positions naturelles. Voyez-vous, le Budo, c'est quelque chose de souple ; ce n'est pas rigide.

Or, il y a des styles très rigides, qui enseignent par exemple, comment se déplacer en zen-kutsu-dachi, à partir d'une position très dure et très basse. C'est un non-sens. Nous, nous utilisions d'ailleurs la posture neko-ashi-dachi. C'est la posture





« DONN DRAEGER, C'ÉTAIT L'IMAGE DE LA PERFECTION »



① Maître Sawai s'exerçant à une technique de projection d'énergie.

② Les défenses du Taikiken sont de nature à absorber la force adverse sans s'y opposer directement.

③ Ce coup de pied est donné dans le plus pur style Kyokushinkai. Et la défense est purement Taikiken.

④ La posture ritsu-zen, posture de base du Taikiken, pour accumuler l'énergie et faire la liaison terre,

homme, ciel. Notez que maître Sawai s'exerçait en tenue de ville, à l'européenne et ne portait que très rarement la tenue d'entraînement.

⑤ Donn Draeger fut celui qui permit à Jan Kallenbach de pratiquer

l'art du sabre sous la direction des grands maîtres japonais.

LE SHINBUKEN DOJO

Jan Kallenbach enseigne dans un superbe dojo d'Amsterdam, spacieux, aéré, propre et même luxueux. D'un luxe discret mais efficace. Il a donné à ce dojo le nom de Shinbukan. Shin c'est l'esprit, bu c'est le côté martial (le bu de Budo) et ken c'est le poing (comme dans Taikiken). Kallenbach assure lui-même les cours de Taikiken mais d'autres disciplines sont enseignées au sein du dojo, notamment le Karaté Kyokushinkai (avec Rob Quant), le jodo (bâton de l'école Shindomuso-ryu avec Fred Quant) et l'Aikido. Côté compétition, ce n'est pas vraiment ça. Comme le dit lui-même Kallenbach : " Ici, nous cherchons à former des maîtres, pas des champions." à l'origine, le club est connu sous le nom de Shinshin Dojo et il est également connu sous le nom de Shin Shinbukan Budo Club.

du chat : plus haute, plus ramassée, plus souple. Ce qui nous permettait d'effectuer beaucoup plus de coups de pieds, des déplacements plus variés et des techniques avec les mains ouvertes.

C'était déjà révolutionnaire ?

J'ai étudié les mouvements du corps et j'ai été pendant des années professeur de culture physique, de gymnastique et de comportement corporel à l'Université d'Amsterdam. Il y a vraiment des styles qui enseignent des mouvements pas très naturels. Oyama, lui, avait fait une vraie recherche sur la question.

"SAWAI ? QUELQU'UN DE TRÈS SPECIAL"

Evoquons maintenant la rencontre avec maître Sawai.

Dans le dojo de maître Oyama, il y avait une photo. Un homme qui tranchait la flamme d'une bougie avec un sabre. Cela m'a intrigué. Qui était-il ? Dans le dojo, toutes les ceintures noires le connaissait. à l'époque, maître Oyama habitait au-dessus de la salle d'entraînement, et maître Sawai venait le voir régulièrement. C'est ainsi que j'ai pu l'apercevoir pour la première fois. Sawai avait grandi dans le quartier de Ikebukuro, là où se trouvait le dojo d'Oyama. Il avait été officier dans l'armée japonaise pendant la Deuxième guerre et il vivait très difficilement car il n'avait pas de pension. C'était ses élèves qui, souvent, lui apportait à manger, à lui et à sa femme.

On dit pourtant qu'il a beaucoup aidé maître Oyama...

C'est exact. Sawai était très pauvre mais grâce à ses relations, il a vraiment aidé Oyama dans l'établissement du Kyokushinkai et surtout dans la construction du dojo central de Ikebukuro. C'est lui qui parla d'Oyama à certaines personnes et, à l'époque, Oyama était un maître très prometteur. Des financiers ont misé sur lui, et on connaît le résultat. Le Kyokushinkai est aujourd'hui très bien développé.



