

## KARATE-INSERTION



# Le karaté EN PRISON

Le sport en prison, on en entend parler de temps en temps. Le karaté y a sa place, à quelques kilomètres au sud de Paris. Un monde clos et des femmes pour lesquelles la pratique représente une porte ouverte...

### UN RELAIS POUR VOS PROJETS, LE DISPOSITIF FAIS-NOUS RÊVER

Agence pour l'éducation par le sport, « Fais-Nous Rêver », ce sont 1 500 initiatives d'éducation ou d'insertion repérées en huit ans, 100 actions récompensées et soutenues chaque année et un réseau de partenaires (techniques et financiers) avec lequel vous serez mis en relation si votre projet est primé. Aussi, si, en tant que dirigeant, professeur ou bénévole au sein d'un club, d'un comité ou d'une ligue, vous êtes à l'initiative d'actions d'éducation ou d'insertion axées sur le sport... Contactez l'association Fais-Nous Rêver en téléphonant au 08 250 705 05 ou sur [www.fais-nous-rever.org](http://www.fais-nous-rever.org). Parmi les neuf projets sélectionnés, deux projets de karaté, celui du KC Arlésien (voir OKM n°9), et celui de Cancer, arts martiaux et informations (voir OKM n°8) ont été primés en 2004, le premier étant lauréat régional en Ile-de-France, le second ayant reçu le coup de cœur de la région Provence.



Le salut, un moment important qui prend une signification peut-être plus particulière en prison.

MAISON D'ARRÊT DES FEMMES DE FLEURY-MÉROGIS. 370 femmes attendent ici leur jugement. Derrière les lourdes portes à barreaux, un gymnase, construit par les détenus avec l'aide d'un Compagnon. Punaisé sur un mur, un portrait photocopié de Gichin Funakoshi. Nous sommes ici dans l'antre d'Hervé, l'éducateur, où intervient, deux fois par semaine depuis dix ans, un jeune professeur de karaté de 34 ans, Sébastien Bonnot. Ce jeudi matin, 22 filles sont à l'heure pour le cours. La plus grande d'entre elles est ceinture jaune. Tout le monde est en keikogi, prêtés par l'association Assodas. Un cours comme partout ailleurs, car ici, rien ne filtre : pas de noms, ni d'âge, et surtout pas les affaires. Salut, échauffement, travail de bras puis de jambes... avant que Sébastien n'annonce la répétition des katas – pas de combat ici, notamment pour une question d'image historiquement décriée – en vue du passage de grades qu'il a choisi d'organiser devant nous. L'émotion grimpe un peu. « Le grade, quelque chose d'officiel, que l'on garde à vie, une vraie reconnaissance, ça les projette déjà vers l'extérieur, ce n'est pas qu'un examen du présent.

Les filles se sont beaucoup entraînées, elles ont une vraie envie d'apprendre », explique notre guide. E. fait du karaté depuis quatre mois. Pinan Nidan impeccable, rien à redire sur le rythme, déplacements fluides de cette jeune femme visiblement sportive. Impressionnant ! « C'est une grande satisfaction de voir ça, on a le sentiment d'apporter quelque chose, de transmettre ». Elles sont quatre ou cinq de ce niveau dont une ceinture marron qui a décidé de recommencer, ne vient pas tout le temps, mais a visiblement été motivée par l'échéance. Elles auront toutes le fameux sésame, certaines obtenant directement leur ceinture orange, diplôme à la clef après un buffet improvisé. Un cours comme les autres, des motivations diverses mais réelles car on se rend finalement compte qu'il est plus facile de rester devant sa télé en cellule, que d'accepter une énième autorité, celle du professeur. Pourtant cela se passe visiblement sans heurts car c'est une lucarne sur l'extérieur que la pratique physique et intellectuelle dans la mémorisation des katas représente, un karaté qui joue, là- aussi, un rôle de socialisation vis-à-vis d'un public en situation de marginalisation. ■

