

Le REGHT présente son

# Manuel de survie de l'instructeur AMHE



*Apprenez à créer un atelier.*

*Sélectionnez les actions en fonction des pratiquants en face de vous.*

*Soyez prêts à affronter toute situation avec une violence presque adaptée.*

*Appropriiez vous des notions de psychologie, voire de psychiatrie.*

*Utilisez une pédagogie adaptée, expérimentée au zoo de Lille sur les population de singes.*

*Développez votre potentiel de coach, grâce à une approche issue de la télé réalité.*

*Devenez une star dans le milieu des AMHE.*

# Introduction

par son excellence El presidente del Reght

Qu'il soit béni par le Grand Calamar...

Depuis de nombreuses années, les instructeurs chevronnés et autoproclamés du REGHT s'emploient à essayer de partager leur immense savoir avec des personnes venues de tous horizons (escrime artistique, GN, escrime sportive, gothique, boucherie, hôpital psychiatrique et j'en passe...)

Seuls quelques uns, grâce à leurs recettes ancestrales à base de fromage régional et de boisson gazeuse houblonnée ont réussi à tenir le choc et à garder une santé mentale intacte (ou presque).

C'est de là que naquit l'idée de ce manuel de survie, parce qu'être un instructeur d'AMHE n'est pas facile, parce qu'être un instructeur d'AMHE nécessite un moral d'acier, un physique à toute épreuve et une bonne dose de drogues diverses pour tenir le choc. Nous espérons que ces conseils vous serviront à relever le terrible défi qui vous attend.

Tous les conseils et recettes de ce manuel sont issus d'expériences sérieuses et de recherches effectuées au zoo de Lille et à la prison de Sequedin.

Après cette lecture, soyez en surs, vous serez prêts à affronter votre pire ennemi : **le nouveau pratiquant...**

## Note importante à l'intention du lecteur :

En cas de problèmes avec des pratiquants, le REGHT décline toute responsabilité quant aux blessures, crachats et autres insultes vous ayant été infligés après la lecture de ce guide.

Si vous voulez nous contacter, oubliez ! Nous sommes partis aux Bermudes grâce aux royalties de ce guide. Merci de l'avoir acheté.

# L'instructeur AMHE : portrait type.

Passionné au point d'y consacrer tous ses loisirs (ainsi qu'une bonne partie de son temps de travail..) le futur instructeur se reconnaît à quelques détails :

- il est présent sur TOUS les stages, même s'il doit effectuer deux fois plus de temps de route que de temps sur place.
- Il a une bibliothèque constituée uniquement de feuilles imprimées récoltées sur le net...
- Il peut parler durant des heures de la façon de placer son pouce sous les quillons.
- Il est diagnostiqué monomaniacque par son psy préféré.
- Il a la classe, malgré une tendance à porter ses chaussettes au dessus de son pantalon.
- Il ne peut pas parler 5 minutes sans sortir un mot incompréhensible en allemand.
- Il connaît plus de 1000 façons de vous tuer, dans la mesure où vous voulez bien l'attaquer avec une épée.

Vêtements de protection dernière version pour pouvoir travailler à vitesse et puissance réelle, (en fait surtout pour se la péter grave... )



Collection de tee-shirts de tous les stages qu'il a effectués.

Documents et copies de manuscrits sortis grâce à l'imprimante du boulot. Si si, il a vraiment tout lu. La moitié des feuilles est écrite en allemand médiéval mais il les a lues quand même...

## Devenir instructeur AMHE. Pourquoi ?

Vous passez votre temps à essayer de retrouver les gestes, les techniques, l'esprit même de ces arts disparus. Et au bout de quelques mois, vous vous dites que frapper sur votre ami imaginaire en visualisant ses contres ne vous permettra pas de progresser plus. Il est alors temps de recruter de nouveaux acolytes, d'arrêter de frapper vos posters du Seigneur des Anneaux et de vous confronter à de vrais humains armés eux aussi (du coup nous tenons à préciser que ce guide s'adresse uniquement aux personnes reconnues saines d'esprit par la médecine moderne, ou par la médecine ayurvédique réformée suisse de D. Jaquet.)

