

magazine

A i K I D O

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'AIKIDO AIKIBUDO ET AFFINITAIRES

LE DOSHU MORITERU UESHIBA À PARIS

Josette
NICKELS



Marc
BACHRATY



Alain
VERDIER
L'expérience
tranquille

KINOMICHI

L'ART DU MOUVEMENT



VERS LA DÉMOCRATIE PARTICIPATIVE

L'aïkidoka doit être déterminé.

Impatience, pusillanimité, et autres manifestations caractérielles n'y sont pas de bon aloi car elles ne font qu'empêcher l'aboutissement vers une solution juste.

Ce qui doit être évident sur le tatami l'est tout autant en dehors.

C'est pourquoi il ne faut pas être attristé par le fait que la fusion complète des Fédérations actuellement existantes n'a pas pu être acceptée par nos partenaires dans l'UFA car cette fusion va être actée comme inéluctable.

Et surtout, grâce à l'infinie patience dont nous sommes redevables à Jean-Luc Rougé, médiateur pour le compte du ministère, cette fusion se fera sur des bases saines.

Concrètement, il a été conclu, outre une refonte des jurys d'examen qui ne seront plus paritaires, qu'il n'y a pas plusieurs aikidos mais une discipline unique.

En conséquence, il est aujourd'hui écrit que pour cette Fédération unifiée à venir, il ne pourra y avoir « de rétrocession sur les licences à des écoles ou des groupes ».

C'est une nouvelle ère qui s'ouvre.

Il ne faut pas oublier que la discipline est jeune, et qu'après une période très marquée par les différentes personnalités de ceux qui apprirent auprès de O' Sensei, nous arrivons maintenant au stade de la maturité en revenant à l'unicité originelle.

Persévérer dans la dispersion aurait conduit à la disparition de la discipline, alors que le seul objectif de notre organisation est d'en assurer le développement.

Mais pour assurer l'avenir, dont nous sommes responsables, de ceux qui viennent à cette discipline, il fallait faire admettre, comme nous avons pu le faire vivre au sein de la FFAAA, que l'aïkido appartient à tous à égalité.

Chacun peut et pourra donc suivre et contribuer à l'école qui lui plaira sans que celle-ci ne puisse se détacher de la communauté qui lui a permis d'éclorre.

La primauté des enseignants pour dire ce qu'est l'aïkido n'en est d'ailleurs que plus évidente parce que plus libre.

Bien sûr, pour qu'une telle organisation de l'ampleur de celle à venir puisse fonctionner démocratiquement, c'est-à-dire sans tyranniser qui que ce soit, il y faudra encore là une vraie volonté.

Et entre maintenant et cette fusion que nous souhaitons proche, il n'y aura pas trop de temps pour que chacun prenne en charge le sort de la collectivité en même temps que le sien propre.

Il faudra certainement rappeler à de multiples occasions que la démocratie n'est pas plus une donnée naturelle qu'une incantation ou le résultat d'une méditation assise, mais simplement une envie de partager, de participer, de bouger, de vivre.

La Démocratie est l'art des faibles, me direz-vous, mais justement c'est cela un art martial et encore plus l'aïkido qui nie toute force, toute injustice, toute suprématie jusqu'à refuser même toute victoire.



Maxime Delhomme
Président de la FFAAA

**Le Président,
le Comité
Directeur et le
secrétariat de
la FFAAA
souhaitent que
l'année
2004
soit pour vous
et les vôtres
source
de paix et
de bonheur.**

**STAGES NATIONAUX ET STAGES JEUNES
SAISON 2003/2004**

DÉCEMBRE 2003

07 décembre Christian Tissier - Paris
21 décembre Christian Tissier - Dijon

JANVIER 2004

04 janvier Christian Tissier - Lyon
10 janvier Christian Tissier - Marseille
10 et 11 janvier Franck Noël - Pont à Marcq
11 janvier Christian Tissier - Bordeaux ou Lormont
18 janvier Bernard Palmier - Troyes
18 janvier Franck Noël - Rouen

FÉVRIER 2004

07 et 08 février Doshu - Paris
10 au 15 février Jean-Michel Mérit - Guadeloupe
28 et 29 février Franck Noël - Nantes

MARS 2004

13 mars Christian Tissier - Pont à Mousson
14 mars Christian Tissier - Brest
21 mars Christian Tissier - Clermont Ferrand
21 mars Franck Noël - Paris
28 mars Bernard Palmier - Toulouse

AVRIL 2004

04 avril Christian Tissier - Poitiers
18 avril Alain Guerrier - Boulouris

MAI 2004

02 mai Christian Tissier - Lons le Saunier
15 au 23 mai Franck Noël - Saint Denis La Réunion
29 et 30 mai Paul Muller - Corte
20/21 et 22 mai Jean-Michel Mérit - Narbonne-jeunes

JUILLET 2004

05 au 09 juillet G. Maillot / P. Muller / G. Rettel
stage préparation BEES 1^{er} et 2^e degrés.

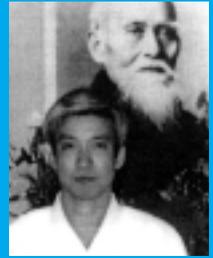
AOUT 2004

23 au 27 août B. Palmier / F. Noel - Dinard
stage enseignants et futurs enseignants

**STAGE EXCEPTIONNEL à PARIS
Les 7 et 8 Février 2004**

dirigé par
**Moriteru Ueshiba,
doshu**

petit-fils du fondateur de l'Aikido



Stade Charléty

17, Ave Pierre de Coubertin - 75013 Paris

Inscriptions auprès de votre club pour le stage,
le cocktail et le diner spectacle au Paradis Latin.

**ATTENTION ! AVANT LE 1^{ER} JANVIER
POUR LA SOIRÉE CABARET DU SAMEDI**

STAGES

- Fréjus

stage dirigé par Alain Guerrier 6e dan,
et Phillipe Grangé 4e dan du 29 au 31
mai 2004. Rens : 0494531400

- Ile de Noirmoutier

stage dirigé par Joel Roche 5e dan, du
29 au 31 mai et du 12 au 18 juillet 2004.
Rens : 0241487566

- St Pierre d'Oléron

stage dirigé par Franck Noel 6e dan, du
19 au 31 juillet 2004. Rens : 0561261031

- Hendaye

stage dirigé par P. Grangé 4e dan, du
11 au 17 juillet 2004. Rens : 0556808658

- La Plaine Tonique

stage dirigé par Patrick Bénézi 6e dan,

du 11 au 23 juillet 2004.

Rens : 0148086442 - 0611401931

- Crest

stage dirigé par Alain Guerrier 6e dan
et Phillipe Grangé 4e dan, du 19 au 25
juillet 2004. Rens : 0663061400

- Roquebrune / Argens

stage dirigé par Christian Tissier
7e dan, du 25 juillet au 6 août 2004.
Rens : 0603247649

- Porto Vecchio

stage dirigé par Christian Mouza
4e dan, du 26 au 31 juillet 2004.
Rens : 0608162488

- Estavar

stage dirigé par Franck Noel 6e dan, du
7 au 14 août 2004. Rens : 0561261031

AU REVOIR MICHEL...

Michel Leveaux nous a quittés. Toutes celles et ceux, anciens et plus jeunes, qui l'ont connu, côtoyé se souviendront de lui, qui jusqu'au bout sera monté sur le tapis et se sera entraîné avec chacun d'entre nous avec gentillesse, humilité et passion. Pionnier de l'Aikido dans le Nord, il commença à pratiquer cette discipline au club de Cambrai auquel il

restera toujours fidèle. En 1977 il entrera au comité directeur de l'UNA. Aujourd'hui encore, membre de la commission des anciens de la ligue, il avait à cœur de donner un peu de son temps à l'Aikido. Michel, nous chercherons longtemps encore, lors de nos stages, ta silhouette sur le tatami, nous rappelant alors que tu as rejoint par une dernière esquivé le paradis des aikidokas.

**AIKIDO
Origine et Transmission**

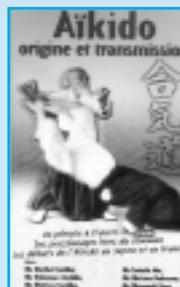
Durée 1h 08mn - VHS Pal ou DVD

Réalisation :

Alain GUERRIER 6^e dan
de l'Aikikai de Tokyo

Le réalisateur a retracé la vie de Morihei UESHIBA depuis sa maison natale de Tanabé jusqu'au nord de Hokkaido en s'arrêtant sur les lieux qui furent marquants dans l'élaboration de cet art.

Dans ce film, réalisé en vidéo numérique, Alain



Guerrier a inclus des prises de vue réalisées par lui-même en super-8 lorsqu'il résidait au Japon, concernant les maîtres qui ont assuré la succession directe : Kishomaru Ueshiba, Yamaguchi Seigo, Osawa, mais aussi, pour la transmission en France : Tadashi Abe à Marseille en 1959, Mutsuro Nakazono en démonstration à Valence puis à Marseille sur la Canebière à l'occasion des fêtes du 1^{er} mai ; Masamichi Noro au cours de son 1^{er} stage au Dojo-Beach, à Fréjus-Plage, en plein mois d'août.

Prix DVD : 39€ Frais de port : 5€

Prix VHS : 35€ Frais de port : 6€

Pour toute commande :

Tél / Fax : Alain Guerrier : 04 94 53 14 00

À l'Aïkikai de Tokyo Masamichi Noro, surdoué de l'Aïkido, devient très vite un des uchi-deshi préférés de Morihei Ueshiba, qui n'hésite pas à l'envoyer, malgré son jeune âge, comme délégué officiel de l'Aïkikai pour l'Europe et l'Afrique. Masamichi Noro arrive en France en 1961, il a tout juste 25 ans. Succédant ainsi à Tadashi Abe, il va ouvrir près de 250 clubs d'Aïkido et verra arriver en France Tamura Nobuyoshi ainsi que Nakazono Mutsuro. En constante recherche, il crée sa propre voie en 1979, sur les bases d'exercices mis au point pour se remettre d'un très grave accident dont il fut victime en 1961 : le Kinomichi, littéralement Voie de l'Énergie. En 2001, le groupe NoroKinomichi a rejoint la FFAA comme discipline affinitaire. Dans son Korindo dojo de l'avenue des Batignolles, Masamichi Noro nous reçoit pour évoquer ce parcours d'exception et sa pratique, sans jamais se départir de ce sourire chaleureux que tous ceux qui furent ses élèves lui connaissent bien.

le mouvement universel du ki

SENSEI, VOUS AVEZ DÉBUTÉ LA PRATIQUE PAR LE KENDO, JE CROIS, ET PLUS TARD L'AÏKIDO, QUELLES ÉTAIENT VOS MOTIVATIONS ?

D'abord, je dois dire, qu'enfant j'étais très souvent malade, c'était affreux. Je devais souvent rester au lit. Vers 8, 9 ans, j'étais un petit garçon plutôt faible. À la sortie de la dernière guerre, beaucoup d'officiers se sont retrouvés sans travail. Un de ces officiers ami, qui passait chez nous, dès qu'il m'a vu, a dit : « Un garçon faible comme ça, ce n'est pas possible. Il faut lui faire faire des exercices physiques. » Mon père était très content, il pensait que cet officier ferait de moi un être raisonnable. L'officier a déclaré : « Je sais faire beaucoup de choses, je suis kendoka. Je vais lui apprendre le Kendo. Il faut qu'il pratique le Kendo. » J'avais 10 ans à ce moment-là. Dans le même temps, il a dit : « J'ai rencontré Maître Ueshiba. Il a des techniques magnifiques. » Le nom de l'Aïkido était déjà dans ma tête, mais comme il était spécialiste de Kendo, j'ai fait du Kendo. Mon père était vraiment content, il voyait que petit à petit, je me développais. Ensuite, j'ai commencé à m'intéresser au corps, au mouvement

du corps. Mais à cette époque mes parents voulaient que je devienne un jour médecin, c'était leur principale préoccupation. Ma famille résidait dans le nord du Japon. J'ai été envoyé au lycée à Tokyo. Les premières années j'ai étudié très sérieusement pour faire plaisir à mes parents. Mais un jour quand j'ai vu du Judo, j'ai voulu en faire. Je suis rentré au dojo de la police, je suis rapidement devenu 1er dan et puis j'ai fini par rentrer en faculté de médecine.

C'EST À CETTE ÉPOQUE LÀ QUE VOUS AVEZ RENCONTRÉ MORIHEI UESHIBA.

