



[Accueil](#) | [Forum](#) | [Chercher un club](#) | [Wikimartial](#) | [Boutique](#)



Interview de Pascal Plée

S'abonner à la newsletter de Webmartial

Chaque mois, l'actualité des arts martiaux et des sports de combat dans votre email !

Votre email :

[S'abonner](#)

[Ajouter un commentaire](#)

 **Boutique Webmartial** - Équipements d'arts martiaux / sports de combat en direct de Chine



Tenues de
Tai Chi / Kung Fu
personnalisées
haut de gamme

(Mise en ligne le 17/10/2001)



Pascal Plée est 6e Dan de Karaté. Il est le fils aîné de Maître Henry Plée. Il commença à pratiquer les Arts Martiaux à l'âge de 5 ans par le Judo et le Karaté à l'âge de 8 ans. Passionné par les Arts Martiaux japonais et chinois, il enseigne le Karaté, le Kung-Fu et le Taijiquan. Il représente en France Maître Yang Jwing Ming, expert en Arts Martiaux chinois et en Qigong.

• **Webmartial : Pouvez-vous vous présenter ?**

Pascal Plée : Je suis le fils aîné d'Henry Plée. J'ai commencé à pratiquer les arts martiaux le Judo à l'âge de 5 ans. Mon père m'a ensuite dirigé vers le Karaté (Shotokan) à l'âge de 8 ans. J'ai pratiqué également d'autres styles et disciplines comme le Karaté Goju-ryu et le Kendo entre 13 et 17 ans. J'ai commencé les arts chinois à l'âge de 30 ans avec le Tai-chi Chuan (Yang), le Kung-Fu (styles du Long Poing et de la Grue Blanche) et le Qigong. J'enseigne depuis que j'ai 17 ans et j'ai maintenant 43 ans.

• **Webmartial : Qu'elle est votre philosophie des arts martiaux ?**

Pascal Plée : Aujourd'hui, le besoin d'utiliser les techniques martiales pour se défendre de la vie de tous les jours est pratiquement inexistant par rapport aux temps anciens. S'entraîner uniquement dans un esprit d'autodéfense ne me paraît pas justifié. Je considère la pratique des arts martiaux comme un moyen de se sentir bien dans son corps et dans sa tête, d'être en harmonie avec les règles de la nature, de progresser spirituellement, de se maintenir en bonne santé et de se défendre si besoin est.

• **Webmartial : Quels sont les artistes martiaux vous ayant le plus impressionné ?**

Pascal Plée : Lorsque je regarde quelqu'un pratiquer, je m'intéresse à ce qui se trouve au-delà de son mouvement et non à l'apparence. Ce qui se dégage d'un mouvement vient de l'intérieur. Je connais peu de gens personnellement, mais j'ai apprécié les démonstrations de M. Christian Tissier en Aikido, M. Kubota en Karaté, M. Jean Frenette en Karaté artistique et en Karaté traditionnel, M. Obata en coupe de sabre japonais. L'artiste qui m'impressionne pour son savoir est M. Yang Jwing Ming avec qui je pratique les arts chinois régulièrement.

• **Webmartial : Votre pratique des arts chinois influence-t-elle votre karaté et en quelle manière ?**

Pascal Plée : Il faut comprendre que je suis à la recherche du mouvement juste, logique et applicable. Certains mouvements ou certaines façons de les faire me semblent parfois illogiques dans la pratique du Karaté. Au début de mes recherches, je ne comprenais pas pourquoi certains blocages n'arrivaient pas à bloquer les attaques de mon partenaire alors je faisais le mouvement comme on me l'avait demandé. Je ne comprenais pas également pourquoi personne n'utilisait les mouvements des kata dans les combats libres ou les compétitions alors qu'on me disait que le kata est un combat contre plusieurs adversaires. J'ai alors commencé à chercher la raison de tel ou tel mouvement, à appliquer tel ou tel mouvement d'un kata, on ne parlait pas de Bunkai à l'époque (application des mouvements dans un kata). Certains exercices classiques n'étaient pas logiques pour tel mouvement mais s'appliquaient bien à un autre. En rencontrant Maître Yang Jwing Ming en 1987, j'ai eu un dialogue similaire à celui de mon père, une direction similaire à celle de mes recherches, des réponses ou des confirmations à mes questions. Persuadé qu'il fallait modifier ma pratique du Karaté, je continuais quand même à enseigner un Karaté classique pour ne pas dérouter mes élèves et pour ne pas être différent des autres, tandis que je pratiquais mes arts chinois (Kung-Fu du long poing, Kung-Fu de la grue blanche, Taijiquan, Tuishou, Qin na et Qigong). Plus j'avancais dans mes recherches et plus j'avais l'impression de mentir à mes élèves de Karaté. Progressivement, j'ai enseigné différemment au risque de les perdre. Mon Karaté actuel n'est pas saccadé comme le Shotokan que je vois à l'extérieur et j'utilise mon dos (colonne vertébrale, épaules) dans mes mouvements. Mes mouvements sont rapides sans toutefois faire claquer mon kimono. Mes mouvements sont naturels. Je n'ai pas le sentiment de détériorer le Karaté pour en faire un à la sauce Pascal. J'ai plutôt le sentiment de retrouver le Karaté ancien que nous avons perdu progressivement.