# Se confronter à votre ennemi : le Nouveau Praticant d'AMHE

Lors de votre recrutement, vous allez voir arriver des personnages étranges, ressemblant souvent à cela :



Il ne faut pas vous inquiéter, c'est normal.

Il existe dans le monde un certain nombre de personnes qui ne connaissent pas Lichtenauer ou Fiore, qui ne savent même pas ce qu'est un oberhau ! L'inculture mondiale est malheureusement terrible, j'en conviens ! Il vous reviendra donc la lourde mission de déchiffrer les sources ! N'espérez pas que vos élèves (abrutis incultes n'ayant jamais lu un mot d'allemand ancien) vous soutiennent dans cette passionnante mais éreintante tâche. Vous serez seul, tel un Don Quichotte moderne ayant éventré son Sancho Panza par erreur..

Exercice : saurez vous différencier l'instructeur et les pratiquants sur cette image ?



Parfois, les pratiquants vous citeront des sources que vous ne connaissez pas !



Surtout ne paniquez pas et contactez les érudits de la FFMAHE afin de vérifier si ces sources sont valables ou non. En attendant la réponse de cette élite mondialement reconnue, formulez la célèbre maxime du grand maître français Pierre Henribasse : « C'est pas le moment baltringue ! Fais moi deux cents séries de unterhau ! »

# Préparer et organiser son atelier

L'instructeur AMHE passe beaucoup de temps à préparer ses ateliers, à décrypter les sources et à essayer de comprendre la substantifique moelle de ces écrits précieux. Il est souvent persuadé que ses élèves commencent déjà à lire les sources, comme il le leur a conseillé. Arrêtez de rêver !... C'est vous seul qui allez comprendre, préparer, organiser, afin d'essayer de faire rentrer une technique complexe dans une cervelle juste apte à différencier les mots « bière » et « eau de javel » sur une bouteille...

Heureusement, grâce à ce guide, vous aurez pu concocter amoureusement un exercice intéressant et original.

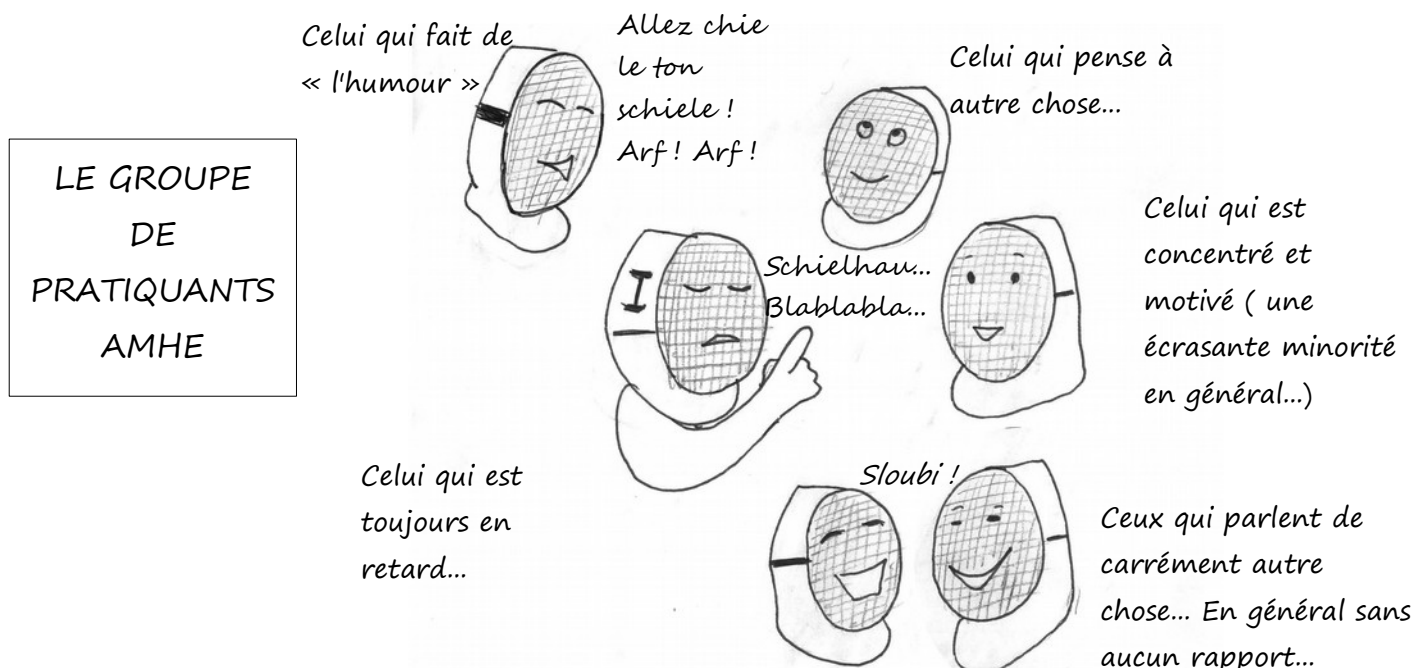
## Conseils pour préparer un atelier :