SÉBASTIEN BONNOT

### « APPRENDRE À NE PAS JUGER »

**Champion de France de BMX, médaillé mondial, consultant dans ce domaine avec, notamment, un vélo qui porte son nom, professeur au KC Nogentais qui compte 200 licenciés, à Bry sur Marne et à Thiais, BE, titulaire d'un DESS de sophrologie et relaxation... Sébastien Bonnot est un homme curieux, ouvert, généreux et qui a aussi beaucoup appris de l'univers carcéral.**

Qu'est-ce qui vous a poussé, il y a dix ans, à venir enseigner en prison ?

Au départ, c'est ma mère qui avait vu un reportage qui expliquait que les prisons avaient besoin d'activités. J'ai toujours eu envie d'être dans l'action plutôt que critique dans mon club et cela m'a encouragé à me creuser la tête dans mon enseignement. Pour la prison, où je donne un cours normal finalement, ma « force », c'est que je ne connais rien à la politique. Donc, quand je parle à des gens qui sont

là pour terrorisme par exemple, elles savent que je ne viens que pour le karaté, et rien d'autre. D'ailleurs, mon discours de début d'année, c'est : je me fous de ce que vous avez fait dehors. Je suis là pour vous enseigner le karaté. Après, si certaines veulent dialoguer, pas de problème, mais je ne vais pas leur demander ce qu'elles ont fait. Et puis, en prison, je ressens qu'on n'est pas dans un esprit de consommation, il y a vraiment un but, même si je suis le seul à y croire !

Qu'est-ce que cette expérience vous a appris ? Dans ce milieu étrange qu'est la prison, à avoir un vrai recul sur sa propre condition, sur sa vie. À ne pas juger aussi. La nature humaine est ainsi faite que l'on se projette souvent dans l'histoire des autres. Il faut savoir ne pas le faire, rester soi-même face à des situations que la morale collective condamne – un meurtre, la

drogue – parce que, inévitablement, on connaît toujours un peu l'histoire des personnes que l'on rencontre. Le premier jour, on se pose beaucoup de question, avec le temps, on ne se concentre que sur l'enseignement.

On a vu lors du passage de grades, l'importance que ça a pour les détenues. C'est quelque chose qui vous a surpris ? Disons que l'on prend conscience de ce que veut dire la valorisation par le grade. Le jeune que j'entraîne dans mon club et qui obtient sa ceinture jaune, il a travaillé, il s'est investi, il est récompensé. Et bien une ceinture jaune, c'est la couleur d'un progrès démultiplié en prison. Pour moi, c'est la matérialisation d'une démonstration : en partant de rien, on peut rester positif, peut-être franchir un palier pour la vie de dehors, même si une sur 200 ressortira en faisant du karaté. Ce que je ressens aussi, c'est que ce que le Ministère de la justice essaie de faire en les

amenant à retrouver leur place dans la société – une entité à laquelle les détenus sont évidemment réfractaires –, ça marche avec le karaté, sans qu'elles ne s'en rendent compte. Certaines d'entre elles pourraient même aller plus loin et décrocher leur 1<sup>er</sup> dan. Il y en a deux ou trois dans ce cas et mon grand rêve, c'est évidemment qu'un jour on puisse présenter quelques candidates à un jury officiel, venu de l'extérieur apprécier leur prestation. Francis Didier et la fédération m'ont déjà assuré de leur soutien sur ce point, en finançant les licences notamment. Le problème, c'est que l'on ne peut pas leur enseigner quatre ou cinq ans et que je ne sais pas si un jury se déplacerait pour une personne... La solution serait alors peut-être d'intervenir dans d'autres prisons, mais d'un point de vue budgétaire, cela paraît très compliqué car c'est déjà très aléatoire. À l'heure actuelle, nous fonctionnons à l'année, il y a quelques temps, on fonctionnait par semestre...