Je n'acceptais pas de passer mon temps à faire des études. Je l'ai dit à mon oncle qui était un ami d'école de Kisshomaru Ueshiba, le fils du fondateur de l'Aïkido, dont j'avais entendu parlé 10 ans auparavant. Il m'a répondu : « Si tu réussis en médecine, je te présenterais au grand maître de l'Aïkido et tu pourras pratiquer. Je t'amènerai au dojo du fondateur. » Immédiatement je me suis mis aux études, et j'ai été reçu 2ème au concours d'entrée à la faculté. C'était en 1955, mon oncle m'a emmené au dojo de Morihei Ueshiba. J'ai commen-

cé la pratique tout de suite, le premier cours du matin. Kishomaru m'a attrapé, m'a fait shiho nage... j'étais judoka depuis plusieurs années, je n'aurais jamais pensé que quelqu'un puisse me projeter comme ça. C'était pas possible. J'ai été très étonné de cette technique, maître Ueshiba avait été sans pitié pour moi, mon poignet était devenu très douloureux. Deux jours plus tard, Morihei Ueshiba était là. J'ai vu, j'ai compris, c'était magnifique ! Un vieil homme comme lui, faisant de tels mouvements, se déplaçant remarquablement, avec ses cheveux et cette barbe blanches, c'était incroyable. Je me demandais où j'étais. Dès les premiers jours j'ai décidé de m'installer comme deshi. Je suis venu avec mon futon, j'ai salué le maître Ueshiba qui m'a introduit, puis je me suis installé. À cette époque là il y avait déjà, Tamura sensei, Arikawa sensei, il y avait également Okumura sensei, Tada sensei entres autres comme externes. Nous n'étions pas nombreux, parfois 5, 6 pratiquants seulement. À l'époque, Kishomaru Ueshiba était salarié dans une entreprise pour subvenir aux besoins de sa famille, et de O sensei son père également. La vie n'était pas facile, ils vivaient tous avec très peu de

moyens. Mais tout se passait magnifiquement, alors j'ai pris ma décision. Je suivrai les trois cours quotidiens, dont un dirigé par Osawa sensei. J'étais vraiment enthousiasmé.

EN QUOI LA RENCONTRE AVEC MORIHEI UESHIBA A ÉTÉ DÉTERMINANTE POUR VOUS ?

Le contact avec O sensei est inexplicable. Tout s'est fait très simplement. Il était là, par sa seule présence, par tout ce qui émanait de sa personne, j'ai été emporté. O sensei nous disait : « Ma vie c'est la réalisation de l'amour. » J'ai voulu dès cet instant devenir très vite son « chou chou ». Je me disais qu'il fallait que j'arrive à être bien avec lui pour progresser le plus vite possible. Pour qu'il me donne beaucoup. Un an plus tard, j'étais par mon travail un de ses élèves les plus proches. Un matin O sensei me dit : « Noro, tu es libre ? » Comme je lui répondais par l'affirmative, il poursuit : « Nous allons à Iwama. » J'ai pris nos bagages, et nous sommes partis pour Iwama. C'était ma première rencontre avec ce lieu aujourd'hui mythique. À Iwama, il y avait Saïto et Isoyama sensei entre autres. Je dormais dans le dojo. À 5 h 30, O sensei commençait la

journée par la prière avant de passer aux exercices. Un jour il dit : « Noro, viens, prends un bokken. » J'arrive très ému avec mon bokken. Tout d'un coup, il frappe mon bokken... Mon corps a été comme électrifé... j'ai lâché le bokken. Il a fait une moue de pitié en me disant : « Noro, ça va pas, ça va pas ? » Il me dit : « Jo, maintenant. » J'ai pensé, il va frapper comme avec le bokken. Je m'y attendais. Au même instant il frappe avec le jo. Il s'est passé le contraire. Lui même a du sentir mon énergie, il m'a dit : « Noro tu vas faire du jo... » Mais attention, mon bokken il est pas mal non plus ! Cependant depuis ce moment je fais quelques complexes vis-à-vis du bokken. Il a voulu que je continue l'exercice après le cours. Il m'a montré des roseaux géants dans le jardin et m'a dit : « Voilà ton partenaire. » Il m'a montré un mouvement technique en me disant : « Fais ça ! » « Oui sensei. » Je commence, mais au Japon, on n'arrête pas la pratique avant que le maître le dise. Il s'était assis à une table et me regardait. Le temps s'écoulait, je faisais la technique, combien de temps je ne sais pas, mais jusqu'à épuisement.

Je me suis approché de lui à quatre pattes pour demander pardon de m'être arrêté. Mais en fait, il dormait... !

COMMENT A ÉTÉ DÉCIDÉ VOTRE DÉPART POUR LA FRANCE ?

Normalement c'est Tada sensei et moi qui devions venir en Europe après le retour au Japon de Tadashi Abe, pour lui succéder dans ses fonctions. Nous étions délégués pour l'Europe et pour l'Afrique. C'est O sensei qui a décidé sur une proposition de Kishomaru. C'est comme ça qu'en 1961, j'ai débarqué à Marseille, après une longue traversée en bateau. Je me suis d'abord installé à Cannes. J'étais seul, Tada finalement avait décidé de rester au Japon. Je devais changer de pays tous les trois mois car je n'avais pas de visa de séjour, Italie, Allemagne, Afrique. Je suis resté 8 ans sans pouvoir rentrer au Japon. C'était pas possible, ça coûtait très cher et j'avais très peu de moyens, malgré les 250 sections que j'avais réussi à ouvrir. Fin 1968, je suis rentré au Japon parce que mon père était très malade. Dès que j'ai posé le pied, je suis allé directement à l'Aïkikai, c'est normal. Je suis resté dormir et j'ai assisté au cours de O sensei dans le nouveau dojo où il y avait maintenant beaucoup de pratiquants. Il était très âgé, sa mémoire était devenue très faible. J'étais en seiza parmi les autres, O sensei s'approche de moi et me demande : « Qui es-tu ? » « O sensei, je



À mains nues ou aux armes le Kinomichi reprend toutes les techniques de bases, de l'Aïkido.

suis Noro. » Puis il part et puis revient : « D'où viens-tu ? » « D'Europe, O sensei » Il m'a redemandé 4 ou 5 fois. Alors Kishomaru s'est approché et lui a dit que j'arrivais de Paris. Tout d'un coup, il a réagi et s'est mis à sauter de joie en disant : « Noro est là, Noro est là ! » Je voyais que tout le monde se demandait ce qu'il avait. C'était dans les derniers moments de sa vie. Peu de temps après il est décédé.

J'IMAGINE QUE LE PROCESSUS DE CRÉATION DU KINOMICHI A ÉTÉ ASSEZ LONG, QUAND S'EST-IL IMPOSÉ À VOUS ?

Tout d'abord il y a eu ce premier choc pour moi. Un accident de voiture en 1966 où j'ai été laissé pour mort. La vitesse me passionnait. Quand je suis revenu à moi, je me souviens bien, deux ou trois de mes élèves étaient à mes côtés qui me regardaient. Ils m'ont dit : « Vous avez eu un accident en voiture. » Tout le monde était très inquiet. J'étais allongé dans mon lit, tout de suite j'ai fait bouger un pied puis l'autre. Donc je pouvais faire quelques mouvements. La main droite pas de problème, la main gauche, paralysée, aucune sensation. J'ai demandé à parler à un médecin à qui j'ai demandé comment ça se fait que ma main ne réagit pas. Il m'a répondu : « D'ici quelques mois ça reviendra. » J'étais soulagé. J'avais conservé la possibilité de bouger. Mais durant ces moments de souffrance, je me suis posé beaucoup de questions. Je me disais : Qu'est-ce que c'est que cette vie là ? Que suis-je moi-même ? J'ai dit au médecin que je voulais quitter la clinique dans une semaine, que je voulais faire des exercices pour développer mon corps de nouveau. Il ne voulait pas me libérer avant un mois. Ce



NAISSANCE DE LA TENUE DU KINOMICHI

Reconnaisable entre tous, le hakama du Kinomichi est né, au début des années 80, de l'inspiration d'une élève de maître Noro. Styliste chez Hanae Mori, la maison de haute couture de renommée internationale, Mouchy, sur la demande de maître Noro va lui proposer divers croquis, directement inspirés des tenues des samouraï du 17e et 18e siècles qu'elle avait référencée lors de ses multiples séjours au Japon. La tenue blanche actuelle et la veste blanche que portent les hakama sont fabriqués en France à partir de l'un de ses croquis. Le hakama rayé, fabriqué au Japon, est référencé dans la gamme des échantillons fournis pour les hakama traditionnels.

Le MON est l'emblème de la famille paternelle de maître Noro.





masamichi noro

n'était pas possible. Mais comme je faisais bêtises sur bêtises, il a fini par demander à mon élève de m'emmener ailleurs. J'ai commencé les exercices, j'ai demandé à Asai qui est en Allemagne de venir me rejoindre et je lui ai dit : « Asai, à partir de maintenant, exercices tous les deux. »

Dix jours après l'accident, je commençais les exercices, mais mon corps ne suivait pas. J'avais partout des cicatrices. Le choc avait été très dur, mais j'avais envie de m'en tirer. Je m'entraînais sans cesse, et dans le même temps je me questionnais encore, ma vie, cette énergie en moi. Que suis-je ? J'avais une énergie extraordinaire. Je sentais la flamme en moi. Je voulais dans mes exercices dépasser mes limites. Je ne pensais qu'en termes d'énergie. Je me rappelais les paroles de O sensei : « Homme, ciel, terre. » Il

disait souvent : « C'est cercle, carré, triangle. Le cercle c'est l'univers entier, le carré c'est la terre, le triangle c'est l'homme. L'harmonisation de ces éléments, c'est le ki. » Tous ces exercices, je les faisais à partir du centre vital, le hara. C'est le moteur de l'énergie, de tout. C'est cette force qui est en contact avec le ciel et la terre. Je saisisais toujours plus les paroles de Morihei Ueshiba.

Un jour, plusieurs années après mon accident, comme je marchais dans la forêt, en regardant un arbre j'ai repensé à O sensei qui avec sa main réalisait l'harmonie entre l'arbre et lui-même. Je m'interrogeais. Comment l'arbre réalise son énergie de vie ? Il puise sa force dans la terre par ses racines, elle passe par le tronc pour s'élever vers le ciel en créant un espace vital. C'est ça, c'est ça qu'il faut, me suis-je dit. Je cherchais

partout comment réaliser l'équilibre dans mon corps, ça devenait plus clair. Si nous réalisons l'énergie entre ciel et terre. Si mon corps énergie est harmonisé avec le souffle de la terre. Ce n'est pas simple mais c'est là notre force de vie. Un jour Graf von Durckheim, que je considérais comme mon ami, et dont je suivais l'enseignement, me dit : « Qu'elle est ton idée ? » Je lui ai répondu que le hara, c'est l'outil pour réaliser l'énergie. L'homme doit utiliser son énergie vitale centrée dans le hara. Pour se réaliser, il doit harmoniser cette énergie, la force de la terre avec la force du ciel. Pour vivre, notre force doit rester sur terre. Si nous élevons

cette force vers le ciel, il nous renvoie sa force d'équilibre. La force du ciel passe par notre corps vers la terre ; les deux forces se rejoignant au cœur de notre corps. J'étais convaincu que tant que nous vivons, nous devons faire des exercices de terre-ciel pour garder cette énergie. En Aikido, on parle également de centre vital. De fait, j'étais arrivé à une réalisation personnelle, parfois en opposition avec la pratique de mon maître Morihei Ueshiba. À ce moment là, j'ai pensé qu'il fallait que je quitte l'Aikido. Ce n'était pas facile à assumer. J'en ai parlé à mes proches. Je leur ai dit qu'avec l'Aikido j'avais connu la réussite, mais que maintenant, le moment était venu de créer ma propre voie. Que je la nommais, Kinomichi, la voie de l'énergie. Que maintenant, la vie sera peut-être moins facile, moins confortable... J'aurais pu continuer à enseigner l'Aikido, mais il aurait fallu que je triche avec moi-même. Inimaginable. En décidant de me lancer dans cette voie, je prenais des risques importants, notamment de ne pas être suivi par mes élèves. Il y avait beaucoup de raisons objectives que je puisse me tromper. Tant d'idées, parfois géniales, n'ont jamais abouti. Je pouvais me retrouver dans l'impossibilité de nourrir ma famille et même me retrouver mendiant... J'ai demandé à Odyle mon épouse ce qu'elle pensait du nom Kinomichi. Elle m'a répondu : « Kinomichi... Kinomichi... Ça va, c'est bien. » Voilà comment j'ai annoncé la création de ma voie. C'était en 1979. Treize ans après mon accident, j'étais

parvenu à la réalisation de ma propre voie. J'avais expérimenté pendant ces années un certain nombre de techniques de kinésithérapie pour retrouver mon équilibre. Le Kinomichi est fondé sur l'ensemble de cette expérience énergétique. Un mois plus tard, tous mes instructeurs sauf deux ou trois ont démissionné. J'ai aussi perdu la moitié de mes hakama, j'étais déçu, triste. Entre temps, j'avais eu des mots assez durs avec Kishomaru Ueshiba concernant cette nouvelle organisation de mon enseignement, mais nous nous sommes finalement et définitivement réconciliés en 1986. Aujourd'hui, je suis très heureux que le Doshu Moriteru Ueshiba ait répondu favorablement à l'invitation de la FFAAA de venir diriger un stage en 2004 à Paris. J'avais prévenu ma famille que cela pouvait arriver. Maintenant il fallait reconstruire, mais sur de bonnes bases, lentement, avec le temps.

