

Montpellier, Loctudy, Nantes, Toulouse, Nancy...

HAPKIDO et HOSHINSOOL



Eric Lecam : le privilège d'assister le grand maître Lee Eun Jong

Le Maître a effectué en un temps record, quelques milliers de kilomètres pour répondre à un besoin, celui de parfaire les connaissances d'un grand nombre d'adeptes de la self défense, du Hapkido et du Hoshinsool sous toutes les formes. Des séminaires qui resteront encreés dans les mémoires des privilégiés !

Figure désormais incontournable auprès d'un nombre croissant d'artmartialistes, le Grand Maître LEE Eun Jong, 9^{ème} dan de Hapkido, séjourne en France à la demande du Grand Maître Kim Yong Ho afin de diffuser le Hapkido, une des méthodes de self-défense incluse au programme de la Commission Nationale de Mudo de la FFTDA.

Afin de promouvoir son art, Maître LEE, accompagné de son équipe, a entamé depuis octobre 2005 un véritable périple dans l'Hexagone et pour l'occasion, plusieurs associations se sont jointes à l'organisation de séminaires :

- A Montpellier du 7 au 9 octobre 2005 avec le Montpellier Taekwondo (MTKD)
- A Brest - Loctudy les 14 et 15 octobre avec le Dojo Loctudiste
- A Nantes le 16 octobre avec l'Association Nantaise de Hapkido Coréen (ANHC)
- A Toulouse du 3 au 5 mars 2006 avec le club Toulouse Ecole d'Arts Martiaux - Taekwondo (TEAM-TKD) et le Dojo Expression
- A Nancy du au Gymnase Chopin les 11 et 12 mars 2006

L'objectif était de permettre au plus grand nombre de prendre contact avec le Hapkido. Pour cette raison, les cours ont été rendus accessibles à tous les grades et à toutes les disciplines et des séances d'initiation furent également réservées aux enfants. Au total, ce sont environ 180 personnes qui ont pu profiter des enseignements de Maître LEE, qu'ils soient issus du Hapkido, du Taekwondo mais aussi du Judo, du Jujitsu ou d'autres arts martiaux.

Sur l'ensemble des séances, Maître LEE a insisté sur le travail des techniques de base, il a démontré l'efficacité et la simplicité de ces mouvements en expliquant dans le détail comment chaque technique devait être utilisée. Ont été abordés en priorité les exercices respiratoires, les coups de pieds bas, quelques frappes avec les mains et les coudes et surtout les chutes et les clés articulaires. Moment toujours très attendu par les stagiaires, le hoshinsool (self défense) a constitué une part importante des enseignements. Fidèle à sa réputation, Maître LEE a impressionné son auditoire par la vitesse de ses enchaînements et la puissance de ses mouvements, le tout avec une très grande simplicité et une réelle volonté de faire partager son savoir. Il est en effet rare de voir un maître se dépenser autant au cours d'un stage et de finir le cours avec un dobok complètement trempé de sueur. Il faut dire que Maître LEE, 52 ans, n'hésite pas à pratiquer lui-même l'ensemble des exercices, à tel point qu'à Montpellier, il a effectué une démonstration non stop de 45 minutes exposant une partie des techniques allant de la ceinture blanche au 1^{er} dan, en profitant

au passage pour « tordre », « projeter » et « percuter » son assistant dans les règles de l'art. Les spectateurs en sont restés muets d'admiration devant un tel éventail de clés, de frappes, de balayages...réalisés avec tant d'énergie et de précision.

L'enseignement de Maître LEE est très riche et structuré, ainsi les élèves apprennent dans un 1^{er} temps à effectuer les saisies avant d'apprendre à s'en défaire. Pour le maître, il faut d'abord comprendre ces mécanismes pour ensuite réaliser des clés efficaces. La compréhension prime sur l'accumulation de techniques non maîtrisées.

L'arsenal de base est composé de cinq clés qui peuvent être appliquées dans toutes les situations : contre une saisie au poignet, au dobok, à la ceinture, face à un coup de poing...

- **KAL NOKI** : technique du « sabre de main » appliquée au niveau du triceps avec déplacement circulaire
- **MYOKSAL KOKI** : clé de coude exercée avec le poids du corps simultanément avec une torsion du poignet
- **PUCHAE YON KOKI** : clé de poignet en forme de « bec de canard » ou « d'éventail »
- **YON HAENG SUL** : technique de police permettant la maîtrise de l'adversaire au niveau du coude et du poignet pour le conduire jusqu'au poste de police si nécessaire
- **HOE JON KOKI** : mouvement circulaire permettant une projection ou un contrôle articulaire du coude avec déséquilibre de l'adversaire

avec un grand "H" !

Par la suite aucune technique n'est isolée, des enchaînements plus complexes sont abordés, enrichis des percussions, clés et projections étudiés au fur et à mesure mais toujours en ayant à l'esprit le soucis de l'efficacité et de l'intelligence du combat, c'est-à-dire savoir s'adapter à l'adversaire et rationaliser ses mouvements.