• **Webmartial :** Avez-vous fait de la compétition étant plus jeune ? Si oui, quelles leçons en tirer ? Si non pour quelles raisons ?

Pascal Plée : J'ai commencé le Karaté à l'âge de 8 ans dans des cours pour adultes. Il n'y avait pas de cours adapté à mon âge et le mauvais contrôle de mes partenaires plus âgés lors de combat me faisait préférer les kata. D'autre part, je n'aime pas me mettre en avant et n'ai pas l'esprit de compétition quel qu'il soit. J'aime progresser pour moi-même. Également, les règles de compétitions ne favorisent pas la pratique en conservant la richesse des techniques de l'art martial. Comprenez que les techniques martiales ont été faites pour tuer. Je ne vois pas comment les pratiquer en compétition. En ce qui concerne la compétition technique, les règles ne correspondent pas à des critères esthétiques et les mouvements me paraissent difficilement applicables en combat. Ces règles ne favorisent pas la différence d'opinion. C'est un monde fermé.

• **Webmartial :** Avez-vous déjà ressenti le besoin de vous forger une identité propre, vu la renommée de votre père ? Comment ?

avez-vous tenté de suivre ses traces ?

Pascal Plée : Au début, je me faisais un devoir de suivre ses traces comme un fils reprend le travail de son père. Je n'ai pas ressenti le besoin d'avoir ma propre identité, mais j'ai la mienne et il m'a fallu la développer pour ne pas être en conflit avec moi-même. C'est en continuant mon évolution qu'une véritable vocation s'est déclarée. Je ne suis pas un passionné au sens où on peut l'entendre, il m'arrive de parler et de penser à d'autres choses que des arts martiaux. Mais je sais que maintenant les arts martiaux font partie de ma vie et que l'enseignement est ma vocation. Je remercie Henry Plée d'être son fils, cela m'a permis de vivre dans le milieu des arts martiaux depuis mon enfance et je suis heureux d'avoir repris son club.

• **Webmartial :** L'actuel Doshu de l'aïkido dit que « son art » est avant tout un budo de communication ? Qu'en pensez-vous ?

Pascal Plée : Je pense que tous les arts martiaux sont un moyen de communication. Que ce soit pendant la pratique avec ses partenaires, en enseignant ou lors de stages internationaux, peu importe l'origine de la personne avec qui l'on pratique, nous parlons le même langage. L'évolution de l'être humain passe par la communication et je pense que l'art martial est un moyen d'évoluer.

• **Webmartial :** La pratique d'un art martial est souvent semée d'embûches (moins de 5% des élèves deviennent professeurs un jour), qu'elles seraient les recommandations à faire aux pratiquants, débutants et avancés qui voudraient aller plus loin dans la pratique ?