À QUEL MOMENT AVEZ-VOUS RENONCÉ AU CARACTÈRE MARTIAL DE L'AÏKIDO ?

Cela fait déjà bien longtemps. Vous savez, toutes les techniques, comme shiho nage par exemple, il fallait qu'elles soient efficaces. Mais moi je n'ai jamais aimé l'affrontement. J'ai toujours pensé aux paroles révolutionnaires de Morihei Ueshiba : « La technique est au service de l'amour. » Au fond de moi je n'aime pas l'affrontement, alors le temps était arrivé d'éliminer tout affrontement. Mais malgré ça, si quelqu'un de très puissant, de physiquement bien développé se présente avec sa force, je lui dis : viens, bouscule moi... Je passe alors ma technique pour montrer que je suis encore dans la recherche.

PRÉCONISEZ-VOUS UN TRAVAIL PARTICULIER SUR LE KI ?

Beaucoup de pratiquants d'arts martiaux parlent de ki, mais ce ki, ils l'utilisent pour s'affronter. Un jour je vois deux de mes élèves qui pratiquent comme dans un affrontement. Dans l'exercice, ils étaient très contractés. L'un dit : « Toi, tu as du ki. » Alors je leur ai dit, ça ce n'est pas du ki. Le ki c'est le souffle universel, c'est un souffle créatif. Ce qui est destructif, ce n'est pas du ki. Le ki c'est l'amour et l'amour doit être harmonisation. L'énergie c'est la rencontre homme-

PROGRESSION DANS L'INITIATION AU KINOMICHI

Initiation 1 :

3 mouvements de ciel et 3 mouvements de terre constituent l'essentiel des bases et permettent l'apprentissage des positions fondamentales : étirements, spirale, diagonale et notion de contact avec le partenaire.

Initiation 2 :

les débutants peuvent y participer à partir de 20 leçons effectuées en initiation 1. reprise des bases dans le dynamisme.

Initiation 3 :

à partir de 90 leçons et avec l'auto-réservation de maître noro. initiation 4 et 5 : perfectionnement réservé aux futurs hakama et aux hakama.

Pratique du jo et du bokken :

symbole de la chevalerie japonaise, leur utilisation contribue à affiner les sensations corporelles et les positions de base.

terre-ciel. Quelqu'un qui dans un affrontement projette son partenaire très loin, ça ce n'est pas du ki. Dans ces moments là, je me dis que tout ça doit changer. Nous devons changer. Quel est le sens de cette vie moderne, qui établit cette relation entre les êtres, quand je vois le monde d'aujourd'hui avec tous ces conflits ? La véritable force est dans celui qui crée une relation d'amour entre les hommes. Entre l'homme et la nature, entre l'homme et l'univers. C'est cette énergie que le Kinomichi veut développer par ses exercices. Mais malgré cela quelqu'un peut arriver, se durcir et briser cette harmonie.

QUELS SONT LES PRINCIPES FONDAMENTAUX QUI DÉTERMINENT LE KINOMICHI ?

La rencontre, la communication, l'amour, la paix. Souvent je dis dans mes cours : quand on commence l'éducation dans l'enfance, tout n'est que méfiance. Beaucoup de méfiance. Attention, méfie-toi ! À l'école, qui t'as frappé ? Untel, alors va le tabasser. Quelle note ? Qui est fort ? Qui est faible ? Plus tard dans la vie active, la rivalité s'installe. Il faut être le meilleur. Plus fort, plus beau, etc. Je dis l'énergie du Kinomichi, ce n'est pas ça. C'est l'esprit d'ouverture, le contact par l'exercice. Cet exercice, c'est comment optimiser cette énergie qui passe par la terre et s'élève vers le haut en traversant le corps. Bien sûr le Kinomichi n'est pas seul à utiliser ce principe. À l'origine de la danse déjà ce principe

dominait. Dans les danses primitives comme dans les danses modernes, l'énergie s'élève des pieds vers la tête, de la terre vers le ciel. Aujourd'hui malheureusement, il n'existe plus de discipline qui travaille ce principe terre-ciel.

QUE DEVIENT LA RELATION TORI-UKÉ COMME LA CONNAISSENT LES PRATIQUANTS D'AÏKIDO ?

Kinomichi, c'est l'art du mouvement. C'est dans le mouvement que s'exprime cette énergie dont nous avons parlé. Tori est au centre de cette spirale, uké, comme un atome, est en en gravitation autour de ce centre. L'esprit est dans ce mouvement d'harmonisation entre tori et l'attaque de uké. C'est à cela qu'il faut arriver, faire disparaître le désir de domination par l'affrontement. Tori et uké c'est l'harmonisation. Ce doit être une rencontre pour créer le souffle de l'harmonisation.

LES TECHNIQUES DE BASES DE L'AÏKIDO SE RETROUVENT-ELLES DANS LE KINOMICHI ?

Toutes. Nous travaillons toutes les techniques de l'Aïkido. Parce que je ne connais que l'Aïkido, pas autre chose. Mais, la première chose à faire, par exemple shiho nage. Nage, projection. Dans la tête vient tout de suite l'idée de projeter. Ikkyo, autre exemple, immobilisation. Déjà, c'est deux exemples d'un début d'affrontement dans les esprits, alors j'ai supprimé tous ces nage et immobilisations. De même pour ce qui concerne les attaques. J'ai gommé l'esprit guerrier de l'attaque,

Une recherche d'esthétisme et d'harmonie domine la pratique du Kinomichi.



...De fait, j'étais arrivé à une réalisation personnelle, parfois en opposition avec la pratique de mon maître Morihei Ueshiba.

À ce moment là, j'ai pensé qu'il fallait que je quitte l'Aïkido. Ce n'était pas facile à assumer. J'en ai parlé à mes proches. Je leur ai dit qu'avec l'Aïkido j'avais connu la réussite, mais que maintenant, le moment était venu de créer ma propre voie...



donc la forme combative des défenses. Les techniques de l'Aïkido sont utilisées comme vecteur de communication, d'harmonisation, dans l'esprit défini par O sensei. L'aspect extérieur de shiho nage reste shiho nage, mais à l'intérieur de la forme, ce n'est qu'harmonie. C'est pourquoi je l'ai nommé : premier mouvement du ciel. Et ikkyo : premier mouvement de la terre.

LE TOUCHER, DANS VOTRE PRATIQUE, SEMBLE ÊTRE UN ACTE LIBÉRATEUR.

Bien sûr. Attention ! Le toucher peut aussi être un piège. Dans le Kinomichi, le toucher est un facteur de communication partagé. Il faut faire une distinction, dans le toucher les deux souffles ne doivent pas s'affronter, sinon c'est la destruction.

AVEZ-VOUS ÉGALEMENT ADAPTÉ LE TRAVAIL AUX ARMES DE L'AÏKIDO À VOTRE PRATIQUE ?

Tout à fait, les armes de l'Aïkido se retrouvent dans la pratique du Kinomichi. L'arme doit être un moyen de développer le ki, comme nous l'avons défini précédemment, principalement le bokken et le jo. C'est le premier Shogun, Tokugawa, qui a déclaré au XVIIe siècle : « Maintenant assez de guerre, le Japon doit retrouver la paix. » C'est sous son ère que le sabre du samouraï a évolué vers un instrument au service de la paix. L'arme ne devait plus servir à tuer mais au contraire à favoriser l'équilibre intérieur, tout en devenant un symbole de pureté comme on le vit aujourd'hui. C'est dans cet esprit que le samouraï

devait utiliser son arme. C'est aussi à ce moment que le bujutsu (technique de guerre), a évolué vers le bugei (art de paix). La pratique des armes était devenue une pratique dans la joie de vivre. C'est dans cet esprit là qu'elle s'intègre dans le Kinomichi. Encore une fois, la voie que nous a montrée Morihei Ueshiba.

À QUI S'ADRESSE LA PRATIQUE DU KINOMICHI ?

À personne en particulier, à tout le monde, aux enfants comme aux adultes jusqu'à un âge avancé. J'ai même une pratiquante de 80 ans, elle est magnifique, extraordinaire. Il est bien sûr possible de s'initier à tout âge. Le devoir des anciens est de s'ouvrir aux débutants. Cette communication est inscrite implicitement dans le Kinomichi.

LE KINOMICHI EST EN QUELQUE SORTE L'ŒUVRE DE VOTRE VIE, COMMENT LE VOYEZ-VOUS AUJOURD'HUI ?

Déjà presque 25 ans que nous développons notre art. Je suis très enthousiaste. Cet exercice me paraît nécessaire pour l'humanité. Nous nous sommes développés dans de nombreux pays, en Europe et dans le monde entier. Le mois prochain je serais au Mexique où j'ai beaucoup d'élèves. Nous pouvons créer une autre dimension dans la relation humaine. Nous sommes déjà nombreux dans cette pratique. Je ne sais pas exactement à quel stade nous sommes arrivés, mais le Kinomichi fait toujours plus d'adeptes. ☸

entretien avec

alain verdier

Très investi dans la marche en avant de l'Aïkido en France, comme membre du Collège Technique ainsi que de la Commission Paritaire, Alain Verdier 5e dan, nous livre son point de vue, riche d'une expérience précoce à l'Aïkikai de Tokyo, sur sa pratique et l'enseignement de l'Aïkido .

L'EXPÉRIENCE TRANQUILLE

D'avoir reçu l'enseignement des senseis à l'Aïkikai de Tokyo a-t-il influencé votre conception de l'art martial ?

N'étant pas, je pense, complètement imperméable à mes congénères, il serait quelque peu présomptueux de ma part de dire que ma conception de l'aïkido est sortie indemne des divers enseignements que j'ai pu recevoir à l'Aïkikai, ou en France d'ailleurs dans la mesure où c'est moins une question de lieu que de personne. Au premier plan, il y a en effet les maîtres, les enseignants et l'attrait, donc l'influence qu'exerce sur votre pratique tel ou tel, la perspective qu'il représente. La qualité de cette influence est certainement en partie fonction de la qualité de la relation entre l'enseignant et l'élève et cela ne se décrète pas. Je suis souvent surpris par le manque de pudeur d'aïkidokas même confirmés qui, en la matière, pensent qu'il suffit d'avoir choisi un maître pour que celui-ci les ait élus. Outre le paradoxe évident que représente cette attitude, il s'agit là d'une belle illustration de cette étape égocentrique par laquelle doit passer tout aikidoka et qui aurait tout à gagner à rester une étape.

Après, bien sûr, il y a le contexte un peu particulier, un peu mythique je dirai, de l'Aïkikai, l'organisation spécifique des cours, leur succession tout au long de la journée du

matin très tôt jusqu'au soir, avec des maîtres différents mais tous de valeur, une « clientèle » également différente selon les moments de la journée. Tout ceci permet au pratiquant curieux et assidu d'enrichir considérablement sa pratique, de varier les expériences ; il en arrive même parfois à oublier qu'il fait un art martial tellement « le cours d'aïkido » est inscrit dans son quotidien et c'est là peut-être qu'il s'imprègne le plus des valeurs essentielles de l'aïkido ; tout ceci évidemment est à la mesure de la perméabilité dont on est capable à ce moment-là.