- Préparez un bon échauffement : la plupart du temps, les pratiquants ne connaissent du sport que ce qu'ils en voient à la télé et sont capables de se blesser en levant les bras.
- Ne prévoyez pas un atelier trop compliqué, n'oubliez pas qu'ils sont beaucoup moins intelligents que vous !
- Vérifiez bien leur équipement, ces lopettes sont capables de vous faire un procès pour le moindre œil perdu...
- Prévoyez une demi-heure minimum d'atelier pour leur apprendre le vocabulaire, la musicalité de la langue allemande n'est pas innée chez tout le monde.
- N'oubliez pas de varier les exercices, un pratiquant a la capacité de concentration d'un hamster...

Et la règle numéro 1 : Si vous trouvez que votre exercice est trop simple, simplifiez le encore !

La phase de préparation terminée, il est temps de rassembler votre groupe et de leur expliquer. Ce devrait être votre moment de gloire, où tous s'extasient devant votre savoir, ce moment qui vous donne des frissons dans le dos, durant lequel l'humanité de base reconnaît votre supériorité... Pourtant, mystère de la nature humaine, cela ne se passera pas comme ça...

En effet, dans un groupe de pratiquants, notre longue expérience nous a appris qu'il y aura toujours les mêmes individus...

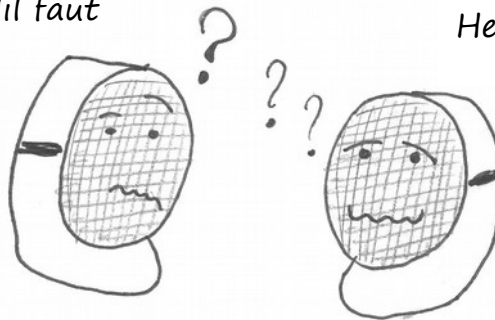


## Pendant l'atelier

Afin de mener au mieux l'atelier, il est important de repérer les différents types de pratiquants, et nous vous fournissons les solutions adaptées. Malgré l'insistance de certains de nos instructeurs, nous avons préféré ne pas décrire ici les solutions utilisant la violence gratuite.

Il y a les « hors-sujets »...

Tu sais ce qu'il faut faire toi ?



Heu non...

T'as qu'à jouer au Sloubi !