Le maître a insisté sur l'importance d'une pratique régulière (« too much vacances », trop de vacances a-t-il déclaré, moitié en anglais moitié en français, provoquant une certaine hilarité), sur la nécessité de ressentir les techniques et pas seulement de connaître des gestes. Enfin il a expliqué ce qu'était le HapkiMudo, à savoir une discipline authentique où la notion de MUDO est essentielle, c'est-à-dire une pratique martiale efficace (MU signifie technique de combat) accordant une place importante à l'esprit (le DO, la voie). Pour Maître LEE Eun Jong, le HapkiMudo est une réponse face à la dérive de nombreuses disciplines, y compris en Corée, qui ne s'orientent plus que vers la dimension sportive, le jeu ou le spectacle. C'est donc une forme de Hapkido qui se conçoit comme un véritable retour aux sources de l'art martial. Pour souligner ce caractère authentique, Maître LEE insiste sur le principe du « MUDO JONG SHIN », c'est-à-dire « la droiture d'esprit des arts martiaux. »

Au cours de ses « excursions », Maître LEE a ainsi pu faire connaissance avec des élèves et des professeurs qui ont parfois fait de longs



Loctudy



Loctudy

de quelques démonstrations ou de cours particuliers. Puis ce furent également de longues discussions portant sur l'esprit des arts martiaux, l'évolution des disciplines ou bien encore la recherche et la compréhension de l'énergie vitale, le fameux « Ki. » Après de tels échanges, c'est à regret, pourtant physiquement épuisés, que nous dûmes laisser Maître LEE retourner sur Paris. C'est pourquoi les rendez-vous sont déjà pris pour de nouveaux stages car nombreux sont celles et ceux qui attendent avec impatience de revoir un tel maître.



Montpellier

d'esprit et la volonté d'apprendre des Bretons car il y avait parmi eux de nombreux judokas qui découvraient pour la première fois les arts martiaux coréens. Quant aux Nantais, ils firent preuve d'une certaine qualité technique que Maître LEE ne manqua pas de remarquer. La présence parmi les Toulousains de certains membres de l'Equipe de France Technique fut tout particulièrement appréciée, preuve d'une vraie soif d'apprendre, quel que soit le niveau.



Montpellier

déplacements afin de le rencontrer, venant de Perpignan, Tarbes, Rennes, Brest, Lorient et Lyon. A l'occasion de ces rencontres, le maître a pu apprécier la rigueur et le dynamisme des pratiquants du Sud avec une mention spéciale pour les enfants du MTKD chez lesquels Maître LEE a noté « the eye of the tiger » (l'œil du tigre). Il a également aimé l'ouverture

L'accueil réservé au maître, chaque fois, a été la hauteur d'un tel hôte : de nombreux cadeaux, de délicieuses spécialités locales légèrement arrosées... et nous eûmes droit aussi, à la rencontre avec les autorités locales, de quoi vous de laisser un souvenir impérissable. Cette générosité de la part des clubs d'accueil ne fut que la contrepartie de celle du maître, qui outre ses conseils techniques et son investissement physique, a su distiller une bonne humeur communicative, faisant preuve d'une extrême gentillesse appréciée de tous, cela malgré des clés qui ont réveillé les articulations de certains stagiaires. Et, entre deux cours, Maître LEE pourtant très discret, s'est parfois laissé aller à quelques confidences. C'est ainsi que nous avons appris qu'il fut « Air Marshall » (une sorte d'agent anti-terroriste à bord des avions) pour la Korean Airlines, qu'il est également 8^{ème} dan de Kyuk Tou Gi (kick boxing coréen) et expert de Kumdo, nous gratifiant parfois

M^{re} Lee Eun Jong

né à Séoul le 12/07/1954.
Marié, il est père de
2 filles de 15 et 19 ans.

- C'est un adepte et pratiquant de haut-niveau de Gyuk Tou Ki (kick-boxing coréen).
- Le style de Hapkido qu'il pratique est le Jung Tong Mudo qui signifie « style original de projection dynamique ».
- A été instructeur de Hapkido auprès du GB de la 9^{ème} armée US à Séoul entre 1978 et 1981.
- A été Air-Marshall (unité anti-terroriste embarquée) pour la Korean Air entre 1981 et 1990.
- A été chef de l'équipe de démonstration de la Korean Hapkido Fédération en tournée en Russie, Australie, USA et Japon.

SYNOPSIS

Montpellier, Loctudy, Nantes, Toulouse, Nancy...

Enfin NANCY... avec des adeptes plus chanceux, ils ont eu droit à un package de Grands !

Organisé par le Comité Régional de Lorraine présidé par M. Michel d'Hiver sur l'initiative de Claude Mokwinski, les 2 journées ont fait le « plein ». Il a fallu pousser un peu les murs du tout nouveau Gymnase CHOPIN à Nancy pour loger les 167 participants qui se sont pressés sur les 2 jours pour suivre l'enseignement des maîtres Me Kim Yong Ho, Lee Eung Jong et le vénérable Kim San Tae qui ont fait le déplacement.