Faut-il s'imprégner de culture japonaise, de ses rituels, pour mieux comprendre l'aïkido ?

Cela ne peut pas faire de mal !

Plus sérieusement, cette question soulève deux problèmes. Un premier que je formulerais ainsi : « faut-il ou doit-on rester fidèle aux origines de l'aïkido ? » Je sais qu'il s'agit d'un sujet sensible chez nombre d'aïkidokas ; répondre positivement relève, à mon avis, d'une forme de « primordialisme » qu'on pourrait définir comme l'idée, la volonté, l'invocation d'une fidélité intégrale aux origines. Cette idée me semble nier complètement le fait que, si l'histoire de l'aïkido n'a pas forcément un sens, elle a en revanche un cours, un déroulement. La création de l'aïkido est, par définition, un moment essentiel de ce déroulement et il ne s'agit pas bien sûr d'en contester l'impor-



tance. Il n'en reste pas moins qu'il serait aberrant que l'aïkido se donnât comme objectif ou aboutissement la stricte observance de ses origines. Cette forme d'intégrisme, qui par définition n'a que le temps en sa faveur, pourrait avoir comme effet pervers de dispenser de toute réflexion active sur ce que l'on fait, ce qui irait certainement à l'encontre des valeurs que souhaite promouvoir l'aïkido.

Le deuxième problème tient à l'aspect universel de l'aïkido. Si, comme l'a voulu le fondateur, l'aïkido se situe au-delà de toute culture, de toute époque, de toute race et religion, il serait quelque peu paradoxal de devoir s'imprégner de culture japonaise pour pratiquer le « véritable aïkido ». Qu'un minimum soit souhaitable et souhaité, je le conçois tout à fait, et on ne peut que se féliciter de l'apport que constitue à cet égard l'enseignement de ceux qui ont longtemps séjourné au Japon.

En revanche, la compréhension, telle qu'on l'entend pour l'aïkido, c'est à dire non pas seulement intellectuelle mais aussi psychologique et physique, voire sensorielle, nécessite une certaine réceptivité qui peut être fonction des conditions d'accès à l'aïkido. En dehors du Japon, se mettre à la pratique de l'aïkido est souvent perçu par l'intéressé comme un événement à la mesure de la rupture psycho-sociologique qu'il constitue. Au contraire, le Japonais, ou le Français vivant au Japon, ne ressent pas, me semble-t-il cette rupture, ce qui lui permet d'entrer de plain-pied dans la pratique, sans traumatisme, et d'adhérer plus simplement et immédiatement au projet qui lui est proposé.

Je pense que l'enseignement de l'aïkido en France doit aussi prendre en compte cet état de fait et s'efforcer de dédramatiser cet aspect de la pratique afin qu'elle puisse être vécue pleinement.

Chaque discipline martiale a son efficacité spécifique, quelle serait celle de l'aïkido ?

L'efficacité peut se décliner à différents niveaux. Au-delà de celle qui consiste à réduire momentanément ou définitivement, partiellement ou complètement, un adversaire ou réputé tel, il y a d'autres formes d'efficacité plus largement opérationnelles qui me semblent pouvoir être développées par l'aïkido ; la plus intéressante à mes yeux est celle liée à ce qu'on peut appeler, faute de mieux, la présence ; une présence qui serait autre chose que la concentration au sens où on l'entend habituellement et qui confine parfois à l'obsession, une présence qui se libérerait de toute visée narcissique, une présence qui, à travers un conflit dont on ne sait jamais complètement s'il est « pour de faux ou pour de vrai », serait faite de disponibilité, de lucidité, une présence qui serait productrice d'un

Au-delà de la technique, l'aïkido est un état harmonieux entre soi et son partenaire, sans considération de culture de race ou de religion.

espace commun entre les protagonistes, une présence qui ne se nourrirait pas de l'élimination, même symbolique, de l'autre. La véritable supériorité de l'aïkido en tant que système éducatif est bien dans la reconnaissance qu'au-delà de la fusion ou de la séparation il y a la place pour un espace commun où chacun justement peut affirmer sa présence. Quelle discipline collective, à part peut-être la démocratie dans le domaine politique, peut se prévaloir d'une telle aspiration ?

Bien sûr, pour nous aïkidokas, l'aïkido a toutes les vertus, en tout cas celles qu'on veut bien lui prêter ; gardons nous de croire cependant que l'aïkido crée « naturellement » cette présence, il ne fait que porter en lui cette opportunité qu'il appartient à chacun d'entre nous de révéler par une pratique assidue et vivante.



Après toutes ces années de pratique de l'aïkido, quelle est l'orientation principale de votre enseignement ?

Elle est très liée à ma réponse précédente. C'est tenter de mettre en oeuvre les moyens permettant de faire émerger et s'affirmer cette présence. Quels sont-ils ? Ce peut être, par exemple, de montrer que la concentration n'est pas le fait de centrer son attention sur un point, de se fixer mais au contraire d'être relâché, dans le sens de « serein », c'est à dire d'être disponible pour intervenir à tout moment sans donner de point d'appui au partenaire. C'est, dans le droit fil, essayer d'avoir l'esprit libre, libre de tout objectif, de tout résultat susceptible d'être utilisé pour une reconnaissance de soi par les autres, c'est éviter d'avoir une vision



...Ce n'est qu'en améliorant la qualité du passeur et la qualité de la « marchandise » passée qu'on améliorera la transmission.

En aikido, les deux sont intimement liés même si certains considèrent un peu schizophréniquement que pédagogie et contenu peuvent faire l'objet d'un traitement séparé.

Je pense par exemple que, dans l'enseignement de l'aikido, il ne faut pas systématiser le recours à des artifices pédagogiques....



linéaire du temps où il y aurait un début et une fin et où l'on serait à la fois prisonnier du passé et dans l'angoisse du futur, c'est vivre plus intensément le présent pour ce qu'il est et qui ne vaut que pour ce qu'il est.

Bien entendu, à un niveau « technique » moindre, je m'attacherai à faire prendre conscience aux débutants du plaisir qu'ils peuvent éprouver à se mouvoir par rapport à un partenaire, à chuter pour mieux se relever... en évitant également que ces objectifs ne deviennent pour moi une idée fixe ! De façon générale, je m'efforce de solliciter progressivement et le plus intensément possible la « présence » chez les élèves, en étant convaincu qu'il s'agit là d'un puissant levier d'autonomie et de responsabilité en même temps qu'un moyen non négligeable d'améliorer la qualité des relations.

Quel principe majeur proposez-vous à vos élèves pour progresser plus rapidement ?

Au bout de plusieurs années d'enseignement, on sait tout qu'il est un peu vain de vouloir faire progresser plus rapidement les élèves : l'aikido n'est pas une course, même pas une course de fond. La bonne vitesse de progression, c'est celle où l'élève a l'intime conviction, corroborée par le

regard de l'enseignant, qu'il progresse. Le problème récurrent de la pédagogie touche au choix de la logique d'enseignement : faut-il privilégier une logique de la restitution ou une logique de la compréhension ? Bien sûr, ce n'est pas aussi tranché que ça mais on penche tous d'un côté ou de l'autre. En ce qui me concerne, je penche plutôt du côté de la compréhension, car ce me semble plus prometteur, mais je ne minimise pas du tout l'intérêt de la restitution. Surtout si c'est une restitution bien comprise ! Ce qu'il faut éviter à tout prix, c'est que l'aikido ne devienne par trop réducteur et n'enferme ses pratiquants dans des schémas stéréotypés, auquel cas on se dirigerait tout droit vers la mort de ce qui est vivant. Pour répondre plus directement à votre question, je crois que la progression est directement fonction du plaisir que l'on a à se sentir progresser et qu'elle se moque un peu des délais de livraison.

Les techniques d'armes peuvent-elles avoir un effet dans ce sens ?

C'est une question qui aura du mal à être tranchée ! Faut-il avoir fait du latin et du grec pour s'exprimer plus vite et correctement en français, pour être un bon écrivain ? Je n'ai pas d'avis arrêté, mais concernant le sujet qui nous occupe, je ne demande qu'à être convaincu tant je suis intimement persuadé, pour l'avoir vécu de façon furtive, qu'il y a un lien mais qu'il n'est pas toujours là où on essaie de nous faire croire qu'il est. Il n'est pas rare que la pratique des armes soit considérée par les enseignants comme un dérivatif à l'aikido. Il n'est pas rare non plus que cette même pratique soit vue comme parfaitement indispensable à toute progression en aikido. Alors, fusion ? séparation ? Il y a sûrement un espace commun entre aikido et armes où les positions peuvent s'affirmer sans se rejeter. Même si pour d'aucuns, le travail des armes donne l'illusion d'un plus grand réalisme, au fond il est plus austère, dans un premier temps moins chargé de valeur « communication », le contact y est plus virtuel et, de ce fait, il me semble que c'est une pratique qui exige beaucoup de temps et d'investissement avant de pouvoir faire un début de lien avec l'aikido. Ce n'est bien entendu pas une raison pour ne pas s'y adonner, ce pourrait même être une raison pour le faire mais, dans tous les cas, je ne crois pas à l'effet d'accélérateur que cela pourrait avoir sur la progression en aikido.



rencontre avec

marc bachraty

Technicien exemplaire de la génération montante de l'Aïkido français, Marc Bachraty, 4e dan, a suivi une formation pluridisciplinaire qui donne à son enseignement un attrait particulier.

GÉNÉRATION PLURIELLE

Vous avez une pratique du budo assez complète, quelles écoles vous ont le plus marqué ?

En effet, j'ai pratiqué pendant 5 ans le judo, comme beaucoup d'enfants qui souhaitent commencer un art martial. Ce n'est qu'à l'âge de 16 ans, en 1985 que j'ai découvert l'aïkido. C'est dans le dojo de Mariano Aristin que j'ai fait mes premiers pas. J'aimais la dynamique et le sérieux qui se dégageaient de ses cours. Mariano Aristin nous donnait aussi une fois par semaine un cours d'armes essentiellement basé sur l'étude de l'aïki-ken et de l'aïki-jo. Après quoi l'on pratiquait le iaido de l'école seitei-iai.

Assez rapidement, les anciens du club m'ont poussé à faire des stages et c'est ainsi que j'ai fait mon premier stage avec Endo sensei en 1987. Il y avait présents tous les hauts grades

qui font aujourd'hui la fédération. Et c'est là aussi que j'ai fait la rencontre de Christian Tissier, qui passait parmi les élèves pour nous aider à décrypter les techniques que nous enseignait Endo sensei. Depuis ce jour je n'ai cessé de participer aux stages de ligues et à ceux de Christian Tissier. Plus tard je suis allé rejoindre le Cercle Christian Tissier à Vincennes.

Par ailleurs, sur les bancs du lycée on échangeait nos techniques respectives avec des amis qui pratiquaient le karaté. c'est ainsi que je me suis rendu compte qu'il fallait que j'améliore ma compréhension des frappes pour rendre ma pratique de l'aïkido plus pertinente. J'ai découvert le karaté Goju-ryu d'Okinawa par l'intermédiaire de Zenei Oshiro. Pendant des années, j'y suis allé deux fois par semaine dans un petit dojo du 12^e arrondis-

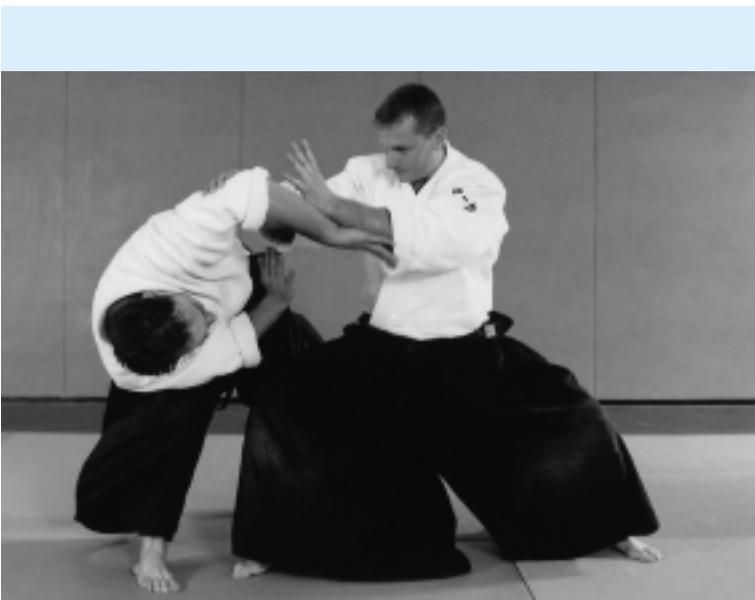
sement de Paris. Ce style de karaté très sobre et très pragmatique s'utilise sur des distances courtes. Les positions sont plutôt hautes et naturelles ; on y cherche à concentrer toute la puissance dans le hara afin d'être stable et enraciné. Ce style accorde une place importante au travail à deux et il y a même des exercices qui s'apparentent au travail des mains collantes du Tai-chi chuan que je pratique un peu. Par ailleurs Zenei Oshiro qui a été l'élève de maître Matayoshi aussi un expert du Kobudo d'Okinawa. Alors parallèlement au karaté je pratique aussi cette discipline, depuis maintenant une dizaine d'années.