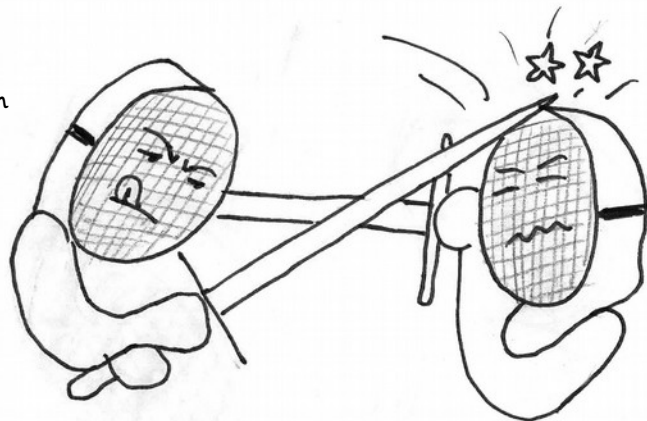
**Solution : l'humiliation...**

Il y a le spécialiste de « Ouais mais si je fais ça, ça marche pas !... »

Il est persuadé que la technique ne fonctionne pas parce qu'il a trouvé un contre ultime... Sur une technique au RALENTI !

Ça marche pas ! Si je passe mon épée là je te pourris !

Comment je réagis d'instinct moi ! je suis trop bon !

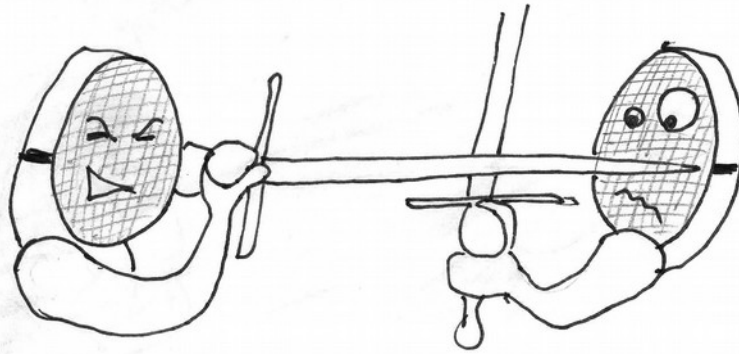


**Solution : lui montrer votre rapidité et son efficacité manifeste, ne pas hésiter à le vexer : « ha ben oui mais t'est trop lent là... »**

## Il y a le winner

C'est celui qui, au lieu de bosser la technique, fait des feintes.... Dans le but de « l'améliorer »...

Ha ha ! T'as cru que j'allais passer mon épée de l'autre côté hein ?

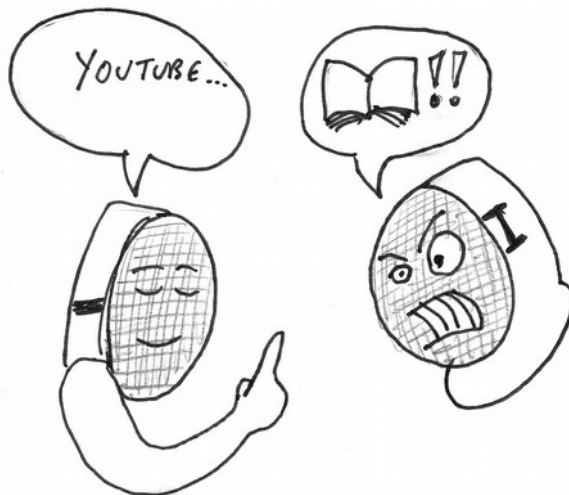


Ben heu c'est un peu ce qui était prévu...

**Solution :** Lui proposer de préparer le prochain atelier puisqu'il est si malin... ça vous fera du repos...

## Il y a le faux espoir

C'est celui qui écoutait, en qui on avait un peu d'espoir, et qui le ruine en un seul mot...