« LE MAÎTRE SAWAI
M'A MONTRÉ UNE
PERSPECTIVE
JUSTE DU BUDO »



Quel genre d'homme était Sawai ?

C'était quelqu'un de très spécial et de très direct. Un jour j'étais en train de faire de la musculation, et il est venu me voir. Il m'a trouvé très bien, m'a félicité sur ma force tout en me disant que la force n'était pas quelque chose de sûr car elle faiblit avec l'âge. C'était très déroutant. Je ne le connaissais pas. Ce fut notre première rencontre.

“PLUS DE CENT COMBATS RÉELS”

Quelle était sa formation martiale ?

C'était un maître de Kendo et de Judo ; il avait d'ailleurs enseigné cette discipline à Oyama. En Chine, il avait pratiqué le Yi-quan sous la direction du grand maître Wang et il avait créé le Taikiken en faisant la synthèse de tout ce qu'il avait appris. Il était plutôt petit mais bien bâti et fort

physiquement. Jeune, c'était un combattant redoutable. Il avait à son actif plus de cent combats réels.

Vous êtes donc devenu son élève...

Maître Sawai avait une façon d'enseigner très particulière. D'abord, il n'avait pas de dojo. Tous les maîtres japonais veulent créer un dojo central à partir duquel ils peuvent diffuser leur art. Sawai n'avait pas les moyens. Il donnait des cours chez Oyama, et seulement à des ceintures noires. Un jour, son gendre Yoshimichi Sato, qui était ceinture noire chez Oyama, m'a emmené au Meiji-jingu, un jardin très célèbre de Tokyo. Et c'est là que j'ai pris mon premier cours avec maître Sawai. En plein air. En fait, c'est là que Sawai dispensait la plupart de ses cours. C'était gratuit et très informel. Sawai s'entraînait avec nous. Ses techniques étaient toujours dangereuses,

même si elles n'étaient pas toujours très belles à voir. Une fois, un de mes amis, ceinture noire de Judo et ceinture marron de Kyoku a fait du sparring avec lui. Il s'est vite retrouvé le nez dans la sciure.

“C'ÉTAIT UNE APPROCHE NOUVELLE DU COMBAT...”

Vous étiez déjà champion de Judo et de Karaté. Quel intérêt avez-vous trouvé au Taikiken ?

Pour moi, c'était une approche nouvelle du combat, et c'était très dangereux, très efficace. C'est plus souple et plus circulaire encore que le Kyokushinkai. Sawai bougeait très vite. Il passait sous la garde, à l'intérieur, dessus... et c'était fini. Il avait des déplacements de jambes vraiment excellents. Ce n'était pas nouveau seulement

BIO-EXPRESS DE KENNICHI SAWAI

Ken'ichi Sawai (1903-1988) est né à Kumamoto, dans le Kyûshû. Il étudia le Jûdô sous la direction de Sanpô Toku, de Hajimé Isogai et de Kyûzô Mifuné ; le Kendô sous la direction de Takaharu Naitô au Butokuden de Kyôto ; le Jû-jitsu et le lai-dô. À l'âge de vingt-deux ans, il était déjà 5^e dan de Jûdô. En 1931, il se rend à Pékin, en tant qu'officier militaire chargé de missions diplomatiques. Quelques années plus tard, il sollicite une rencontre avec Wang Siang-Tchai, le fondateur du Ta-tch'eng-k'ïuan/Yi-quan, qui vient de quitter Shanghai pour s'installer dans la capitale. De retour au Japon, en 1947, Sawai s'installe à Tôkyô, dans le quartier Ikébukuro ; c'est là qu'il fait la connaissance de Masutatsu Oyama. Suivant les conseils de Wang, Sawai, de retour au Japon, fit sa propre synthèse des différents enseignements reçus, japonais et chinois, pour créer une discipline nouvelle. Dans un premier temps, il nomme sa synthèse Taiseiken ou Taisei Kenpô (Tai-sei-ken est la lecture japonaise des idéogrammes Ta-tch'eng-k'ïuan), puis Taikishisei Kenpô, avant de lui donner le nom définitif de Taikiken. Sawai délivra le titre de kyôshi à cinq de ses disciples : Yoshimichi Satô (gendre du fondateur et ancien pratiquant de Karaté Kyokushinkai), Akio Sawai (fils de Ken'ichi), Norisama Iwama (haut gradé en Karaté Shôrin-ryû), Hatsuo Rôyama (ancien responsable du Kyokushinkai aux côtés de Shôkei Matsui et fondateur du Kyokushin-kan) et le Hollandais Jan Kallenbach.

