

La liberté est dans la cage

Christophe Cornaz s'est passionné pour les arts martiaux dès l'enfance. Il nous raconte ce parcours qui l'a mené jusqu'aux cages de libre combat, et qui lui a enseigné le respect de l'autre.

MICHAËL PERRUCHOUD | LE LIGNON



MIG/JULIEN SOLLBERGER

Christophe Cornaz, l'un des précurseurs suisses du combat libre, s'entraîne avec son épouse. L'enseignement des arts martiaux est un mode de vie pour le couple.

« Mon grand-père tenait une salle de boxe, et mon oncle se passionnait pour le judo et le karaté. Je me suis vite passionné pour ces sports, pour le contact, pour leur exigence... » N'a-t-il pas été, comme d'autres enfants, tenté par le basket ou le foot ? « J'ai essayé, mais les sports d'équipe ne me satisfaisaient pas. Je voyais dans le sport une dimension individuelle, une quête intérieure et une volonté de dépassement de soi. »

Il se lance donc un peu dans la boxe, puis sur les tatamis... « Le karaté, ça criait trop pour moi, et puis le judo pour un enfant, c'est super, on apprend à se laisser tomber, mais je cherchais autre chose... » Plus de contact, plus d'adrénaline, plus de dépassement... Il se cherche, passionné par les films des plus grands, avide de progresser.

L'héritage de Bruce Lee

L'idole des combattants, c'est Bruce Lee. À 14 ans, quand Christophe apprend que Dan Inosanto, l'Américano-Philippin, disciple de son idole, donne un stage à Paris, il s'y

rend. « Cet homme m'a soufflé. Il s'intéressait à tous les arts martiaux, à leur histoire, à leur philosophie. » Car il y a plus que le mouvement, il y a sa signification, son élégance.

« Ce qui m'a le plus impressionné, c'est que ce maître des arts martiaux était encore en recherche, avec la volonté de s'améliorer encore et toujours... » À la fin du stage, Christophe, intimidé, fait dire à un camarade qu'il rêverait de pouvoir suivre les enseignements de Dan Inosanto.

« Il est venu vers moi, il m'a posé la main sur la tête délicatement, et il m'a dit que j'étais le bienvenu. » Christophe Cornaz ira à Los Angeles dix ans plus tard. Il s'y rend encore et va suivre les cours de Dan Inosanto lorsque celui-ci se rend en Europe. À presque 80 ans, Dan Inosanto demeure son instructeur et son modèle.

Une carrière de 15 ans

Ainsi, en amateur ou en semi-professionnel, Christophe Cornaz poursuit une

carrière de combattant. Il pratique le full-contact, la boxe thaï, mais il est aussi l'un des précurseurs suisses du combat libre. Deux hommes, une cage, une expérience ultime. Mais n'est-ce pas dangereux ? « Je me suis cassé une ou deux fois le nez, les côtes aussi, ce n'est pas anodin, il y a toujours un risque, mais quand on est bien préparé, il est limité. » Il arrête peu après la trentaine, mais la fièvre des arts martiaux ne le quitte pas.

Si Christophe Cornaz a fait quinze ans de compétition, la gloire et le palmarès ont toujours été pour lui des notions étrangères. « C'est avec mes limites que je me suis battu. » De même, il éprouve un certain dégoût devant le cirque des déclarations qui précèdent les matchs de combat libre. « Mes adversaires, je les respectais avant, pendant, et après le combat. »

Une passion de couple

Mais quand on se fait mal, la haine n'est-elle pas un moteur pour vaincre l'autre ? « Non, en tout cas c'est un sentiment que je n'ai jamais ressenti en combat et qui pour moi est étranger à la peur. » Et la peur ? « On ne va pas se mentir. La veille d'un affrontement, on dort mal, mais une fois qu'on est sur le ring ou dans la cage, tout s'efface. »

Son épouse partage sa passion des arts martiaux... Était-ce une condition à l'amour ? « Non, pas du tout, mais cela s'est fait ainsi. Et je dois dire que c'est agréable de partager une passion. » Une passion qui est aussi celle de l'enseignement. Aux Libellules, deux soirs par semaine, ils enseignent des arts martiaux philippins, du jeet kune do, du jiu-jitsu brésilien ou du combat libre de la boxe thaïlandaise ainsi que du maphilindo silat, tout en apprenant les bases de l'autodéfense.

« J'aime bien que l'on ne confonde pas. Il y a d'un côté l'art martial, d'un autre le combat, et d'un autre encore cette notion de protection de soi et de ceux que l'on aime. » Christophe ajoute que chacun peut choisir un art martial selon ce qu'il cherche... le défoulement, la forme physique, la recherche de soi, ou la sécurité de soi et des siens. ☑