C'est ainsi que je perçois le budo comme une voie initiatique qui vise à la formation physique et spirituelle de l'individu, dans un engagement sur le long terme. Il y a dans le budo cette volonté constante de faire de sa

pratique un lieu de vie et d'éveil en considérant notre corps comme un moyen d'aller à la rencontre de nous-même et des autres. Il faut s'efforcer par un travail corporel de comprendre les principes qui donnent du sens à la vie. La pratique du budo exige de la volonté, de la conviction, de l'humilité pour accepter de remettre sans cesse en cause son savoir ou ce que l'on croit posséder.

Pourquoi avoir choisi l'Aïkido comme pratique centrale aujourd'hui ?

L'une des compréhensions fondamentales du budo est sa relation étroite avec les questions existentielles que l'on peut se poser. Il nous permet chaque jour qui passe d'apprécier intensément la vie en respectant les autres, la nature et de se connaître davantage, pour trouver la sérénité. L'Aïkido est ce moyen d'y parvenir, et



peut se définir par ces deux mots : l'empathie et la clémence.

Dans la relation que l'on établit, il y a toujours cette volonté d'écouter, de sentir, de comprendre les intentions du partenaire. Toute la pratique de l'aïkido doit tendre à nous harmoniser ; faire que l'on assure notre devenir dans la rencontre avec l'autre, en trouvant les principes qui animent toute rencontre. On s'efforcera de respecter sans cesse l'intégrité du partenaire en assurant sa propre sécurité. Je crois que le pouvoir de contrôler ses émotions a d'énormes répercussions sur la façon dont on organise sa pensée, et sur la façon dont on exécute une technique.

L'aïkido, est aussi le seul art martial où il est fait cas du travail de uke. Celui-ci nous rappelle sans cesse que des événements imprévus peuvent arriver à tout instant, nous obligeant à s'adapter aux circonstances.

L'Aïkido, c'est aussi avoir un esprit présent, vigilant et attentif à tout ce qui nous entoure.

Enfin, j'aime l'esthétique de l'aïkido, son raffinement lorsqu'il est animé par la fluidité et la dynamique.

Suivez vous un sensei particulièrement ?

En aikido, je suis l'enseignement de Christian Tissier depuis de nom-

breuses années maintenant. Christian Tissier est une personnalité à part dans le monde de l'Aïkido. C'est un être brillant que j'ai la chance de côtoyer un peu. Son attitude est exemplaire et de toutes les rencontres que j'ai faites c'est certainement la personne qui influence le plus ma pratique.

Dans ses cours, il a toujours le désir de nous transmettre un enseignement rigoureux et profond, faire en sorte que nous puissions comprendre ce qui est important dans une technique, et aller directement à l'essentiel. Sa façon de concevoir et d'expliquer un geste est sans nul autre pareil. Il est toujours très pur et le plus simple possible dans ses démonstrations. Mais nous savons tous que la conception simple, sans superflu d'un geste technique demande une longue maturation et des années de travail et de recherche. C'est ainsi que du débutant au plus gradé, chacun pourra trouver les outils nécessaires à sa compréhension pour améliorer sa technique.

Ce qui me marque le plus en lui, c'est cette capacité à renouveler sans cesse sa pratique et à nous apporter de la nouveauté. Il est en constante recherche. Par sa clairvoyance et son discernement, sa constance et sa

rigueur, il est capable de nous pousser loin dans nos objectifs afin d'élever notre niveau.

Il y a également Zenei Oshiro, qui avec patience et gentillesse dispense ses cours avec un rare enthousiasme. Il me permet de comprendre un peu plus la pensée japonaise dans la conception du karaté et les valeurs humaines qu'exige cette discipline. C'est aussi une personnalité discrète et rayonnante. Merci à eux deux.

À vous voir pratiquer, il semble que la vitesse d'exécution soit un facteur primordial dans la technique ?

La vitesse est une qualité qu'il nous est offerte de découvrir, aussi je pense qu'elle est utile.

C'est une des expressions de la vitalité. Personnellement, j'ai toujours été impressionné par cette qualité chez les kendoka, qui dans leur concentration extrême et leur apparente tranquillité extérieure, sont capable de faire jaillir en une fraction de seconde, une frappe incisive et déterminante en clouant littéralement sur place l'adversaire.

Mais bien sûr, la vitesse rime avec lenteur et ce sont ces deux expressions de l'énergie qui vont donner le rythme à la technique.

J'aime cette capacité à être vif, tonique et dynamique. Du reste le

travail des armes nous donne l'occasion d'exprimer cette notion.

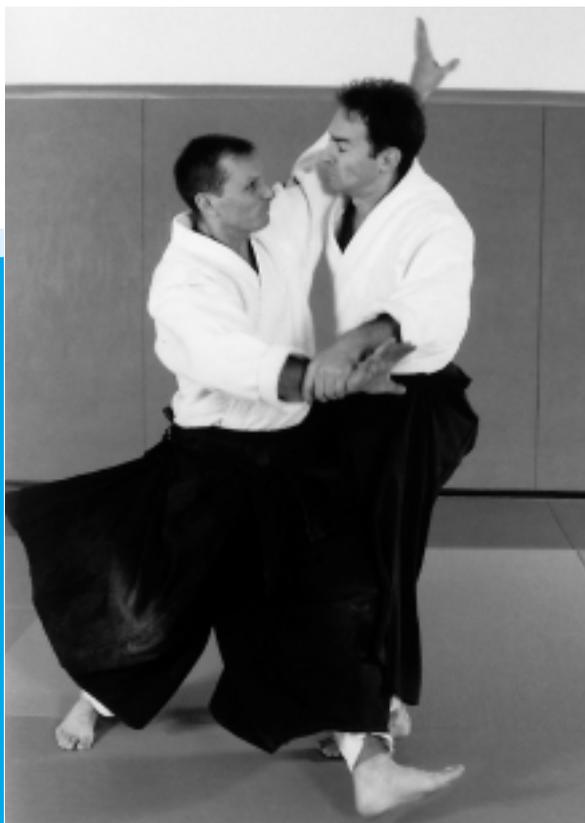
La vitesse n'est possible que si le corps est suffisamment relâché pour laisser fuser le geste. En d'autres mots le relâchement peut être la mesure de la vitesse.

Pour ma part et en rapport à mon âge, je pense que cela correspond à une étape qu'il faut expérimenter pour voir ce qu'il y a derrière. La vitesse est inscrite dans l'esprit des arts martiaux japonais. Il y a toujours cette volonté d'optimiser un geste pour le rendre le plus spontané et le plus pertinent possible à l'instar de l'archer qui n'aurait qu'une seule flèche dans son carquois pour atteindre une cible mouvante.

La vitesse fait aussi appel au mental, où il lui est demandé de prendre une décision juste, claire et immédiate sans tergiverser.

Vous utilisez beaucoup les atemis, dans quelles phases sont-ils le plus efficaces ?

En première analyse, il convient de faire une différence entre les atemis portés en karaté et en aikido. En effet, en karaté on étudie l'atemi comme un geste optimal qui permet de neutraliser un individu. Aussi se forge-t-on une arme avec toutes les parties du corps. Cela permet d'accroître une relative confiance en soi et de comprendre quels sont les points faibles du corps. De ce fait la notion d'altérité est importante, car à travers le travail spécifique des



Beaucoup de relâchement dans une grande rigueur technique produit une qualité d'aïkido exemplaire.



marc bachraty

atemi on en apprend un peu plus sur le fonctionnement bio-mécanique du corps et de sa propre fragilité.

Cela étant dit, l'approche de l'atemi en aikido me semble toute différente. En effet, pour nous autres aikidoka l'atemi est conçu comme l'une des composantes à la construction de la technique. En cela il oblige au centrage à travers le placement, à l'attention portée au geste ; il permet de gérer la distance, et de générer et entretenir un déséquilibre, de projeter en donnant un sens de chute ; par ailleurs il permet de dissuader, de donner du rythme à la technique, d'apprécier la qualité des angles donnée à la technique, etc. Il permet aussi de prendre conscience de notre propre schéma corporel. Je crois qu'il est une part importante de l'aikido.

Quelle place faites-vous au Tai sabaki ?

Le Tai sabaki est fondamental en aikido, dans la mesure où il intègre dans sa pratique les notions Ma-ai (la distance) et le De-ai (l'anticipation).

Le tai sabaki renvoie aussi aux principes de fluidité, de non opposition, et d'orientation de la force.

Il nous force aussi à l'attention et permet d'adhérer au mouvement, de créer une relation, de l'entretenir.

D'un point de vue corporel, il développe l'équilibre en apprenant à placer son centre de gravité le plus bas possible. C'est un exercice important

pour le placement des hanches, la recherche de l'assise à travers la mobilité. Il oblige à unifier toutes les parties du corps et l'esprit afin de les concentrer pour un geste parfait.

Le tai sabaki nous permet de comprendre que le hara, les hanches sont l'un des moteurs du corps humain ainsi que le siège de l'équilibre mais également que les jambes sont des outils qu'il faut énormément travailler pour développer, améliorer nos habiletés motrices. Ces mouvements qu'ils soient irimi, irimi tenkan ou henka, offrent au corps une capacité à trouver de la vigueur, de la vitesse, et d'acquérir une force élastique.

Le henka est le point charnière au irimi tenkan. Il est très intéressant à travailler car il oblige un placement correct des hanches ainsi que des angles fins pour laisser passer l'attaque et construire la technique. Les jambes sont les piliers et le soutien du corps humain.

Dans mon enseignement, j'y accorde une large place.

J'ai toujours été très impressionné par le irimi tenkan de Christian Tissier sur le katate dori Shiho nage Ura. Dans son pivot, il est capable de nous laisser sur place avec une vitesse et une stabilité, qui glacent.

Pratiquez vous les armes parallèlement à l'aikido ?

Oui en effet, je pratique le Ken et le jo. En ce qui concerne le travail du Ken, je pratique l'aiki-ken et le ken-

jutsu que Christian Tissier nous enseigne. Le ken est essentiel à ma pratique car il permet de mieux comprendre l'aikido et de développer des qualités spécifiques.

Ainsi en aiki-ken, on s'efforce de s'harmoniser aux attaques de l'autre et ainsi développer une perception plus fine de la qualité des angles. On apprendra à effacer les hanches, le travail de liaison avec le partenaire. Rapidement, des formes de corps apparaîtront plus claires pour mieux appréhender l'aikido.

En kenjutsu, on insistera davantage

sur les postures, les démarrages, la détermination, sur le sens de l'engagement, sur Irimi, etc.

Psychologiquement, le kenjutsu l'éveil et forge le mental au danger. Il stimule donc notre attention et oblige à la vigilance. Il nous apprend à contenir nos émotions. Le danger est toujours présent dans le travail au ken. C'est en ce sens qu'il aigüise notre esprit.

De plus, en ken la relation martiale est souvent plus forte qu'en aikido, ainsi il n'y a pas de place pour la tricherie, pour la supériorité de poids,

...La technique est un alphabet, un langage qu'il faut s'approprier par la répétition, afin que le corps acquiert des qualités qui avec le temps, prendront tout leur sens et dimension. L'esprit en revanche va animer et personifier la technique, faire en sorte que chacun va s'approprier la technique, la digérer et la faire sienne...





Pour Marc Bachraty, vigilance, anticipation, distance, sont autant de points majeurs à développer pour une bonne exécution des techniques d'aïkido.

ni même pour la spéculation. On se doit d'être intransigeant et sans concession envers son partenaire. Seul le travail prévaut. Toute la pratique du ken s'attache à améliorer nos qualités techniques. On y développe l'anticipation, la coordination ainsi que la tenue du corps, la position du dos, des hanches, le relâchement des épaules, etc.

