Dominique Valéra, 9e Dan de Karaté de la Fédération Française De Karaté et Disciplines Associées 9e Degré de Full Contact

ENSEIGNER UN ART DE VIE

Dominique Valéra (né le 18 juin 1947 à Lyon) est un karatéka français, 9e dan de karaté et 9e degré de full-contact. Champion du monde de Karaté par équipes en 1972, il se consacre au full contact à partir de 1975 et lance cette discipline en Europe. Puis il crée le Karaté Contact, qu'il dirige aujourd'hui au sein de la FFKDA.

Attaque du coup de pied circulaire Mawashi-Geri de Dominique Valéra sur Serge Chouraqui.

Pour Dominique Valéra : « Un karaté uniforme pour tous ne m'intéresse pas ! Par contre, être capable d'enseigner et de divulguer un karaté différent suivant la morphologie, l'âge et les motivations de chacun... ça , ça m'intéresse ! Car un pratiquant qui s'ennuie dans sa pratique est une personne que l'on perdra à plus ou moins longue échéance. »

Dragon Magazine : Qu'est ce qu'un maître de karaté ?

ue Valera : C'est comme un spé-
ans le domaine juridique, en pein-
musique ! Là en l'occurrence,
Arts Martiaux. C'est une per-
ui a acquis beaucoup d'expé-
de technique, et qui peut se
e d'enseigner son savoir aux au-
esseurs et élèves, en n'étant de
on qu'un maillon d'une immense
humaine de spécialistes de
ed. Il ne divulgue pas seulement
, mais un code de vie.

Quelle différence entre un maître de karaté japonais et un maître de karaté occidental ?

D. V. : Les Maîtres japonais nous ont enseigné des techniques de poings et de pieds, alors que les Maîtres de karaté français enseignent un art de vivre avec des valeurs et des fondamentaux qui correspondent à notre système de vie.

D. M. : Un maître de karaté doit-il transmettre intégralement et exclusivement ce qu'il a appris, ou doit-il le transformer ?

D. V. : Il existe les deux, c'est à dire celui qui transmet par mimétisme, ne voulant en aucune façon dénaturer ses acquis, et celui qui apporte sa pierre à l'édifice ajoutant sa touche personnelle, surtout dans les interprétations techniques pour correspondre davantage à l'époque dans laquelle on vit.

D. M. : L'enseignement d'un maître s'arrête-t-il aux portes du dojo ?

D. V. : Je pense que c'est un code de vie personnel mais qui doit rester en accord et en harmonie avec les autres. Dans mon enseignement par exemple, j'explique qu'au dojo, toute l'année, nous sommes ›

ue Valera : C'est comme un spé-
ans le domaine juridique, en pein-
musique ! Là en l'occurrence,
Arts Martiaux. C'est une per-
ui a acquis beaucoup d'expé-
de technique, et qui peut se
e d'enseigner son savoir aux au-
esseurs et élèves, en n'étant de
on qu'un maillon d'une immense
humaine de spécialistes de
ed. Il ne divulgue pas seulement
, mais un code de vie.

Quelle différence entre un maître de karaté japonais et un maître de karaté occidental ?

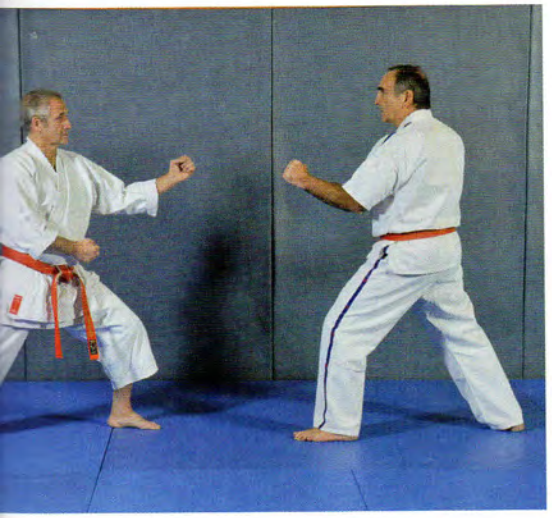
D. V. : Les Maîtres japonais nous ont enseigné des techniques de poings et de pieds, alors que les Maîtres de karaté français enseignent un art de vivre avec des valeurs et des fondamentaux qui correspondent à notre système de vie.

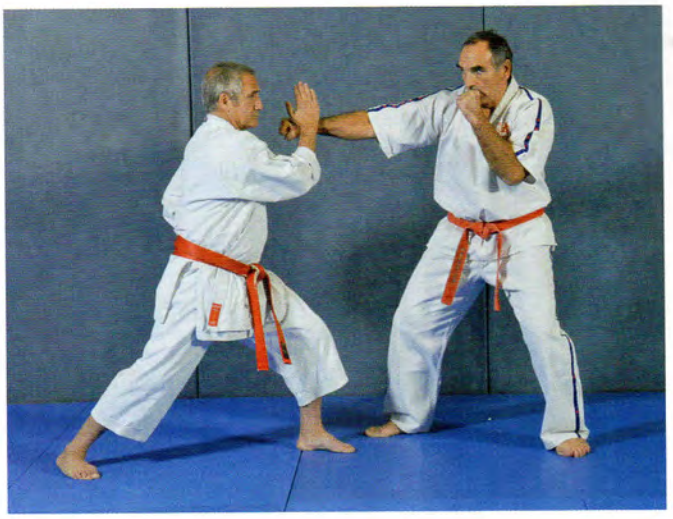
D. M. : Un maître de karaté doit-il transmettre intégralement et exclusivement ce qu'il a appris, ou doit-il le transformer ?

