



OSU !

Le mot « Osu » est dérivé de l'expression « Oshi shinobu », qui signifie « Persévérer en étant poussé ». Ici, le Karaté touche au plus profond de l'âme, le domaine où l'on surpasse ses propres limites. Le mot « Osu » exprime l'Ultime que le Shinkyokushin Karaté nous propose. Il renvoie à tout un mode de vie. Tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du Dojo, les Karatékas Shinkyokushin se saluent en prononçant le mot « Osu », mais ce mot dans leur esprit peut signifier aussi « merci », « d'accord », « je suis prêt », « je comprend », « bonjour », « au revoir ».....

Plus profondément, « Osu » signifie patience, respect et reconnaissance. Afin de développer un corps fort et un esprit fort, il est nécessaire de subir un entraînement rigoureux, ce qui exige des efforts particulièrement importants car vous vous poussez jusqu'à ce que vous pensiez avoir atteint vos limites et, vous voudriez stopper, abandonner. Quand vous rencontrez ces difficultés vous devez combattre contre vous-mêmes et vos faiblesses et vous devez gagner. En faisant cela vous apprendrez à persévérer, mais par-dessus tout, vous apprendrez à être patients. Tout cela est « Osu ».

La raison qui vous fait vous plier à un entraînement dur atteste que vous vous souciez de vous, et se soucier de soi, c'est se respecter. Ce respect de soi-même grandit et évolue jusqu'à y inclure le respect de vos Instructeurs ainsi que de vos camarades de clubs. Quand vous entrez dans un Dojo, vous saluez et dites « Osu ». Cela veut dire que

vous respectez ce Dojo et le temps que vous passez à vous entraîner à l'intérieur. Ce sentiment de respect se traduit par « Osu ».

Pendant l'entraînement, vous vous poussez aussi durement que possible parce que vous vous respectez. A la fin de l'entraînement vous saluez votre Instructeur ainsi que les élèves en disant « Osu », encore une fois ; Vous faites cela en signe de reconnaissance. Ce sentiment de reconnaissance est « Osu ».

Le Shinkyokushin Karaté est uniquement destiné aux personnes qui veulent dépasser leurs limites mentales et physiques.

Par conséquent « Osu » est un mot très important dans le Shinkyokushin Karaté car il signifie patience, respect et reconnaissance. Voilà pourquoi nous l'utilisons toujours afin de vous rappeler ces qualités indispensables.

