

LA CHARTE DU KARATEKA

➤ LE KARATE

La pratique du karaté vise l'épanouissement physique et psychique de l'individu. Sa recherche d'intégration et d'adaptation sociale s'exprime au travers de son code moral qui prône : le sens de l'honneur, la fidélité, la sincérité, le courage, la bonté et la bienveillance, la droiture, le respect, la modestie et l'humilité, le contrôle de soi. Pour les enfants, il vise à canaliser leur agressivité naturelle pour la transformer en une combativité contrôlée et créative.

Quelle meilleure base pour le chemin de la vie ? La pratique régulière du karaté permet un développement harmonieux du corps et de l'esprit, ainsi que l'acquisition de nouveaux réflexes et d'une coordination.

➤ L' ENSEIGNANT ...

L'enseignant s'engage à :

- Considérer de façon égale et équitable tout pratiquant, indépendamment de critères sociaux, raciaux ou religieux.
- Donner le meilleur de ses capacités pédagogiques et de son savoir-faire technique.
- Garantir l'intégrité physique des pratiquants et réduire autant que possible les risques de blessure.
- Constamment chercher à élever le niveau technique, physique, moral et mental des élèves.
- Délivrer les grades de façon rigoureuse, sans complaisance ni sévérité excessive, en fonction du niveau réel de l'élève.
- Connaître et prendre en compte les spécificités éventuelles de chacun, tout en respectant les objectifs du groupe.
- Observer les préceptes du Karaté-Do.

➤ LE PRATIQUANT ...

Le pratiquant s'engage à :

- Se présenter à l'entraînement dans un bon état d'hygiène physique et morale.
- Respecter le dojo, les pratiquants, les enseignants et les seniors.
- Donner sincèrement le meilleur de soi-même sans calcul, réserve ni arrière-pensées d'aucune sorte.
- Laisser ses soucis, préoccupations et désirs personnels à l'extérieur du dojo.
- Présenter à l'entraînement un état d'esprit positif, déterminé mais sans orgueil, passion ou humilité excessive.
- Ne pas vouloir dominer ses partenaires, mais chercher à les faire progresser avec soi.
- Accepter et prendre en compte les remarques et conseils de l'enseignant et des seniors.
- Observer les préceptes du Karaté-Do.

➤ LES 20 PRECEPTES DE LA VOIE DU KARATE (Gishin Funakoshi)

1. Il ne faut pas oublier que le karaté commence et fini par le salut
2. En karaté on ne prend pas l'initiative de l'attaque

3. Le karaté est un complément de la justice
4. Connais-toi d'abord toi même, ensuite connais les autres
5. En art, l'esprit importe plus que la technique
6. L'important est de garder son esprit ouvert sur l'extérieur
7. Le malheur provient de la paresse
8. Ne pense pas que l'on fasse du karaté seulement dans le dojo
9. L'entraînement en karaté se poursuit tout au long de la vie
10. Vois tous les phénomènes à travers le karaté et tu trouveras la subtilité
11. Le karaté est comme l'eau chaude, elle refroidie dès qu'on cesse de la chauffer
12. Ne pense pas à gagner mais pense à ne pas perdre
13. Change selon ton adversaire
14. L'essentiel en combat est de jouer sur le faux et le vrai
15. Considère les membres de l'adversaire comme autant de sabres
16. Dès qu'un homme franchit la porte d'une maison, il peut se trouver face à un million d'ennemis
17. Prends la garde comme un débutant, ensuite tu peux te tenir naturellement
18. Il faut exécuter correctement les katas, ceux-ci sont différents du combat
19. N'oublie pas la variation de la force, la souplesse du corps et le rythme dans les techniques
20. Pense et élabore toujours

Considéré et pratiqué en tant que technique guerrière, l'enseignement était souvent tenu secret et chaque école conservait jalousement les techniques les plus efficaces, qui n'étaient transmises que de maître à disciples. L'enseignement du karaté en tant que Budo (la voie du combat) se concrétisa par l'adjonction du suffixe do qui exprimait ainsi qu'il n'était pas seulement une technique guerrière, mais aussi et surtout une voie d'épanouissement physique et spirituelle.