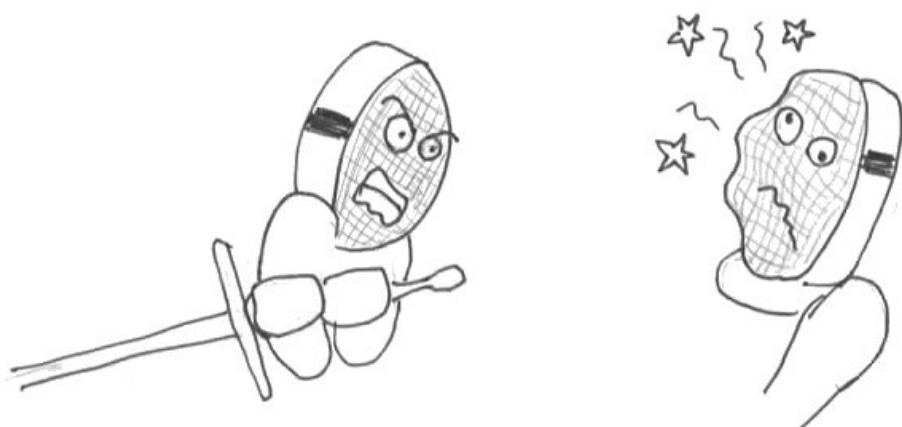


**Solution :** L'obliger à rédiger un résumé en 6 pages du tetrptyque



## Il y a le Warrior

Celui qui, à chaque échange, frappe comme un taré et que personne ne veut plus combattre..



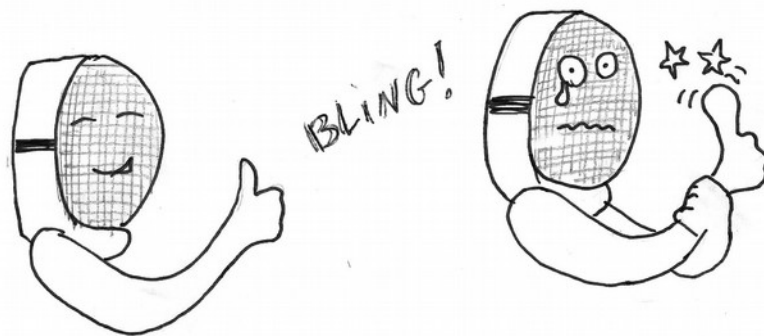
Je crois que finalement je vais choisir le yoga comme hobby...

**Solution** : lui faire faire l'atelier sans aucune protection... ça devrait le calmer.

## Il y a L'optimiste

Celui qui n'a pas de matériel mais qui se dit que ce n'est pas grave. (ils se trouve souvent contre le précédent ...)

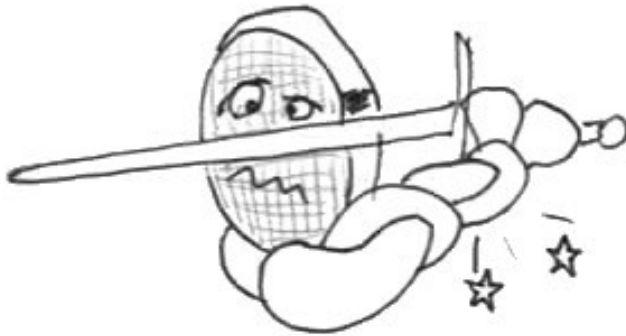
Non, j'ai pas de gants mais ça va aller...



**Solution** : il comprend souvent tout seul (ou en tout cas avec l'aide de son chirurgien .)

## Il y a le cas désespéré

Quelle que soit la façon dont on lui explique, il n'arrive pas à placer correctement ses mains...