pour nous, c'était nouveau pour tout le Japon. J'avais le sentiment, qu'avec le Taikiken, je pouvais aller encore plus loin qu'avec le Kyokushinkai. Maître Sawai m'a enseigné quelque chose d'essentiel. Lui qui était si direct, m'a enseigné la souplesse de toute chose et m'a montré une perspective juste du Budo.

Il y a une histoire avec un taxi, non ?

Oui. Nous avions rendez-vous avec plusieurs élèves pour aller suivre un cours. Maître Sawai est arrivé en

taxi, il nous a salué et nous a dit qu'il ne ferait pas le cours. Puis il est reparti. Sur le moment, on n'a pas compris. Aujourd'hui, je sais ce qu'il a voulu nous dire : le véritable responsable de ton entraînement, ce n'est pas moi, c'est toi !

" EN 1986, J'AI REÇU LE DIPLÔME DE KYÔSHI "

Vous êtes devenu enseignant puis responsable du Taikiken pour l'Europe

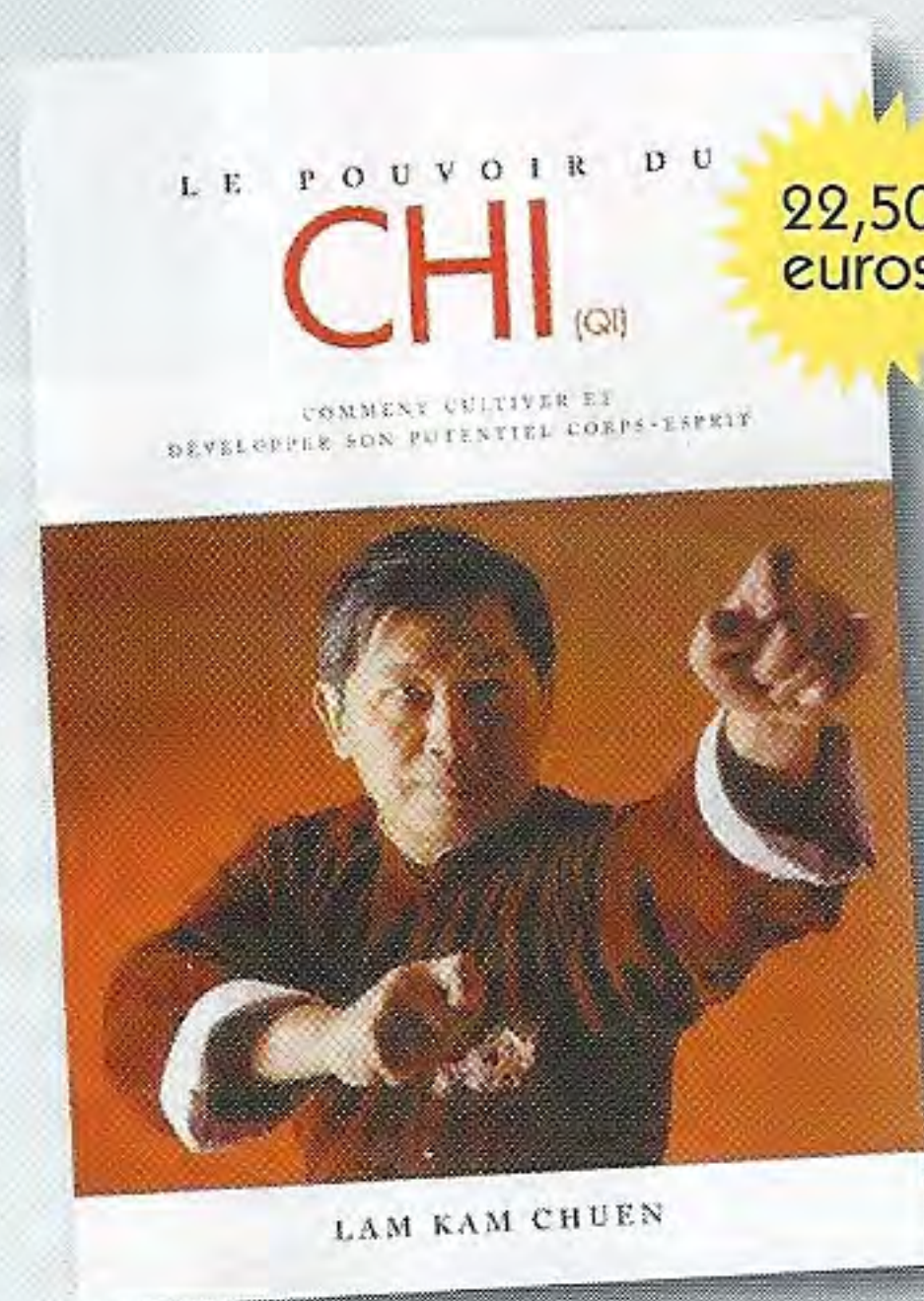
Quand je suis revenu en Hollande, j'ai continué dans le Kyokushinkai et, parallèlement, j'ai commencé à diffuser le Taikiken. Ce fut très difficile. En 1976, lors d'un nouveau séjour au Japon, j'ai reçu le titre de renshi des mains de Sawai. Il ne m'a pas donné ce diplôme pour que j'enseigne, mais pour que je continue de pratiquer. Je n'ai rien payé. Je précise que le diplôme en question est écrit de la main de Sawai. En 1978, j'ai arrêté d'enseigner le Kyokushinkai pour me consacrer davantage encore au Taikiken. En 1986, j'ai reçu le diplôme de kyoshi. Maître Sawai est décédé deux ans plus tard.