C'est en cela qu'il est nécessaire à l'étude de l'aïkido. En ce qui concerne le travail du jo, bien qu'il en ressorte les mêmes qualités qu'au ken, il offre une plus grande liberté d'action, de fluidité de mouvement et de souplesse. En jo la notion du uke nagashi (Ukeru signifie recevoir. Nagashi vient du verbe Nagareru qui équivaut à : fluidité. On peut donc le traduire par « recevoir l'attaque de façon fluide ») est très importante, dans laquelle la recherche de la défense se fond avec celle de la riposte. L'étude du jo permet de mettre en place l'alternance du jeu de la contraction-décontraction du poignet, ainsi que sa vitesse de rotation.

A quoi faut-il attacher le plus d'importance en aikido, à l'esprit ou à la technique ?

L'esprit et la technique participent tous les deux de manière significative dans la pratique de l'aïkido. La technique est un alphabet, un lan-

gage qu'il faut s'approprier par la répétition, afin que le corps acquiert des qualités qui avec le temps, prendront tout leur sens et dimension.

L'esprit en revanche va animer et personifier la technique, faire en sorte que chacun va s'approprier la technique, la digérer et la faire sienne.

La technique est un legs que nous ont transmis des générations de maîtres en remontant jusqu'au fondateur, pour nous donner les principes philosophico-spirituels de l'aïkido.

L'esprit quant à lui permet de faire évoluer la compréhension de la technique et d'affiner notre interprétation. Il donne du sens à ce que nous sommes et ce que nous voulons devenir. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle l'aïkido est un art vivant.

En fait, c'est comme si vous aviez toujours à lire le même livre. A chaque nouvelle lecture se fait jour une compréhension différente, plus pointue.

L'esprit offre à tout le monde l'opportunité d'explorer des pistes de travail, et d'oser entreprendre un chemin. Par conséquent c'est l'esprit qui va donner corps et forme à la technique. Le corps par la technique va permettre à l'esprit de s'incarner et de s'exprimer.

Quels sont les aspects techniques qui vous paraissent incontournables pour une bonne pratique de l'aïkido ?

En aikido, il existe de nombreuses techniques mais qui répondent à des constructions assez semblables dans l'ensemble. C'est à dire qu'il faut au delà de la simple technique trouver les principes qui les lient entre elles. C'est peut être a travers cette exigence que l'on comprendra ce qu'est l'aïkido dans son essence.

Alors il y a effectivement des aspects techniques à souligner comme :

La recherche du placement juste,

qui implique une bonne compréhension du ma-ai (cet intervalle d'espace-temps où les deux protagonistes entrent en relation et qui conditionne la mise en œuvre de la technique et sa parfaite réalisation. C'est là aussi que vont se créer le rythme, le mouvement) et du de-ai (ce que l'on appelle l'anticipation, cette capacité à envoyer un stimulus chez le partenaire pour le faire agir ou réagir. C'est le point crucial à ne pas manquer, car c'est lui qui va cristalliser le début de la relation et influencer sur le dénouement final) ;

La qualité du déplacement par l'exercice des tai sabaki permet la création et la conduite du déséquilibre pour conclure sur une projection ou une immobilisation ;

La notion de centrage, qui suppose que l'on puisse contrôler la totalité de l'axe du partenaire. D'un point de

vue psychologique il faudra toujours s'efforcer d'être attentif à l'autre pour percevoir ces intentions. Il faut garder une entière maîtrise de soi et être capable de contrôler ses émotions.

Nous devons toujours agir avec un maximum de sincérité, de détermination et d'honnêteté pour s'inscrire dans une relation la plus vraie possible. L'engagement doit être total. Il faut faire en sorte de travailler avec esprit ouvert pour entrevoir toutes les opportunités de travail ; ce qui implique une totale disponibilité du corps et de l'esprit pour ne pas générer de raideur, de crispation et de refus (lequel est toujours sclérosant et ennuyeux). Il faut toujours accepter de remettre en cause son savoir à chaque fois que l'on monte sur le tatami, car c'est à ce prix seulement que l'on trouvera les ressources pour progresser et continuer dans cette voie ;

Enfin il y a **la notion de vigilance** (zanshin), c'est à dire de pouvoir à chaque instant de la technique conserver son potentiel physique et émotionnel intact. ☸

Marc Bachraty enseigne au Gymnase du Fort, 56, rue de Fontenay, 92140 Clamart Tèl : 06 71 12 90 03.

Josette Nickels-Grolier est venue à l'aïkido du temps où Le Comité National de l'Aïkido était encore au sein de la FFJDA. C'est à Louis Clériot, son professeur et mentor, qu'elle doit confie-t-elle "rigueur au travail et sincérité sur le tatami". Aujourd'hui 4e dan, secrétaire de la Ligue de l'île de France, Josette Nickels-Grolier enseigne avec une prédilection toute particulière pour la transmission aux plus jeunes, en favorisant "l'accession à l'autonomie du pratiquant", thème qu'elle développa pour l'obtention du Tronc Commun de son BEES 2e degré.

L'émancipation par L'AUTONOMIE

Y a-t-il un aspect fondamental dans l'aïkido qui retient l'attention plus que tout autre ?

L'accession à l'autonomie du pratiquant tient tout particulièrement à cœur car elle sous-tend l'intérêt que je porte à mon rôle d'enseignante.

L'aïkido se développe aujourd'hui dans le monde entier et son expression est multiple car il répond partout aux besoins culturels et éthiques des hommes qui le pratiquent en se colorant des particularismes continentaux, voire régionaux. Cependant, quelles que soient les modalités de ces diverses pratiques,

les principes ne semblent jamais dénaturer. Ces principes forment le liant de la relation aïki, les techniques ne représentant alors que les vecteurs physiques permettant de mieux les appréhender. La singularité dans la relation interpersonnelle s'appuie, en effet, sur l'universalité de principes tels que l'harmonie, la sincérité, le respect de l'intégrité, l'unité du corps et de l'esprit.

Le rôle de l'enseignant est d'apprendre à décliner ses principes en capacités à développer. En choisissant de développer l'une ou l'autre de ces capacités, l'enseignant se donne des objectifs pédagogiques lui permettant d'organiser ses cours et ses séquences péda-

gogiques. En faisant participer ses élèves à sa recherche, il les incite à la réflexion et à un retour sur leur propre compréhension des principes, un pas vers l'autonomie.

Quand Morihei Ueshiba, le fondateur, dit « L'art suprême en aïki est de gagner le combat sans combattre. » Quel sens lui donnez ?

Dans la famille des arts martiaux, l'aïkido se singularise par l'absence de compétition. Il ne s'agit pas pour le pratiquant d'acquérir plus de puissance ou plus de force pour battre un adversaire en combat. Il n'est nul combat si ce n'est contre soi-même. La notion d'adversaire n'existant pas, seul l'entraînement existe et il se fait avec un « partenaire ». Les deux partenaires alternant systématiquement et régulièrement les rôles, ils se trouvent indifféremment confrontés aux états de l'être liés à la victoire, à la défaite. Leur ambition est alors le respect de l'intégrité physique et mentale de l'autre dans une relation où prévaut la recherche de l'harmonie qui sous-tend la non-violence. Le corps devient l'instrument d'une mise en scène dans laquelle l'interaction entre deux individus vise à une meilleure compréhension mutuelle par la perception de leurs limites relationnelles respectives dans un cadre conflictuel normé. Il est question ici de développement personnel.

Cette vision idéale de la pratique ne va pas sans soulever une question fondamentale : Quelle part l'enseignant devra-t-il prendre





dans cette recherche éminemment personnelle pour favoriser la construction de l'individu et son accession à l'autonomie ?

En aikido, les conditions de l'autonomie sont mises en jeu d'autant plus par l'enseignant qu'il demeure lui-même un pratiquant. Il est question de réaliser une solidarité apaisée par une bonne distance avec l'autre. L'imitation initiale des techniques proposées par l'enseignant permet la transmission de la discipline au travers des savoirs-faire qui la construisent. La coopération qui naît de la réciprocité de la relation en aikido favorise l'émancipation progressive du pratiquant par rapport au modèle de l'enseignant. En lui faisant toucher du doigt les principes au cœur de l'aikido, l'enseignant participe à l'élaboration de savoirs-être qui assureront la continuité de la démarche au travers de la pratique et de l'évolution de l'élève.

Il semble nécessaire pour comprendre le rôle de l'enseignant de s'interroger sur ce qu'implique la relation éducative.

L'imitation, accès aux savoirs-faire

En aikido, comme dans tout enseignement, l'accès au savoir est indispensable à l'émergence du pratiquant. L'imitation est nécessaire à l'apprentissage car elle est source de



motivation. Elle naît du désir triangulaire inhérent à la relation entre le modèle éducateur, l'élève et l'objet du savoir. On veut ce que l'autre nous montre à désirer, plus simplement on veut ce qu'il veut. On désire ce qu'il nous désigne comme désirable, ce qui nous fait convoiter secrètement l'objet de son désir. On capte chez l'autre ce qui le pousse vers l'objet de son désir, on l'adopte ou on se l'approprie.

Trois étapes jalonnent donc le parcours initiatique du pratiquant : imitation des formes extérieures du modèle (l'enseignant), imitation des comportements, des attitudes, imitation de l'autre, c'est-à-dire reproduction du rapport du modèle à l'objet de son désir.

Le processus éducatif coïncide pendant un moment avec le processus d'identification à la personne même de l'enseignant dans une relation ternaire élève/enseignant/objet du savoir.

Mais avec le temps, le modèle peut devenir un obstacle en lui-même. Il est celui qui enseigne quelque chose à quelqu'un, mais il est aussi celui qui suscite le désir de substitution du moi au modèle. Quand le modèle imité devient obstacle et rival, le désir de substitution est source de conflit. Quand les rivaux sont obsédés l'un par l'autre, ils délaissent l'objet même de leur désir.

La médiation, accès aux savoirs-être.

Lorsque la distance entre le médiateur (l'enseignant) et le pratiquant est grande (statut, autorité, temps, espace, etc.) aucune rivalité n'est possible. Le contexte est favorable à un apprentissage intensif. C'est le temps pour l'élève de l'acquisition des savoirs. Il est motivé par son développement personnel au travers de l'image d'un modèle avec lequel aucune confusion n'est possible. La distance ne pouvant induire la conformité, l'élève voit son choix limité à la ressemblance.

On peut vivre en harmonie avec un « semblable. », tandis qu'on ne peut que souhaiter la disparition d'un « même » ou d'un « double » (théorie de l'ontogenèse).

Ainsi lorsque le modèle se rapproche, les partenaires de la relation tirent ombrage de cette

...En aikido, les conditions de l'autonomie sont mises en jeu d'autant plus par l'enseignant qu'il demeure lui-même un pratiquant. Il est question de réaliser une solidarité apaisée par une bonne distance avec l'autre...



promiscuité. L'élan vers l'objet est l'élan vers le médiateur. Lorsque l'enseignant décide de briser cet élan ou que l'élève tente de répudier ses liens à l'enseignant, la relation passe de la vénération à la rancune.

Le modèle choisit bientôt d'être un obstacle pour ne pas être déformé, spolié, remplacé ou évincé par celui qui voulait l'imiter. Il peut aussi, à l'inverse, vouloir impérativement induire de la part de l'élève une dépendance en exigeant une sorte de réverbération de son enseignement. Il refuse toute influence autre que la sienne, condamne les divergences, barre les issues propres à l'élève.

Le médiateur qui empêche de satisfaire le désir qu'il a suggéré devient

objet de haine. L'enseignant qui exige de l'élève qu'il corresponde à un idéal projeté et imposé par lui ne souhaite que de se voir confirmer dans sa propre voie.

Comment s'articule cette relation éducative dans le cadre particulier de la pratique de l'aïkido ?