Pascal Plée : Le fait que peu de pratiquants deviennent professeurs un jour n'est pas dû aux embûches, tout le monde n'a pas l'envie de devenir professeur. Le fait que peu de pratiquants continuent longtemps est compréhensible car il faut faire des sacrifices pendant des années pour s'entraîner. Ce n'est pas évident si l'on veut aussi une vie de famille, des enfants, aller au cinéma et au restaurant. Le conseil que je peux donner aux pratiquants et futurs professeurs c'est de trouver une discipline qui leur donne du plaisir, c'est très important. De trouver le professeur qui correspondent à leurs attentes, quitte à changer ensuite lorsque les attentes évoluent. De réfléchir au temps qu'ils ont envie d'investir dans leur pratique en prenant en compte leur situation. De pratiquer régulièrement comme si cela fait partie des choses de la vie comme manger, dormir ou se laver (la pratique de l'art martial permet de se laver de l'intérieur). Pour les pratiquants avancés, ne jamais être satisfait et avoir toujours envie d'apprendre.

• **Webmartial :** Comment voyez-vous les principes Okuden révélés par votre père ? Sont-ils compatibles avec votre pratique, les intégrez-vous dans votre enseignement ?

Pascal Plée : Les principes okuden de mon père permettent de guider le pratiquant dans son évolution. Tout n'est pas à prendre à la lettre, c'est une question de mesure. Je cherche à

évoluer et à faire évoluer mes élèves, si un principe okuden correspond à mes recherches, l'incorpore dans mon enseignement.

• **Webmartial :** Comment avez-vous vécu votre année au japon auprès de maître Toguchi et comment avez-vous intégré les éléments du goju-ryu dans votre pratique du shotokan ?

Pascal Plée : Mon séjour au Japon, vivre dans le Dojo et avec la famille de Maître Toguchi a permis de comprendre la tradition et les manières des Japonais a été essentiel pour me guider dans mes recherches sur le Karaté. La tradition de chaque pays est ce qui fait la différence entre une discipline et une autre. Ma pratique des arts martiaux chinois me permet d'enrichir mon Karaté mais mon Karaté n'est pas chinois. Je dois cela à mon séjour au Japon. Le Goju-Ryu a des principes opposés à ceux du Shotokan et le complète par le combat à courte distance, les blocages et les contre-attaques avec les mains ouvertes. Dans mon enseignement, j'incorpore des éléments de ce style que j'enrichis par mes connaissances en Kung-Fu de la Grue Blanche qui est à l'origine du Karaté d'Okinawa. Je suis partisan d'un Karaté aux larges possibilités, riche de techniques et de sensations.

• **Webmartial :** Est-il possible pour un débutant de pratiquer plusieurs arts martiaux de front ?

Pascal Plée : Pratiquer plusieurs disciplines ne pose aucun problème si l'on sépare chaque discipline dans son apprentissage. Chaque discipline a une sensation propre qui correspond à ses principes de base. Si l'on comprend cela, on ne mélange pas. Il faut toutefois savoir qu'il faut un minimum de deux cours par semaine pour progresser dans chaque discipline.

• **Webmartial :** La technique pure a-t-elle toujours l'avantage face à la force physique pure ?

Pascal Plée : Dans un combat, le mental est ce qui est le plus important, la force vient en second et la technique en dernier. Ce qui signifie que la force ou la technique sans le mental ne sont pas bien utiles. Un pratiquant complet est celui qui développera ces trois paramètres dans sa pratique. Penser que l'on pourra faire face à toutes les situations parcequ'on est un bon technicien est un piège si le mental ne suit pas.

• **Webmartial :** Avez-vous déjà eu peur pour votre vie ?

Pascal Plée : Oui, mais pas par rapport aux arts martiaux ou au combat. Il m'est arrivé de trouver dans une situation où face à la nature je me sentais bien petit. C'est mon mental qui m'a permis de contrôler ma peur et d'agir efficacement.

• **Webmartial :** Comment définiriez-vous le respect ?

Pascal Plée : Le respect ne s'impose pas, c'est un sentiment qui naît en soi. On reste à sa place en fonction de son statut et on a confiance dans la personne que l'on respecte. Avoir un re

mutuel est l'idéal pour une bonne communication entre un professeur et un élève.

• **Webmartial :** Pensez-vous que les arts martiaux sont le meilleur outil d'enseignement du respect d'autrui ?

Pascal Plée : C'est un outil qui permet le respect d'autrui, il en existe d'autres. J'expliquai précédemment que le respect est un sentiment qui est en soi. C'est aussi un état d'esprit. Si pratiquant ne respecte pas les autres, ce n'est pas la pratique d'un art martial qui le fera de respectueux.