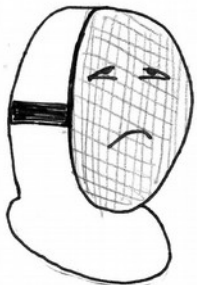


**Solution :** lui proposer l'atelier tricot qui se déroule dans la salle d'à côté

## Il y a le Monomaniac

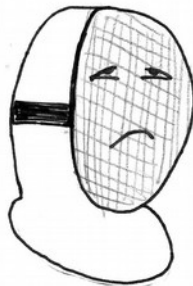
Aussi surnommé le « schtroumpf grognon », il n'aime qu'un truc et le reste l'ennuie profondément.

Aujourd'hui on fait de la dague.



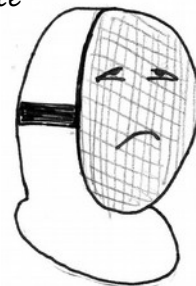
Pffff....

Aujourd'hui c'est messer.



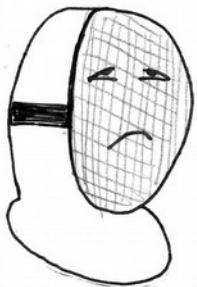
J'aime pas combattre à une seule main

Aujourd'hui on va faire un peu de lutte



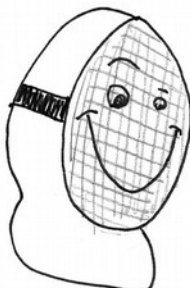
Aaah super, se frotter sur la sueur de l'autre...

Aujourd'hui on travaille le bâton

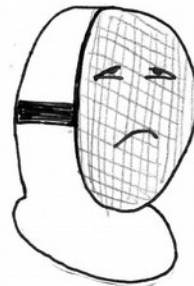


Arme de pécore...

Aujourd'hui on travaille  
Une pièce d'épée longue...



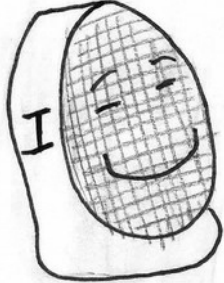
... selon Fiore.



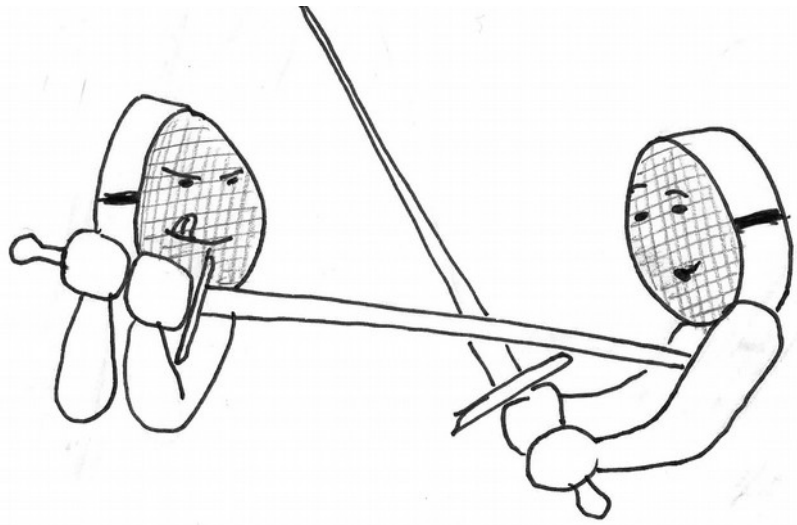
Et merde...

**Solution :** apprécier sa tête quand vous sortez les dagues et le prendre comme partenaire. (Niark niark!)

Mais la motivation, la ténacité et le moral sans faille de l'instructeur arrivent (parfois) à surmonter toutes ces infimes difficultés, et au bout de quelques heures éprouvantes, la technique est enfin assimilée. Gloire à Lichtenauer !



Visage épuisé mais heureux de l'instructeur ayant frôlé la crise de nerfs...



Alors, il est temps de faire plaisir aux pratiquants (même si cela vous répugne après tout ce qu'ils vous ont fait subir, nous le comprenons bien). Pour cela rien de mieux que leur proposer un sparring léger, contrôlé.