Dans votre dojo, il y a des photos de Donn Draeger !

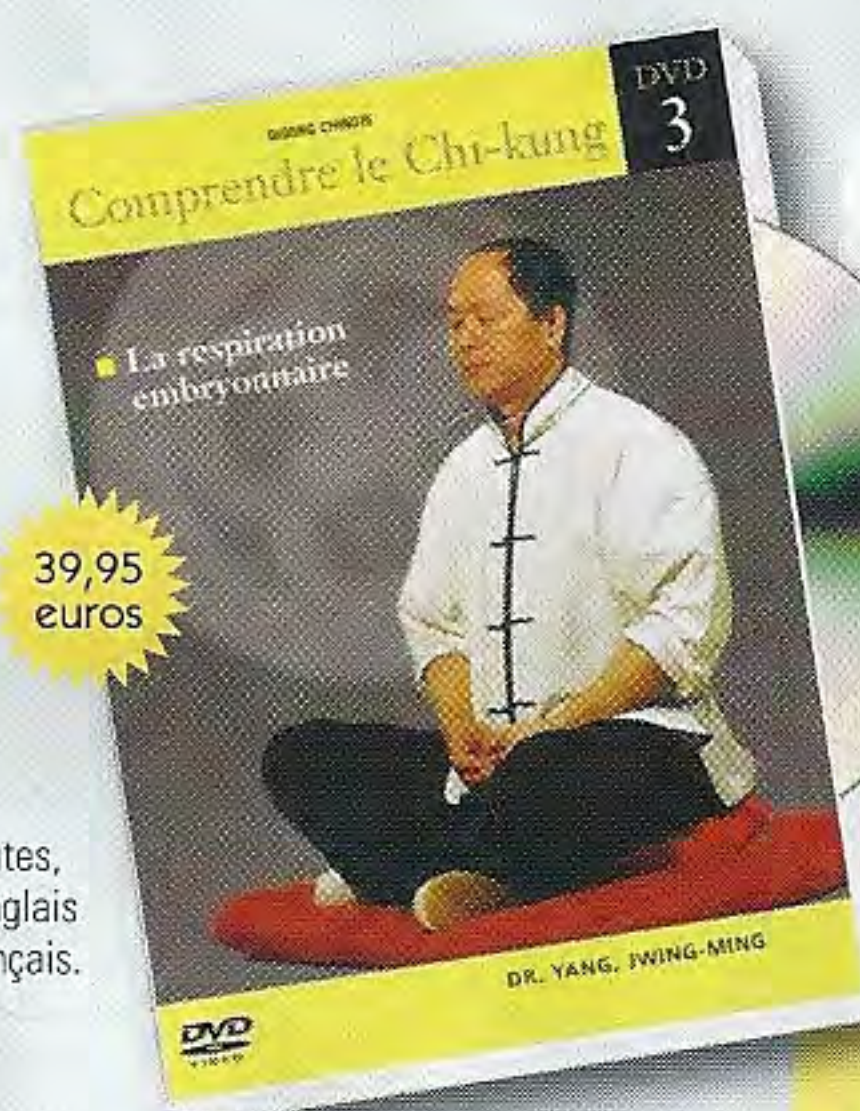
Oui, c'est grâce à lui que j'ai pu étudier les arts martiaux classiques du Japon. Le Jodo (escrime au bâton) de l'école Shindo-muso-ryu avec les maîtres Takaji Shimizu et Ichitaro Kuroda, le laido (l'art de dégainer le sabre) avec Kuroda et les techniques d'armes de l'école Katori sous la direction de Risuké Otaké. Draeger, c'était un modèle de perfection. *