Le rôle de l'enseignant

L'enseignant doit se placer comme médiateur

entre l'élève et le savoir en lui permettant d'y accéder sans se situer comme un obstacle. Il ne peut être question de confronter l'élève à une injonction paradoxale qui voudrait que : « je t'enseigne mais n'espère pas devenir comme moi sinon tu me perdras ! »

Cependant, le rôle de l'enseignant qui consiste à transmettre des savoirs, savoirs-faire étroitement liés aux savoirs-être, afin que l'élève se construise et évolue dans un cadre rigoureux mais ouvert, se trouve cependant très souvent dénaturé par l'envie, si ce n'est la volonté d'être et de demeurer le modèle, la référence technique qui donne notoriété et pouvoir. Il n'est plus question alors de libérer l'élève du piège de la rivalité dans la relation éducative mais au contraire de la construire autour d'une identification impossible. En distillant les savoirs-faire avec parcimonie, en détachant les techniques des principes ôtant ainsi toute cohérence à la pratique, l'enseignant met l'élève devant une alternative douloureuse, la dépendance ou la rébellion. Telle n'est pas la finalité de l'aïkido.

L'enseignant se doit d'identifier les principes, les structures et les relations pour qu'à terme l'élève puisse réaliser la même identification. Il doit se comporter comme un intermédiaire dans la transmission du savoir. Il a pour fonction d'enseigner des contenus et ne doit en aucune manière « s'enseigner. » Il doit renoncer à être le « modèle/obstacle », voire même le modèle tout en assumant au mieux les obligations de l'enseignement tant sur le plan technique que sur le plan éthique. La relation n'est pas de disciple à gourou, mais d'élève à

L'équilibre subtil de l'aïkido passe par une relation sincère entre Tori et uké comme entre l'enseignant et l'élève.



L'ESSENCE PURE DU BUDO

Nous sommes à la recherche d'un accord de tout notre être mais nous ne poursuivons pas les raisons qui justifient cet accord, par manque de savoir, par orgueil, par fainéantise.

Pour beaucoup, le Budo est une démarche philosophique qu'ils entendent de manière bien simpliste, d'autres détournent la tête, la philosophie pour eux sentant le mois et restent alors devant la porte sans jamais pénétrer ni comprendre l'essence propre à ces arts.

Le propos n'est pas de vouloir ressembler à un samourai, ce qui serait bien naïf, car de plus le code d'honneur qui régissait leur existence, parfois météorique, ne s'adaptait qu'à une caste bien particulière.

Cependant, morale, art de vivre, sont les buts du Budo qui enseigne une autre conception de la dignité, une autre notion du dépassement, une autre façon d'évaluer la vie. Bien connu et insuffisamment réfléchi, le dicton "quand l'élève est prêt le maître arrive" bien sûr et c'est grandement souhaitable, d'autres chercheront encore de multitudes définitions au Budo, au Kyudo, mais il faudra d'abord se débarrasser de certains artifices pour ne mettre en lumière que l'essentiel.

Le chemin est long et ce n'est qu'à force d'expériences toujours sans cesse renouvelées, que le disciple verra un jour l'idéal et la lumière.

Jacques Normand.



maître. La fonction de l'enseignant en tant que modèle sera de disparaître, là se situe le « maître. »

De plus, comme il est un enseignant mais n'en demeure pas moins un pratiquant, il se doit de poursuivre sa propre évolution, un processus qui pour lui aussi deviendra source de créativité et donc d'autonomie.

L'accession à l'autonomie du pratiquant

Pour le pratiquant, l'autonomie passe par la capacité de se séparer de son désir de s'approprier la personne de l'enseignant. L'élève doit se détacher de l'autre pour n'être mobilisé que par le savoir. Il lui faut acquérir les connaissances de manière à ce qu'elles deviennent siennes afin de pouvoir construire son parcours personnel, son do.

L'autonomie est alors conquête. Elle est le résultat d'un processus de libération des liens à l'autre, enseignant et/ou partenaire. Le pratiquant peut faire usage de sa liberté pour choisir ses modèles et tenter de les vivre dans une dynamique relationnelle apaisée. Son autonomie passe par l'aveu du lien et de la ressemblance puis par l'affranchissement progressif de la relation avec son ou ses enseignants, son ou ses partenaires, le ou les gradés de référence.

Il assume l'héritage en reconnaissant l'imitation. Il s'émancipe en trouvant son désir propre. Il peut alors accéder techniquement à une créativité critique qui lui est personnelle tout en ne renonçant pas aux principes fondateurs de l'aïkido.

Morihei Ueshiba affirmait : « Chacun d'entre nous doit ouvrir son propre chemin, ouvrir sa propre porte sur la vérité. » « Les techniques d'aïkido changent constamment ; chaque rencontre est unique et la réponse appropriée devrait émerger naturellement. Les techniques d'aujourd'hui seront différentes demain. Ne vous laissez pas prendre à la forme et à l'apparence. »

Ce que nous proposait Morihei Ueshiba, c'est la liberté, non pas une illusoire « indépendance absolue », mais l'autonomie qui nous autorise à choisir nos modèles, à nous libérer des liens à l'autre, à trouver nos propres réponses aux fluctuations qui caractérisent les relations interpersonnelles, à évoluer pour nous construire en tant que pratiquant, mais surtout en tant qu'être humain. L'autonomie nous permet d'être partie prenante de notre devenir et du devenir des autres.

Josette Nickels-Grolier

**Gymnase Langevin -Wallon
9, rue Gatinois
Chatillon sous Bagneux**

aikibudo

" Le Daito ryu Aikijujutsu et le Katori Shinto ryu sont les deux berges d'un fleuve dont le Yoseikan Shinto ryu, est le lit, dans lequel s'écoule l'Aikibudo. Les deux berges de ce fleuve sont les rails de la tradition, et l'Aikibudo le flux de la modernité. "

(Maître Alain Floquet)

MINORU MOCHIZUKI

Le dernier des samourai



Maître Minoru Mochizuki est né le 11 avril 1907 à Shizuoka, Préfecture de Chiba (Japon). Son grand père était le dernier descendant d'une lignée de Samourai et enseignait l'art du sabre. Le père de Mochizuki Minoru en revanche n'était qu'un simple paysan qui fut d'abord l'élève du grand père avant de devenir son gendre et de prendre son nom. Le père étant venu s'établir à Tokyo, le jeune Minoru y commença l'étude du Judo dès l'âge de 5 ans, chez Me Takebe. À 17 ans il s'inscrivit au Kendokan, qui était

alors le dojo du grand maître de Judo Toku, par ailleurs, un escrimeur hors pair. Peu après il s'inscrivit au dojo de Me Kano, le Kodokan. Reçu au 1er dan en juin 1926 à 19 ans ; l'année suivante il passait 2ème dan et devint l'assistant de Me Mifune Kyuzo, un expert dans l'art du sutemi. Maître Kano souhaitant que les jeunes judoka n'oublient pas les arts ancestraux, créa une section en 1928, la kobudo Kenkyukai, et paya des professeurs du Katori Shinto ryu pour enseigner leur art aux judokas. Me Mochizuki se pas-

**Minoru Mochizuki,
1907-2003 :**
**Fondateur du Yoseikan
bu dojo**
**menkyo kaiden daito-ryu
aikijujutsu**
10e dan Aikido - meijin
9e dan nihon jujutsu
8e dan judo
8e dan katori shinto ryu
7e dan iaido
5e dan kendo
5e dan jodo
5e dan karaté

sionna pour cet art, à tel point qu'il lui fut proposer d'épouser la fille du soké (héritier) de l'école, Iizasa Morisada soké, mort sans laisser d'héritier mâle, et de devenir ainsi le nouveau soké. Comme cette situation l'aurait cependant conduit à s'établir à Narita et donc à quitter maître Kano, maître Mochizuki refusa cette proposition. Il s'est également retrouvé dans le dojo du maître Tokusanbo, le Kendokan, où il pratiquait le Judo. Dans cette même période, il a aussi pratiqué du Gyokushinryu Jujutsu avec Sanjuro Ōshiam et du Kenjutsu avec un ex-samurāi. En 1926, il s'est inscrit au Kodokan, dojo de Jigoro Kano Shihan. Il est rapidement devenu un disciple particulier de Kyuso Mifune sensei (10e dan de Judo) au point qu'il demeurait chez lui.

C'était un temps de pleine expansion pour le Kodokan. Kano sensei encourageait ses élèves à étudier d'autres disciplines. Sous la tutelle du fondateur du Judo, maître Mochizuki devint le plus jeune membre du Kobudo Kenkyukai - organisation pour l'étude, la présentation et le développement des arts martiaux classiques - établie au sein du Kodokan, dans laquelle il pratiqua entre autres le Katori Shinto-ryu (entre autres: le Iai, le Ken, le Bo, le Naginata), du Jujutsu avec Takaji Shimizu sensei au Dojo Mumon et du Kendo au dojo Yushinkan avec Hakuko Nakayama Shihan. Voyant qu'il maîtrisait rapidement ces arts, Jigoro Kano sensei l'a envoyé étudier au dojo Kobukan sous Morihei Ueshiba sensei, shibucho de Daïtoryu Aiki-jujutsu d'O sensei Takéda Sokaku. En plus de la tâche évidente d'en apprendre le plus qu'il pouvait, il devait aussi se rapporter régulièrement à Kano sensei pour un compte-rendu de son entraînement et ses progrès.

En 1930, Me Kano l'envoya étudier un art nouveau auprès d'un maître à la réputation grandissante, Morihei Ueshiba (cf. biographie). De la même façon; il lui fit étudier le Shindo muso ryu ju jutsu auprès de maître Shimizu. maître Mochizuki est devenu rapidement l'assistant de maître Ueshiba et



Maîtres Mifune, Mochizuki et Jim Alcheik.
Maîtres Ueshiba et Mochizuki.

obtint deux certificats en Daito-ryu en juin 1932 ("Goshinyo no te" et "Hiden ogi no koto"). En 1933 et en 1935, il fut l'uchi-deshi de Morihei Ueshiba au Kobukan Dojo pour une année avant d'ouvrir son propre dojo dans la ville de Shizuoka en 1935 : le Yoseikan (maison de l'enseignement de la droiture). Il y enseigna alors notamment le Judo et l'Aiki-jujutsu du maître Ueshiba.

Délégué pour la France par le Kodokan

En 1938, lors de la guerre sino-japonaise, maître Mochizuki fut envoyé en Mongolie, puis nommé sous-préfet du département de Seisu ga. Il en profita pour enseigner aux Mongols le Judo le Kendo et l'Aiki-jutsu. C'est à cette époque qu'il rencontra un autre japonais originaire des Ryu kyu (archipel au sud d'Okinawa), qui l'initia au Karaté. Il y fût actif en tant qu'éducateur et entrepreneur de travaux destinés à améliorer les communications et l'irrigation. Son idée de combattre le communisme par l'application des principes d'"entraide et prospérité mutuelle" et de "la meilleure utilisation de l'énergie" de Jigoro Kano contribua au développement de sa région. De plus son projet d'irrigation fut complété après la deuxième Guerre Mondiale par les autorités Chinoises.

En 1947, il retourna au Japon et reconstruisit son dojo à Shizuoka. Peu de temps après il vint en France. C'était en 1951. Il est resté en France durant 3 ans. Venu au sein d'une mission culturelle officielle, comme expert délégué par le

Kodokan, donc pour le Judo, il eu l'occasion de démontrer son expertise de la pratique de l'Aiki(do) - jujutsu, art qui subjuga un bon nombre de pratiquants de Judo, ainsi que le Iai et un peu de Karaté. Il retourna au Japon en 1953.

En 1954, un jeune judoka, enthousiasmé par ce qu'il avait vu en France, fut admis au Yoseikan de maître Mochizuki. Il s'appelait Jim Alcheik, y resta trois ans et de retour en France, enseigna ce qu'il avait reçu sous le nom d'Aikido-jujutsu du Yoseikan (communément appelé alors Aikido-Yoseikan ou Aikido-Mochizuki), créa la Fédération française d'Aikido-taijitsu et de Kendo et fut le premier professeur de maître Alain Floquet. En 1957, Jim Alcheik revenant du Japon représenta officiellement en Europe l'Aikido-jujutsu du Yoseikan et créa la Fédération Française d'Aikido-taijitsu et de Kendo. Alain Floquet devint l'un de ses moniteurs-assistants. Jim Alcheck disparut tragiquement en 1962.

Pour assurer l'avenir de l'Aikido-Jujutsu en France, Alain Floquet, déjà le plus jeune 2ème dan de France, prit alors contact avec maître Mochizuki qui proposa que son fils Hiroo se rende auprès de la FFATK à Paris pour aider à la sauvegarde de la fédération et de son art et répondre ainsi aux inquiétudes d'Alain Floquet. En 1966, Alain Floquet fut nommé Directeur Technique de l'école d'Aikido-yoseikan pour la France. En 1973, il fonda le C.E.R.A (Cercle d'Etude et de Recherche sur l'Aikibudo). En 1978, Mochizuki Minoru lui délivra le grade de 7ème dan et le titre de "Kyoshi", reconnaissant ainsi l'importance de son action.