D. V. : Il existe les deux, c'est à dire celui qui transmet par mimétisme, ne voulant en aucune façon dénaturer ses acquis, et celui qui apporte sa pierre à l'édifice ajoutant sa touche personnelle, surtout dans les interprétations techniques pour correspondre davantage à l'époque dans laquelle on vit.

D. M. : L'enseignement d'un maître s'arrête-t-il aux portes du dojo ?

D. V. : Je pense que c'est un code de vie personnel mais qui doit rester en accord et en harmonie avec les autres. Dans mon enseignement par exemple, j'explique qu'au dojo, toute l'année, nous sommes ›





Dominique Valéra réalise l'enchainement suivant : attaque oï -tsuki, coup de poing direct en avançant, bloqué par Serge Chouraqui, puis se désaxe et attaque d'un coup de pied circulaire mawashi geri de la jambe arrière.

s cours doivent être variés, olutifs, ludiques, sinon, les ants qui sont quand même elève et l'avenir, fèreront la Play Station et jeux vidéo

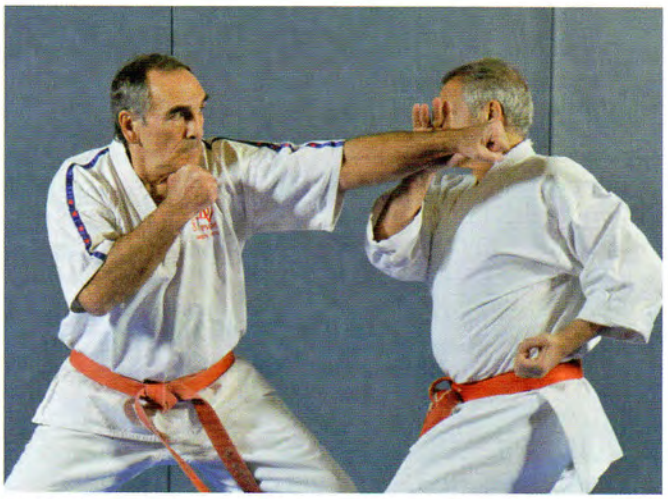
l'un avec l'autre, et que le temps très court des compétitions, nous sommes l'un contre l'autre.

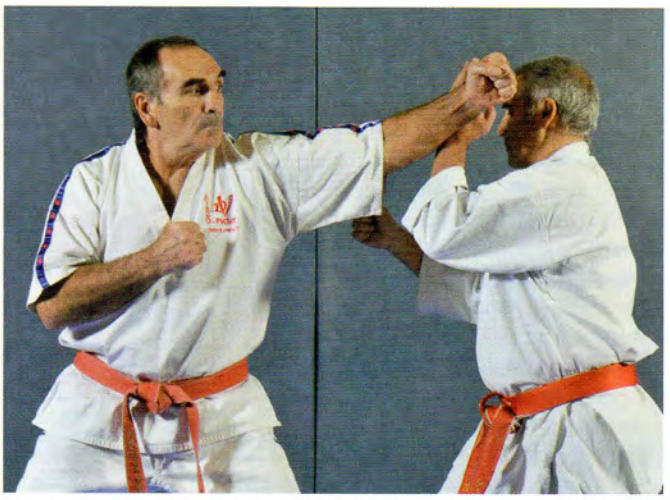
D. M. : Avez -vous suivi un maître ?
D. V. : Non, j'ai suivi des profs différents qui m'ont apporté de ce fait différents choses, mais pas de maître. Je me souviens de la gentillesse de Maître Oyama à Tokyo, et le formidable accueil de Tani Senseï à Kobé. J'ai aussi rencontré très tôt Maître Hiroo Mochizuki, puisqu'il m'a fait

Dominique Valéra réalise une attaque ura-mawashi geri.

passer ma ceinture noire en 1964. Il est devenu un grand frère martial 50 ans après. Il m'a suivi dans tout mon parcours, mes recherches, surtout depuis les évènements de Long Beach, en 1975, ou il comprit parfaitement mon problème avec certains traditionalistes japonais qui voulaient mettre une barrière à mon ascension dans la hiérarchie du karaté mondial de la WUKO. Celle- ci n'était dirigée à l'époque que par les Japonais.

D. M. : Quel sera l'état du karaté dans 20 ans, et quel aura été votre empreinte ?
D. V. : Dans 20 ans le karaté se pratiquera de moins en moins, si on reste sur un enseignement qui ne correspond plus à la réalité de la vie, et à notre société. Les cours doivent être variés, évolutifs, ludiques, sinon, les enfants qui sont quand même la relève et l'avenir, préféreront la Play Station et les jeux vidéo.
J'aurai eu au moins le courage de sortir du troupeau pour ne plus être un mouton qui pratique une discipline de combat qui ne correspond plus à notre époque. Un karaté uniforme pour tous ne m'intéresse pas ! Par contre, être capable d'enseigner et de divulguer un karaté différent suivant la morphologie, l'âge et les motivations de chacun... ça , ça m'intéresse ! Car un pratiquant qui s'ennuie dans sa pratique est une personne que l'on perdra à plus ou moins longue échéance.





Technique de bras réalisée par Dominique Valéra selon la forme du karaté contact, le bras arrière étant en protection : kisami-tsuki coup de poing direct avant, uraken attaque fouetté.