• **Webmartial :** Adaptez-vous les concepts orientaux présents dans les arts martiaux à la mentalité occidentale, ou les vous tels quels dans votre enseignement ?

Pascal Plée : Nous ne sommes pas des Japonais ou des Chinois. Je conserve les concepts en adaptant ma pédagogie à la mentalité des Français et aux contraintes de la vie parisienne. Je pense que le fait que je sois français me permet d'être un meilleur pédagogue que si j'étais asiatique.

• **Webmartial :** Le kung fu de la grue blanche a-t-il modifié votre karaté ou pratiquez vous un karaté à l'identique de vous avez appris ?

Pascal Plée : Ce style met beaucoup l'accent sur le travail du dos, de la colonne vertébrale de la poitrine. J'ai mieux compris certaines techniques contenues dans des katas en pratiquant ce style et j'incorpore ce travail dans mon Karaté.

• **Webmartial :** Dans le tai chi chuan, il y a un concept de sortie de force, le fa jin. Quel est le principe et quels sont les exercices de base pour le développer ?

Pascal Plée : Le Fa-Jin est littéralement "l'expression de la puissance". Il existe divers types de Fa-Jin long ou court. Pour l'exprimer en Tai-chi Chuan, il faut d'abord comprendre le principe de frappe du Tai-chi Chuan. Celui-ci correspond au mouvement d'un fouet, c'est-à-dire qu'il y a un va-et-vient au moment de la frappe, la poussée provenant des jambes. Il s'agit de choisir quelques techniques du Grand Enchaînement et de les pratiquer régulièrement à l'intensité comme des applications de combat. La pratique de Fa-Jin peut s'avérer dangereuse pour les ligaments si on ne contrôle pas exactement le moment du retour. Par précaution, vaut mieux commencer par des mouvements courts et les allonger progressivement.

• **Webmartial :** Ce principe est-il présent dans le kung fu et dans le karaté ?

Pascal Plée : Le Fa-Jin est présent dans toutes les disciplines. Il se pratique différemment en fonction du style. Le Kimé est un Fa-Jin.

• **Webmartial :** Bien que l'approche des arts martiaux soit tout à fait différente, la qualité des grands maîtres japonais est-elle comparable à celle des grands maîtres chinois (qu'ils soient du passé ou non) ?

Pascal Plée : Un grand maître est un grand maître, peu importe sa nationalité.

• **Webmartial :** Que pensez-vous de l'évolution actuelle des arts martiaux, du combat libre, et de l'aspect "compétition privilégié dans les arts martiaux" ?

Pascal Plée : En dehors du fait que l'évolution actuelle correspond à un certain type d'individu, je pense que l'on s'éloigne de l'art martial. L'intérêt des pratiquants d'arts martiaux pour le combat libre répond à des doutes. Est-ce que mon art est efficace ? La question à poser est, "est-ce que je pratique efficacement mon art ?" Quant à la compétition, c'est un moyen de combattre sans prendre de risque important. La compétition permet également vulgariser la discipline auprès du public.

• **Webmartial :** Que pensez-vous de la médiatisation des arts martiaux dans le cinéma ou la pub, cette notoriété peut-elle être bénéfique ou mauvaise ?

Pascal Plée : C'est grâce à la médiatisation qu'un nombre grandissant d'individus s'intéresse à nos disciplines. Les arts martiaux sont nombreux et peuvent correspondre à des individus différents. Je pense que c'est une bonne chose.

• **Webmartial :** A quand un stage ou un séminaire consacré aux points vitaux et aux techniques okuden comme le stage de 2000 ?

Pascal Plée : L'enseignement des points vitaux fait partie de mon enseignement habituel. C'est aussi important de savoir où frapper que comment frapper. Je n'ai de projet de stage sur ce domaine ou sur les techniques okuden, car je pense que ces informations doivent se donner avec modération et qu'il vaut mieux savoir à qui on les donne.

• **Webmartial :** Quels sont vos projets pour l'avenir ?

Pascal Plée : Me déplacer pour animer des stages en Province, écrire des articles dans des revues spécialisées ou non, faire une vidéo sur le Tai-Chi, écrire un livre sur le Karaté qui découle de mes recherches.

Contacter Pascal Plée : pascalplee@free.fr

Site internet : <http://www.pascal-plee.com>