En 1980, maître Floquet décida de nommer le contenu de sa pratique, son style et l'Art qui en découle : "Aikibudo" cela en plein accord avec Mochizuki Minoru.

Il renoua également avec l'école mère et l'héritier du Daito ryu Aikijujutsu, Takeda Tokimune, fils du grand maître Takeda Sokaku, qui lui confia la mission de le représenter. Il intégra cette connaissance originelle de l'Aiki jujutsu dans son enseignement de l'Aikibudo, aux côtés de celle de l'école d'armes du Katori Shinto ryu. En 1987, "l'Aikibudo", s'unit à l'Aikido afin de fonder en tant que co-discipline, la Fédération Française d'Aikido, Aikibudo et Affinitaires (F.F.A.A.A.).

Le patrimoine japonais

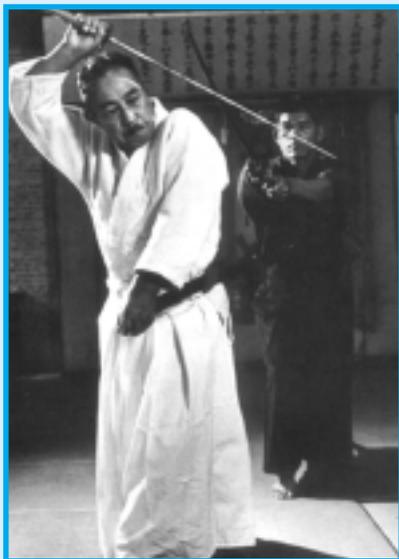
Depuis, sous l'impulsion de maître Alain Floquet, cet art se développe dans le monde entier où il trouve de plus en plus d'adeptes. Puisant ses racines dans les écoles traditionnelles du patrimoine martial japonais, l'Aikibudo, recueilli auprès de sources historiques incontestables, dépasse le simple cadre de la pratique technique. Depuis 1970, Mochizuki Minoru a reçu régulièrement maître Floquet au Yoseikan, ainsi que ses principaux disciples. Il est également venu animer des stages à plusieurs reprises en France. Mochizuki Minoru s'est éteint en France, près d'Aix en Provence, le 30 mai 2003. Minoru Mochizuki avait puisé et développé son expertise martiale en prenant ses sources dans les Budo classiques nippons qu'il avait eu la chance d'étudier auprès des plus grands. Son expérience

martiale authentique associée à celle plus dramatique de la guerre, lui avait fait adopter une gentillesse, une modestie et un souci pédagogique hors pair dans la transmission la plus fidèle et la plus complète possible de ses connaissances :

«En temps de paix, l'essence des arts martiaux c'est l'enseignement. Dans le mot ryu (école), il y a l'idée de courant. Do, c'est la voie, c'est quelque chose qui passe. Si on arrête d'enseigner, ce n'est plus la voie, c'est seulement une technique. La technique martiale vise uniquement à tuer, alors que le but des arts martiaux est de former la personnalité.» Il aimait à préciser l'importance de l'enseignement et se dépensait



Minoru Mochizuki et Alain Floquet.



Maître Mochizuki dans sa pratique de sabre.

sans compter aux travers de ses cours ou des stages qu'il animait. Sa recherche personnelle a permis l'élaboration d'un système intégré regroupant en son sein de nombreuses disciplines martiales.

La flamme de Minoru Mochizuki

Sa maîtrise plus particulière des techniques de sutemi waza (techniques de sacrifices) enchaînées par un travail en shime waza (étranglements) ou kansetsu waza (luxations), constitue une «marque de fabrique» autant qu'un attachement particulier à maître Mifune du Kodokan.

Minoru Mochizuki avait choisi d'être conduit en sa dernière demeure dans la plus stricte intimité. Ses dernières volontés ont été respectées, et une cérémonie particulière a permis de présenter un mémorial en sa mémoire au mois de juillet 2003.

Il reste du devoir de tous les pratiquants, enseignants ou non, de maintenir aussi vive que possible la flamme que Minoru Mochizuki sensei a porté toute sa vie : l'apport technique de ce maître exceptionnel, ses qualités humaines et son engagement d'enseignant font de lui, au-delà de tous les titres, grades et honneurs qu'il a pu recevoir au cours de son existence, un modèle incontournable dans le monde du Budo, dont les traditions martiales ont guidés son existence...

L'École de Police de Rouen-Oissel organise le 6 décembre 2003 une manifestation d'arts martiaux en l'honneur et en mémoire de Minoru Mochizuki. Cet événement se double d'un engagement en faveur de la recherche médicale et, est associé à la campagne nationale de don dans le cadre du TELETHON.



Cette démarche n'aurait pas été pour déplaire à maître Mochizuki, tant il faisait sienne les deux maximes chères à feu maître Jigoro Kano, fondateur du Judo :

« Sei ryoku zen yô », Le meilleur usage de l'énergie.

« Ji ta kyô ei », Entraide et Prospérité Mutuelle.

L'hommage au grand maître

Nombreux sont les pratiquants prestigieux ou anonymes qui se sont engagés aux côtés du Major Dauby (responsable de l'organisation), d'un des petits-fils du maître et des équipes nationales Police (F.S.P.F.) afin que cette Nuit des arts martiaux soit à la fois un fantastique hommage au sensei disparu, à son exceptionnel apport technique et pédagogique ainsi qu'un soutien conséquent à la cause du TELETHON. Maître Alain Floquet en sa double qualité de disciple de feu Minoru Mochizuki sensei et d'ancien fonctionnaire de Police s'est fait un devoir de conduire l'équipe de démonstration Aikibudo pour cet événement.

Que ces quelques lignes expriment le modeste hommage de la communauté Aikibudo envers le dernier des grands maîtres traditionnels, dont l'enseignement constituera à jamais l'un des piliers de notre art. Le Cercle d'Etude et de Recherche en Aikibudo (CERA) publiera prochainement un numéro spécial de sa lettre consacré à la vie et à l'œuvre de maître Minoru Mochizuki

CERA

Stage Aikibudo-Applications self-défense et bâton de défense, sous la direction de Alain Floquet assisté de J. P. Vallé, (responsable national FSPF Aikibudo) Dojo d'Aikibudo 7 décembre 2003, Salle des Sports, rue Vittecoq 76230 Bois-Guillaume Inscriptions et renseignements : Ligue Aikibudo de Normandie.

Séminaire monitorat fédéral et BEES Aikibudo, sous la direction de Paul-Patrick Harmant. Conférencier réglementation Gérard Clérin. Mont Saint-Martin, du 29 avril au 2 mai 2004, Salle de la Fraternelle, Rue Jeanne d'Arc, 54350 Mont Saint-Martin Inscriptions et renseignements : 03.90.23.16.17. (pro.) 03.88.72.36.89. (dom.)

Séminaire brevets fédéraux Tenshin Shoden Katori Shinto ryu, sous la direction de Paul-Patrick Harmant, assisté de Frédéric Floquet. Gymnase de Grigny les 27 et 28 mars 2004, Dojo de Haricot, allée des tuileries (près de la gare), 91350 Grigny Inscriptions et renseignements : 03.90.23.16.17. (pro.) 03.88.72.36.89. (dom.)



STAGE EXCEPTIONNEL le 7 & 8 FÉVRIER 2004 à PARIS

Pour son 20^{ème} anniversaire,
la Fédération Française d'Aikido,
Aikibudo et Affinitaires
vous invite
à participer au stage de

"Moriteru UESHIBA, Doshu"

Petit fils du fondateur de l'Aikido



Stade Charlety
17 avenue Pierre de Coubertin
75013 Paris (Porte de Gentilly)

- Parking sous le stade - RER Cité Universitaire -

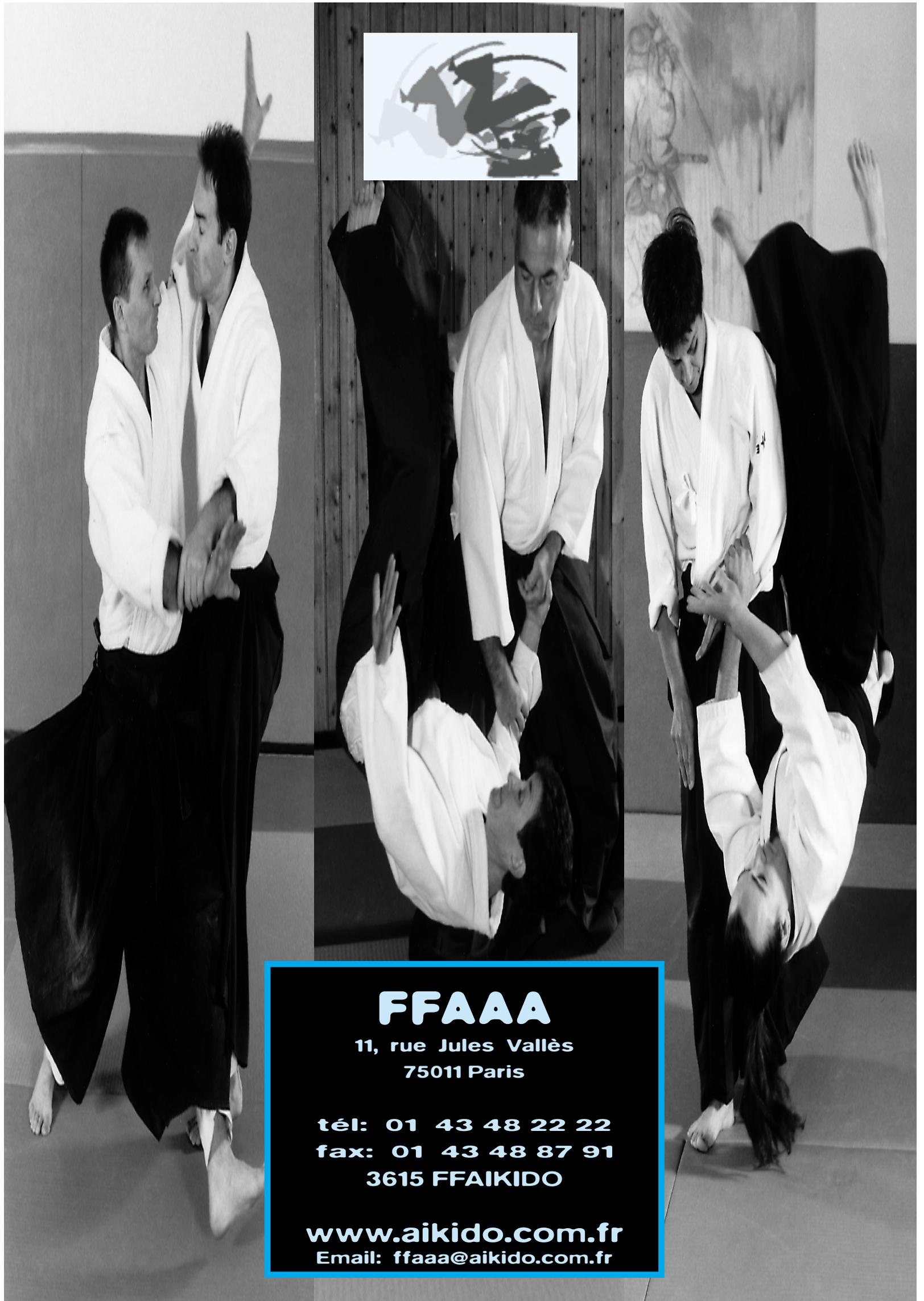
Samedi 7 : 10h à 12h & 15h à 17h
Dimanche 8 : 10h à 12h & 14h30 à 16h

Tarif : - 1/2 journée 20 €
- journée 30 €
- stage complet 40 €

Samedi soir
Grande soirée au Paradis Latin
et Dimanche soir Cocktail

Organisation & hébergement
Contact : Patrick BÉNÉZI
06 11 40 19 31

Pour tous renseignements complémentaires :
FFAAA - Tél : 01 43 48 22 22 - Site internet : www.aikido.com.fr - Email : ffaaa@aikido.com.fr



FFAAA

11, rue Jules Vallès
75011 Paris

tél: 01 43 48 22 22
fax: 01 43 48 87 91
3615 FFAIKIDO

www.aikido.com.fr
Email: ffaaa@aikido.com.fr