Notes :

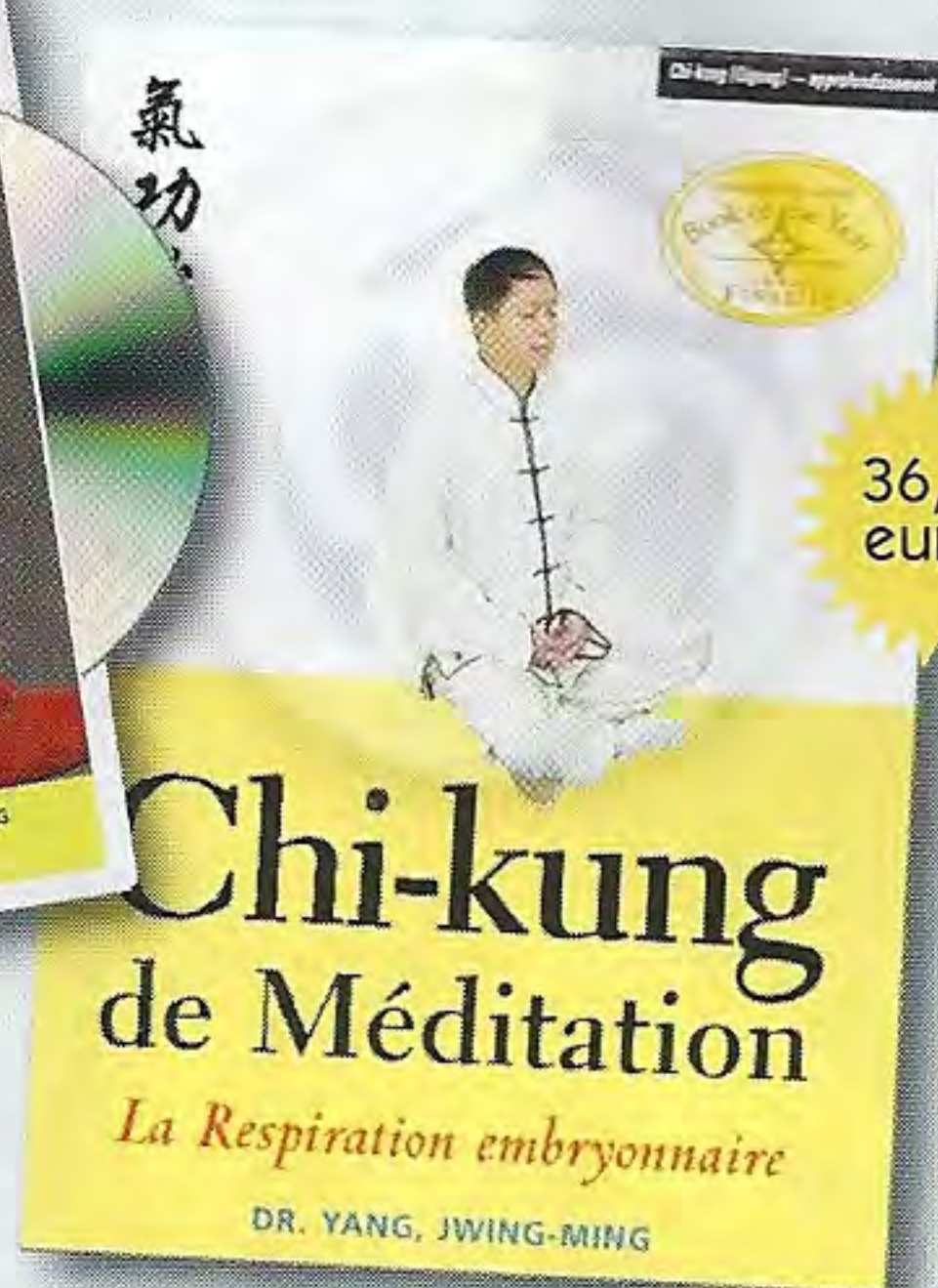
1. University of Physical Education, dans laquelle Jan Kallenbach a enseigné aussi pendant des années le Judo, la Self-défense et le Body Language.