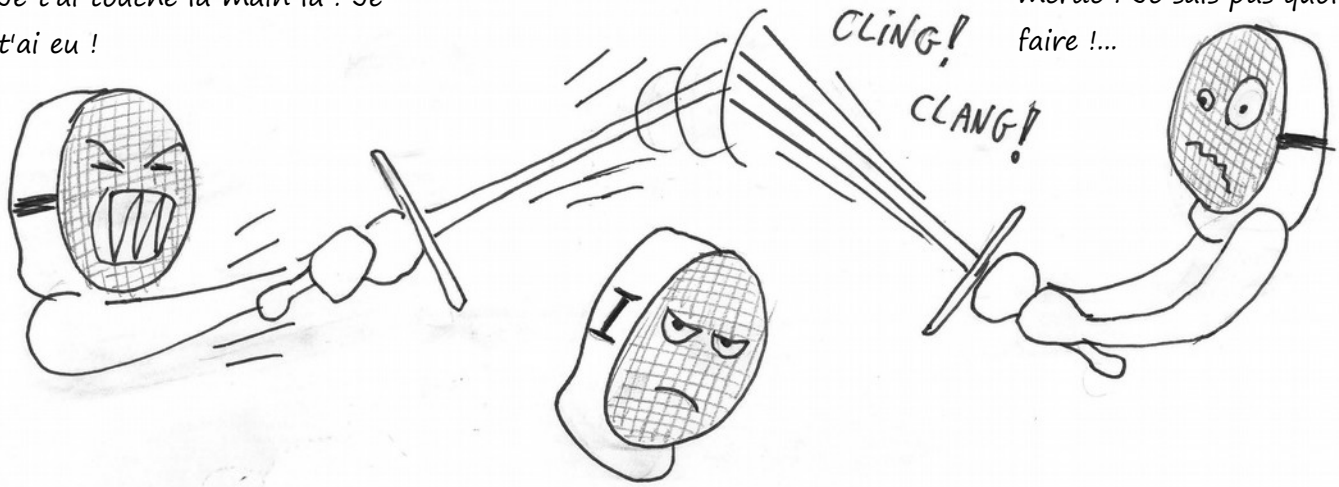
Le but étant bien sur qu'ils réutilisent ce que l'on vient d'apprendre afin que les combats deviennent plus techniques et plus esthétiques. Rappelez leur qu'on retient que le plus important n'est pas de gagner mais de sortir des gestes propres !

Bien sur comme d'habitude, ils auront une version légèrement différente de la votre.

# Spaaaaring !

Je t'ai touché la main là ! Je t'ai eu !

Oh merde ! Oh merde ! Oh merde ! Je sais pas quoi faire !...



Il est temps pour l'instructeur de rentrer chez lui, de se poser dans son fauteuil avec un bon verre d'eau et sa boîte d'anti-dépresseurs préférés (la liste officielle est sur le site de la FFAMHE). N'hésitez pas à regarder un épisode des ch'tis à hollywood, cela vous rassurera sur le niveau intellectuel de votre groupe.

Vous retrouverez ensuite votre chère collection de manuscrits et traductions diverses, que vous lirez un peu avant de vous coucher. la douce sonorité de l'allemand vous bercera et les somnifères vous empêcheront de rêver à des positions de pieds pourries. Vous vous endormirez tranquillement avec votre feder dans les bras...

# Epilogue

Afin de vous remonter le moral, surtout, n'oubliez pas que dans pas si longtemps, vous pourrez participer à un stage, et donc à des ateliers.

Alors, subrepticement, vous passerez de la position d'instructeur à celle de stagiaire!

Et là ! Bonheur suprême, vous pourrez vous venger et devenir un PRATIQUANT ! (vous avez le droit de sortir un rire sadique en lisant cette phrase.)