Il revenait au vénérable Kim San Tae de développer la conscience et la force intérieure. La conscience passe par la découverte de soi. Le maître a donc guidé son audience sur le chemin de l'éveil, de la curiosité, indispensable dans l'apprentissage des arts martiaux. « Qui sommes-nous ? ». « Quelle est la couleur de l'univers ? ». Pour M^o Kim San Tae : « nous sommes ce que nous voulons être et l'univers peut avoir la couleur que nous souhaitons ». La voie de l'harmonie est celle qui nous libère de nos contraintes et de nos a priori.

La méditation amène à la force intérieure. Comment y arriver ? Une contrariété familiale, un conflit professionnel peut occasionner des troubles de santé : maux de tête, malaises, gonflement de l'estomac, agressivité... Cela signifie que des « agressions » non physiques peuvent avoir un impact sur notre condition physique et mentale. La méditation a pour objectif de gérer cette situation, permettant de ramener la « sérénité » et le « calme » au pratiquant ou au compétiteur, lui apportant ainsi - par exemple - une lucidité dans ses tactiques défensives ou offensives.



Nantes



Toulouse



Toulouse

M^o Kim a voulu profiter de ce contact avec les Lorrains et Alsaciens pour développer et expliquer sa conception du « DO » avec une série d'exercices permettant d'éveiller le « Dan Jeon » qui sommeille en chacun de nous : coups de poings en position assise ou sur la pointe des pieds sans les appuis habituels (« se libérer de ses contraintes et de ses habitudes »).

Puis s'en est suivie une série d'exercices d'assouplissements qu'on rencontre peu dans les clubs : combinaisons du « Yeop cha



Pour terminer, quelques remerciements aux personnes qui ont permis que ces stages puissent se dérouler dans les meilleures conditions et dont l'accueil fut très chaleureux :

- A Montpellier, Daniel FORMICHI et l'équipe du MTKD ;
- A Loctudy, MM. Yves LE BOHEC et Louis GUIZIOU du Dojo Loctudiste
- A Nantes, Christophe HUE et les élèves de l'ANHC ainsi que Yannick MARTIN du Taekwondo Dojang La Similienne ;
- A Toulouse, Jamal EZZEDINE et Philippe MONTOSI du TEAM-TKD Bernard MARIN et Hamid FILAU du Mudo
- Et enfin Martine et Claude HIVERT, Xavier NOZACMEUR et Alain DRAMARD des Dragons de Champcueil qui ont accompagné Maître LEE dans ses déplacements et l'ont épaulé lors des stages
- A Nancy, Claude Mokwinski membre du comité directeur de la FFTDA et à Michel d'Hiver président de région

NB : Maître LEE EUN JONG sera à Montpellier les 7 et 8 mai pour une série de stages dans le cadre d'un séminaire Taekwondo - HaeDong Kumdo - Hapkimudo

Ce qu'ils ont dit après...

Yves LE BOHEC - Président du Dojo de Loctudy

« Le stage a vraiment été un moment très fort, et nous sommes heureux que tout se soit bien passé. Le Maître nous a impressionné, autant par ses compétences que par sa gentillesse. »

François LEPINAY - Elève du Hapkido Club Montpellier

« Je me suis régalé à voir un grand maître si généreux en enseignement, mais aussi à pratiquer sous sa direction. Pour moi c'était la première fois et je l'espère, pas la dernière. »

Yannick MARTIN - Professeur du Dojang Taekwondo Nantes la Similienne

« Mes élèves ont été impressionnés de voir maître Lee Eun Jong. Ils ont aussi été attirés par ce personnage impressionnant autant par sa rapidité, sa technique, son homogénéité dans son enseignement. Ce fut une synthèse des éléments de base de self-défense très appréciée. Moi même je fus heureux de cette journée. »

Bernard MARIN - Professeur du Taekwondo Modern Club Toulouse et Responsable Mudo Midi-Pyrénées

« En ce qui me concerne, j'ai été très heureux de vous recevoir et très impressionné par le Hapkimudo. Je vous souhaite une bonne continuation... »

Claude MOKWINSKI professeur

« Du bonheur, que du bonheur pour tous les stagiaires car disposer de tels maîtres le temps d'un week-end a été pour nous un privilège !

Vint la partie HapkiMudo avec Me Lee qui a démontré les différences techniques avec les autres styles de Hapkido. Ainsi les soumissions par clé du haut vers le bas semblent plus efficaces contre des adversaires musclés que les soumissions par rotation. De même, les diverses techniques de chute utilisent les 2 mains comme « ressort » pour amortir la roulade, plutôt que la roulade sur l'épaule. Dans des conditions réelles, (sur un sol dur et non plus un tapis), cette méthode limiterait les blessures.

De même, le HapkiMudo utilisait beaucoup moins la force que le Judo pour exécuter les techniques de projection.

Eric LECAM rens : 06 03 08 28 08
Eric_lecam@yahoo.fr

1 - Membre du comité directeur de la FFTDA et président de la Commission Nationale de la pratique pour le plus grand nombre.

2 - Le Ki ou force interne des arts martiaux qui se situe en dessous du nombril.

« OI-higi ». Sur les exercices de coup de pied avant, Me Kim insiste sur le dégagement des épaules et de la hanche, ainsi que l'utilisation des bras pour maintenir son équilibre.