16,5 x 23,5, 160 pages.
intérieur et couverture
en couleurs.



17 x 24, 432 pages.
intérieur noir et couverture
en couleurs.



Les techniques de développement personnel présentées dans ce livre sont traditionnellement pratiquées au sein des écoles d'arts martiaux mais les hauts niveaux d'énergie qu'elles génèrent peuvent aussi aider à transformer notre vie quotidienne. Elles permettent d'augmenter la forme, d'accroître les capacités cérébrales et d'augmenter notre résistance au stress.

Au fur et à mesure de votre lecture, vous découvrirez des instructions précieuses et clairement illustrées qui guideront vos premiers pas jusqu'à des niveaux avancés dont on n'avait pas fait état jusqu'ici en Occident. Maître Lam Kam Chuen vous apprendra comment utiliser le système des Cinq Énergies au plus haut niveau du *Da Cheng Quan*, ainsi que la façon de pratiquer les mouvements contrôlés qui, coordonnés aux postures essentielles, élèvent le niveau d'énergie corporelle à des hauteurs insoupçonnées.

Quel que soit votre niveau d'accomplissement, le travail de l'énergie que vous effectuerez grâce à ce livre vous permettra d'augmenter votre force interne et d'éveiller ce potentiel extraordinaire qui sommeille dans votre corps et dans votre esprit.

Pourquoi la « respiration embryonnaire » ? Au fur et à mesure que le présent ouvrage décrit les méthodes de respiration découlant des théories *Qi Gong* visant la santé et la longévité, sont évoquées des images liées à la respiration si naturelle et sans effort du bébé dans le ventre de sa mère. Toutefois, l'idée même de l'embryon porte en elle tout le potentiel physique, mental et spirituel de croissance et de développement vers l'illumination ultime. Après une révision des théories du *Qi* et de celles du *Qi Gong*, le Dr Yang traduit ces écrits et nous en offre des commentaires détaillés et essentiels afin que le lecteur moderne puisse pleinement apprécier les concepts contenus dans cet ouvrage. En tant que futur lecteur, vous êtes invité à respirer cette rare opportunité.

Sont présentés dans le DVD : La respiration du chi-kung, l'importance de la respiration, le chi supérieur et le chi inférieur, la régulation de la respiration, la respiration abdominale, la respiration normale, la respiration inversée, etc.

FRAIS POSTAUX

- 3 euros pour la France métropolitaine,
- supplément DOM +20% (du montant de la commande),
- TOM et étranger +30%



BUDO
Éditions

13 ch. plaine de chateauveau, 77123 NOISY-SUR-ÉCOLE
commande Tél. 01 64 24 70 38, Fax. 01 64 24 72 22, www.eveil.fr